

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Minka Mehonić

**Vpliv aktivnosti s terapevtskimi psi na bivanje starostnikov v skupnosti doma za
starostnike**

Diplomsko delo

Ljubljana, 2016

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Minka Mehonić

Mentorica: izr. prof. dr. Metka Kuhar

**Vpliv aktivnosti s terapevtskimi psi na bivanje starostnikov v skupnosti doma za
starostnike**

Diplomsko delo

Ljubljana, 2016

Zahvaljujem se:

izr. prof. doc. dr. Metki Kuhar za strokovno mentorstvo, hitro odzivnost in prave usmeritve, ki so mi pomagali zasnovati ter zapisati diplomsko delo.

Mojim domačim in Borisu za večletno podporo in spodbudne besede.

Društvu Ambasadorji nasmeha, še posebej Mišu in Viki.

Osebjū DSO Ribnica za možnost sodelovanja.

In moji ljubi psički Ajki.

Vpliv aktivnosti s terapevtskimi psi na bivanje starostnikov v skupnosti doma za starostnike

Bivanje v domu je lahko za marsikaterega starostnika travmatično izkustvo, povezano s številnimi negativnimi čustvi. Zato je nujna emocionalna opora, ki jo starostnikom poleg osebja in drugih njihovih obiskovalcev lahko nudijo tudi terapevtski pari (posebej izšolana pes in njegov lastnik).

Za preučitev in analizo bivanja starostnikov v skupnosti doma za ostarele sem izvedla 4 intervjuje s starostniki v DSO Ribnica, ki se mesečno srečujejo s terapevtskimi psi, za pridobitev strokovnega mnenja pa 2 intervjuja z njihovima oskrbnicama in 3 intervjuje s člani društva Ambasadorji nasmeha. Zanimalo me je, kaj jim pomenijo obiski terapevtskega para, kakšna čustva se ob tem pojavljajo in predvsem, ali obiski izboljšujejo in povečujejo njihovo medosebno komunikacijo znotraj skupnosti ter vključevanje vanjo. Ugotovila sem, da so za starostnike obiski zelo pozitivna izkušnja ter pomembna emocionalna in socialna opora. Hkrati zelo pozitivno vplivajo na priklic dogodkov iz njihovega preteklega življenja in predstavljajo pomemben element medsebojne komunikacije in druženja.

Ključne besede: starostniki, domovi za ostarele, terapevtski psi, medsebojna komunikacija.

The impact of activities with therapeutic dogs on the elderly staying in a community home for senior citizens

For many elderly people, staying at a retirement home can be a traumatic experience associated with many negative emotions. Therefore, it is necessary to enable emotional support, which, in addition to staff and other visitors, can also be provided for by therapeutic couples (especially a trained dog and its owner).

To examine and analyze the elderly people living in a community home for senior citizens, I conducted 4 interviews with elderly people in DSO Ribnica, which organises monthly meetings with therapeutic dogs. To get an expert opinion I conducted 2 interviews with their caregivers and 3 interviews with members of the "Ambasadorji Nasmeha Society". I was curious to learn what the visits mean to them, what emotions surfaced and, in particular, if the visits were improving and enhancing their interpersonal communication within the community. I found that for the elderly, visits are a very positive experience and provide important emotional and social support. At the same time there is a very positive impact on recall events from their past life and they constitute an important element of interpersonal communication and socializing.

Keywords: elderly, community home for senior citizens, therapy dogs, interpersonal communication.

KAZALO

1 UVOD.....	7
2 NAMEN IN CILJI NALOGE	8
3 TEORETSKI PREGLED.....	9
3. 1 Staranje in starostniki	9
3. 2 Starostniki v Sloveniji.....	12
3. 2. 1 Domovi za starostnike v Sloveniji.....	13
3. 3 Potrebe v starosti.....	15
3. 4 Psihološke značilnosti starejših ljudi.....	18
3. 4. 1 Depresija	19
3. 4. 2 Osamljenost	20
3. 4. 3 Izguba bližnjega	21
3. 4. 4 Demenca.....	21
3. 4. 5 Odhod od doma	23
3. 4. 6 Motivacija	23
3. 5 Medosebna komunikacija	26
3. 6 Aktivnosti in terapije s pomočjo živali.....	30
3. 6. 1 Predstavitev osnovnih pojmov	30
3. 6. 2 Aktivnosti s pomočjo živali	31
3. 6. 3 Terapije s pomočjo živali.....	32
3. 6. 4 Slovenska prostovoljna društva, ki izvajajo aktivnosti in terapije	34
4 RAZISKAVA.....	40
4. 1 Metodologija, cilji, raziskovalna vprašanja.....	40
4. 2 Polstrukturirani intervju.....	40
4. 3 Vzorec.....	41
4. 4 Sodelujoči o (terapevtskih) psih.....	42
4. 5 Čustva starostnikov ob obisku	43
4. 6 Starostniki in medosebna komunikacija.....	45
5 SKLEP	48
5. 1 Pogled naprej.....	50

6 LITERATURA.....	51
Priloge	53
Priloga A: Starostnik 1	53
Priloga B: Starostnik 2	56
Priloga C: Starostnik 3	62
Priloga Č: Starostnik 4	67
Priloga D: Oskrbnica 1	70
Priloga E: Oskrbnica 2	72
Priloga F: Ambasador 1	74
Priloga G: Ambasador 2.....	76
Priloga H: Ambasador 3.....	79

1 UVOD

Komuniciranje je za vsakega posameznika v vseh življenjskih obdobjih za njegov obstoj in razvoj ključnega pomena. Uspešna komunikacija je predpogoj za vzpostavljanje in ohranjanje dobrih medsebojnih odnosov.

S staranjem nastopijo določene psihološke spremembe, ki lahko otežijo vsakdanjo komunikacijo. Te so najbolj izrazite v okoliščinah, ko mora starostnik zapustiti varno zavetje doma in oditi v dom za starostnike. Lastno identiteto zamenja za identiteto stanovalca, kar pogosto vodi do sprememb v obnašanju in sprejemanju okolice – starostniki se zaprejo vase, pojavi se osamljenost, ki jo vedno težje premagujejo.

Uveljavljajo in priznavajo se novi pristopi k delu s starostniki, ki spodbujajo in izboljšujejo njihove vsakodnevne (komunikacijske) aktivnosti. V svojem diplomskem delu bom raziskala vpliv aktivnosti s pomočjo živali, ki so v tujini že zelo dobro poznane in sprejete, v Sloveniji pa si počasi odpirajo vrata v različne ustanove. Ena izmed takih je Dom starejših občanov Ribnica, kjer mesečne aktivnosti izvaja terapevtski par, ki ga sestavljata vodnik in njegov pes.

Zakaj aktivnosti s pomočjo živali? Živali imajo namreč pomemben vpliv na počutje in tudi zdravje ljudi. Ko srečamo slepega s psom sredi mesta ali alpinista s psom sredi samotnih gorskih poti, se nam to zdi kar primerno, saj to vlogo delovnega para dobro poznamo in razumemo, manj pa razumemo, da imajo pes in druge živali mnogo pomembnejšo vlogo v človekovem vsakodnevem življenju. Psi so edini na razpolago kot sopotniki, poleg tega pa so sposobni postati tudi delovni partnerji (Marinšek in Tušak 2007, 8–9).

2 NAMEN IN CILJI NALOGE

V svoji diplomski nalogi želim s pomočjo intervjujev raziskati, kakšen vpliv imajo na starostnike v domu mesečne aktivnosti, ki jih izvajajo terapevtski pari. Dejstvo je namreč, da so prihod v dom in vsi nadaljnji dnevi bivanja v domu lahko za starostnika zelo stresni.

Zanima me, kaj starostnikom pomenijo obiski terapevtskega para, kakšna čustva se ob tem pojavljajo in ali emocionalna opora, kot jo nudi terapevtski par, pomaga pri ustvarjanju občutka pripadnosti in spodbuja aktivno delovanje v skupnosti. Na tej točki me predvsem zanima, ali obiski izboljšujejo in povečujejo njihovo medosebno komunikacijo znotraj skupnosti ter vključevanje vanjo.

3 TEORETSKI PREGLED

3.1 Staranje in starostniki

Staranje posameznika je proces, ki se začne že ob rojstvu. Staranje na individualni ravni je kronološki in tudi fiziološki proces, kateremu je podvržen vsak posameznik od rojstva do smrti. Označuje spremembe, ki se dogajajo v organizmu v celotnem življenju, pri čemer v mladosti temu procesu rečemo razvoj oziroma odraščanje (Hooyman in Kiyak v Hlebec 2015, 12).

Zdravstvene stroke so se sporazumele, da je mejna starost, ko govorimo o očitnem procesu staranja in s tem povezanimi značilnostmi, 65 let (Skela Savič, 2010 v Savič in drugi 2011, 290).

O staranju prebivalstva lahko govorimo z dveh vidikov. Prvi se navezuje na demografski vidik staranja prebivalstva neke nacionalne države, drugi pa na posameznika in na kronološke procese staranja, biološke spremembe ter sociopsihološke spremembe staranja na individualni ravni (Hlebec 2015, 7).

»Z izrazom staranje prebivalstva ali demografsko staranje poimenujemo proces, v katerem se spreminja starostna sestava prebivalstva, in sicer tako, da se povečuje delež starih.« (Šircelj v Hlebec 2015, 7)

Staranje posameznika teoretsko lahko opredelimo kot (Birren in Cunningham v Hlebec 2015, 13):

- biološko starost,
- psihološko starost in
- družbenokulturno starost.

Biološka starost je starost, povezana z biološkim delovanjem telesa, s telesnimi funkcijami in celičnimi procesi. Pove nam, kje se posameznik relativno nahaja glede na maksimalno število let, ki jih lahko doživi. Povežemo jo lahko deloma tudi z

zdravjem in torej »pričakovanim« pešanjem telesnih funkcij in psihofizičnih sposobnosti v starosti.

Psihološka starost se nanaša na delovanje psiholoških sposobnosti, ki jih ljudje uporabljajo pri prilagajanju spreminjajočim se zahtevam okolja. To so spomin, inteligenca, čustva, motivacije in veščine, ki vzdržujejo samozavest in samonadzor.

Družbenokulturna starost izraža nenapisana pričakovanja glede tega, kako naj bi se obnašali ljudje določene kronološke starosti. To je torej specifičen skupek vlog, ki jih posameznik zavzame v odnosu do drugih članov lastne družbe in kulture.

Drugi avtorji (Hojnik Zupanc 1997 v Lah 2007) govorijo tudi o doživljajski starosti. Ta naj bi pokazala, kako posameznik sam doživlja in občuti svojo starost. Gre torej za to, kako starega se počuti posameznik, torej za subjektivno starostno identiteto posameznika. Posamezniki se običajno »čutijo« mlajši, kot pa je njihova kronološka starost (Victor v Hlebec 2015, 14).

Staranje moramo razumeti znotraj konteksta, v katerem se pojavlja. Človeški razvoj je namreč rezultat več vzajemno delujočih razvojnih dejavnikov ali sil (Cavanaugh in Withbourne v Hlebec 2015, 15). To so:

- biološki dejavniki (biological forces): genetski, fiziološki in dejavniki, povezani z zdravjem (npr. nastanek gub, menopavza ali spremembe v notranjih organih);
- psihološki (behavioralni) dejavniki (behavioral forces): notranji dejavniki, kot so percepcija, kognitivni, emocionalni ali osebnostni dejavniki (npr. individualne značilnosti, ki jih opazimo pri ljudeh);
- družbenokulturni dejavniki (sociocultural forces): medosebni, družbeni, kulturni, etnični dejavniki (ti dejavniki vplivajo na raznovrstnost in omrežje ljudi, s katerimi smo v interakciji ter vplivajo na strukturo in delovanje družbe);
- dejavniki življenjskega cikla (life-cycle forces): odsevajo razlike v načinu, kako isti dogodki ali preplet bioloških, psiholoških in družbenokulturnih

dejavnikov vplivajo na ljudi v različnih točkah v življenju. Dejavniki življenjskega cikla so tisti kontekst, znotraj katerega opazujemo razvojne spremembe odraslih in procese staranja.

Pečjak (1998) pravi, da so merila za starost in nastop tretjega življenjskega obdobja vse prej kot enotna. Mejniki, kot so na primer 50, 60 ali 65 let, so dogovorjeni iz praktičnih razlogov, na primer za določanje upokojitve. V resnici pa je staranje strnjen proces z nekaterimi pospeški in zastoji. Visok dvig povprečnih in skrajnih starostnih mej je posledica boljšega zdravja, zdravstva, bivališč, higiene, prehrane in drugih življenjskih razmer (Marinšek in Tušak 2007, 84).

Vzroki staranja prebivalstva so najprej zniževanje rodnosti, nato zmanjšanje umrljivosti in tudi selitve (priseljevanje ali odseljevanje prebivalstva) (Šircelj v Hlebec 2015, 7).

Leta 1998 je živelo na svetu 580 milijonov ljudi, starejših od 60 let, leta 2050 pa jih bo že dve milijardi. Leta 2050 bo v Evropi eden od treh prebivalcev star čez 60 let. Nacionalni inštitut staranja pri OZN predvideva, da bo leta 2025 na svetu 882 milijonov ljudi starejših od 65 let; številka presega današnje prebivalstvo Evrope in Severne Amerike skupaj. Zlasti bo naraslo število starejših starostnikov (Pečjak 2007, 16).

Pečjak (1998) deli življenje po 50. letu v štiri obdobja:

- 50–60 let ali pozna srednja leta
- 60–70 let ali mlajša starost
- 70–80 let ali srednja starost
- 80–90 let ali visoka starost

Pozna zrela obdobja so obdobje »neviht in stresov«, naslednje obdobje je obdobje prilagajanja na nove razmere, tretje spremlja hitrejše spreminjanje življenjskih funkcij, v četrtem pa je pogosta oslabeledost. Vendar so razlike med posamezniki velike, večje kot v zgodnejših obdobjih življenja.

Prehod v tretje življenjsko obdobje je za večino ljudi eden od najbolj bolečih prehodov. Na prehodu v tretje življenjsko obdobje čakajo človeka travmatični dogodki in siloviti stres, kot so odhod zadnjega otroka iz družine, upokojitev in prej ali slej smrt enega od zakoncev. Pogosto nastopijo tudi finančne težave, sprememba bivališča in osamljenost, nekateri starostniki odidejo v zavode in domove, kjer so življenjske razmere povsem drugačne. Eden od najhujših stresov v življenju je odhod v dom za starejše ljudi (Marinšek in Tušak 2007, 84).

Prehajamo v t. i. dolgoživo družbo, kjer so razmerja med starostnimi skupinami drugačna kot doslej, kar vpliva tudi na odnose med posameznimi skupinami oziroma na vprašanje medgeneracijske solidarnosti kot vrednote (Hlebec 2015, 9).

3. 2 Starostniki v Sloveniji

V Sloveniji se soočamo z intenzivnim staranjem prebivalstva. Delež starejših od 65 let v zadnjih desetih letih tako počasi narašča, in sicer od 12,9 % v letu 1997 na 15,9 % v letu 2007 in 17,1 % v letu 2013. Čeprav je v Sloveniji ta delež sicer pod evropskim povprečjem, pa napovedi kažejo na intenzivnejše staranje v prihodnosti (Hlebec 2015, 8).

Če naneseemo na absciso število prebivalstva, na ordinato starostna obdobja in dobljeno površino centriramo, dobimo znano demografsko piramido (Pečjak, 1998 v Marinšek in Tušak 2007, 84). Med deželami se sicer razlikuje, ima pa podobno obliko: spodaj je široka, nato pa se počasi zožuje.

Na spreminjanje njene oblike delujeta dva dejavnika: upadanje rojstev in daljšanje življenjske dobe. Rojstva upadajo zaradi različnih vzrokov, povezana so z gostoto in blaginjo prebivalstva. Daljšanje življenjske dobe pa je povezano predvsem z zdravstvom in ustrezno kakovostjo življenja.

Trend staranja prebivalstva, ki ga opažajo po vsem svetu, vpliva tudi na strukturo starejše populacije v Sloveniji. V letu 1931 je bila povprečna starost 23,3 let, v letu 1960 pa se je povprečna starost prebivalstva povzpela na 32,0 let. V letu 1991 je bila že 36,4 let. Ob koncu leta 2006 se je povzpela na 40,8 let (Statistični urad republike Slovenije 2008).

Eurostatove projekcije prebivalstva Europol 2008 za Slovenijo kažejo, da naj bi se delež prebivalstva, starejšega od 65 let, v obdobju od 2008 do 2060 podvojil (s 17,1 % na 33,4 %), skoraj štirikrat pa naj bi se povečal delež prebivalstva starega 80 let in več (s 3,5 % na 14,5 %) (Vertot 2008; cit. po Hvalič Touzery 2010).

Okrog leta 2025 bo prebivalstvo razvitega sveta razdeljeno na tri skorajda enake dele. Tretjina bo mlajša od 30 let, tretjina jih bo starih od 30 do 50 let in tretjina starejših od 50 let. Po klasifikaciji Združenih narodov spada prebivalstvo naroda, kjer je več kakor 10 % ljudi starih nad 65 let, v zadnjo kategorijo: »zelo staro prebivalstvo«.

V Evropi in v Sloveniji se tako število starejših od 65 let povečuje. Ker se življenjska doba daljša, vse več odraslih postaja nebogljenih in odvisnih od drugih, kar ustvarja izzive za njih, njihove družine in družbo (Nass in drugi 2008 v Savič in drugi 2011, 290).

3. 2. 1 Domovi za starostnike v Sloveniji

Stari ljudje, ki zaradi zdravstvenih, mentalnih ali socialnih stanj ne morejo živeti v svojih domovih ali pri sorodnikih, odhajajo v domove za starejše osebe. Ti domovi se skrivajo pod različnimi imeni, v Sloveniji se imenujejo: dom starejših občanov, dom upokojencev, posebni socialni zavod, socialno varstveni dom, center za starejše občane, posebni zavod, dom starostnikov, dom varstva odraslih, dom upokojencev in oskrbovancev, dom za stare in onemogle, bolj pesniško pa zvenita imeni dom počitka in sončni dom (Pečjak 2007, 170).

V Sloveniji je trenutno na 114 lokacijah 94 domov za starejše.

Od leta 2009 v domovih za stare ljudi, ki predstavljajo institucionalno obliko bivanja, živi pet odstotkov starostnikov, starejših od 65 let. Večina domov za stare ljudi je v Sloveniji v državni lasti, manjši delež pa je zasebnih domov s koncesijo (Hlebec 2015, 48).

Poleg že nastanjenih jih še kakih 10 % čaka na prosto mesto, a sedanje zmogljivosti ne zadoščajo. Pomanjkanje postelj je posledica neorganiziranega načrtovanja gradnje glede na resnične potrebe in neupoštevanja značilnosti urbanih okolij (Pečjak 2007, 172).

Izvajalce oskrbe v domu lahko delimo na formalne in neformalne izvajalce oskrbe starejših. Formalni izvajalci oskrbe ali tudi plačani oskrbovalci opravljajo storitve, ki so organizirane v skupnostih, katerih namen je podpora starejši osebi pri bivanju v skupnosti, ali pa izvajajo oskrbo v institucionalnem kontekstu, medtem ko so neformalni izvajalci oskrbe ali neplačani oskrbovalci najpogosteje družinski člani, prijatelji in sosedje (Timonen v Hlebec 2015, 42).

Namen domov ni samo zdravstvena in telesna nega oskrbovancev, temveč omogočanje čim višje kvalitete življenja, ki je v takih razmerah še mogoča. V kvalitetnih domovih skrbijo za kulturno življenje, telesno vadbo in šport. Prirejajo kulturne prireditve. Čeprav se sliši čudno, se tudi v domskih razmerah oskrbovanci zaljubijo in želijo živeti skupaj (Marinšek in Tušak 2007, 90).

Tu bi se oprla na ekološko teorijo staranja (Lawton in Nahemow v Hlebec 2015, 41–42), ki poudarja prav odnos med domom in širšim okoljem ter starejšo osebo in načinom, kako okolje okrepi starejšo osebo. Za kakovostno staranje v skupnosti je torej pomemben odnos/ujemanje med posameznikom in njegovim okoljem oziroma interakcija med posameznikovimi kompetencami ter družbenimi in fizičnimi značilnostmi okolja, ki determinirajo, kako uspešno bo lahko star človek živel v skupnosti.¹

Pa vendar kljub temu:

Slovenski domovi za stare ljudi so lepi, večinoma novi ali obnovljeni. Prehrana, čistoča, toplota, zdravstveno varstvo in nega, delovna terapija in fizioterapija ter druge materialne storitve so v naših domovih na visoki – nadpovprečni evropski ravni. Tudi stari ljudje v domačem okolju imajo s

¹ Gre za model kompetence in v okviru pritiskov okolja, ki sta ga razvila Lawton in Nahemow (1973).

svojimi pokojninami, socialnimi podporami, patronažno oskrbo in skrbjo svojcev tako visok materialni standard, kakršnega doslej v naši zgodovini še ni bilo. Vendar so današnji ljudje kljub temu tako osamljeni, kakor niso bili še nikdar v zgodovini. To je posledica odrezanega življenja od mlajših generacij, pri čemer stari ljudje ne morejo posredovati svojih življenjskih izkušenj, svojih čustev mlajši generaciji. Vse, kar je povezano s starostnim pojemanjem, je pometeno pod preprogo zavestnega in velja za sramotno, zato današnja stara generacija ne sprejema dejstva svoje starosti kot posebnega obdobja življenja, ki ima drugačne možnosti in življenjske naloge kakor mladost ali srednja leta, je pa enako smiselno in pomembno za človeka in za družbo. »Starost ne prihaja sama,« pravi slovenski pregovor; s seboj prinaša bolezni in druge tegobe. V današnjem svetu, kjer imajo ceno le mladost, lepota, uspešnost, moč ..., se osamljenost in tegobe tako kopičijo, da ljudje ne doživljajo smisla starosti, stare ljudi pa množično zajame zlovešča bivanjska praznosta. Če seštejemo visok materialni standard in nizek duševni, medčloveški in bivanjsko-duhovni standard današnjih starih ljudi, je rezultat nizka kakovost življenja sodobnega starega človeka pri nas. (Marinšek in Tušak 2007, 89).

3. 3 Potrebe v starosti

Starostniki so najbolj heterogena populacijska skupina. V starosti je marsikdo še dovolj zdrav za kakovostno, tudi še ustvarjalno in samostojno življenje. Po drugi strani pa ni zanemarljiv delež tistih, ki so že povsem odvisni od pomoči bližnjih zaradi posledic različnih bolezni. Kot so različne ohranjene zmožnosti starostnikov, so tudi različne njihove potrebe. Nekaterim zadošča že samo občutek, da se lahko, v primeru hujših težav, zanesejo na skrbne otroke in vnuke, drugim pa ni več mogoče zagotoviti dovolj kakovostnega življenja v domačem okolju in so zato prisiljeni odločiti se za bivanje v domovih starejših občanov (Kogoj 2004).

Pogosta današnja izkušnja je, da imajo stari ljudje dobro zadovoljene materialne potrebe, so zdravi in duševno čili, vendar so nezadovoljni, ker so osamljeni in frustrirani na področju medčloveških odnosov (Ramovš v Vodnjov 2013, 15).

Ramovš potrebe starostnikov opredeli kot: potreba po materialni preskrbljenosti, osebnem medčloveškem odnosu, predajanju življenjskih izkušenj, doživljanju smisla starosti, negi, ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine ter nesmrtnosti (Ramovš 2004).

Maslow (1970) v svojem hierarhičnem modelu določi več skupin ali ravni potreb. Med fiziološke potrebe, ki so na dnu lestvice, sodijo potrebe po hrani, vodi, spanju, počitku in spolna potreba. Sledijo potrebe po varnosti, nato potrebe po socialni pripadnosti, potrebe po spoštovanju in samospoštovanju. Na vrhu lestvice so potrebe po samoaktualizaciji, kamor sodi izpopolnjevanja samega sebe, avtonomnost, uresničitev svojih možnosti, potencialov in ustvarjalnost. Potrebe, ki so na zgornjem delu lestvice, posameznik zadovolji kasneje v življenju, najkasneje potrebe po samoaktualizaciji (Marinšek in Tušak 2007, 86).

Ob prehodu v tretje življenjsko obdobje sta močno ogroženi potrebi po varnosti in socialni pripadnosti. Pri starih ljudeh se poraja občutek, da so ogroženi in od drugih zapuščeni. Zdrav star človek je lahko povsem na tleh, ker nima nikogar, ob katerem bi se počutil sprejeto, nikogar, ki bi prisluhnil njegovi besedi in cenil njegove življenjske izkušnje. Potreba po osebnem medčloveškem odnosu je pri današnjih starostnikih med najmanj zadovoljenimi (Vodnjov 2013, 16–17).

Za starega človeka je temeljni problem odhod iz domačega okolja. Prostor, v katerem je preživel večji del svojega življenja, ni bil le mesto njegovega bivanja, temveč prostor, v katerem je zadovoljeval potrebe po druženju, shranjevanju stvari, varnosti in zasebnosti (Kornhauser in Mali 2013, 322).

Odhod iz domačega okolja je za starega človeka bivanjska zagata, ki ga ubija – socialna ga sili v osamitev, duševna v pobitost, duhovna v praznino in pa izgubo občutka smiselnosti (Kornhauser in Mali 2013, 324).

Zupančič (v Kornhauser in Mali 2013) navaja, da starejše ženske odločitev za odhod v dom doživljajo kot tretji najpomembnejši dogodek v svojem življenju (poleg odločitve za rojstvo otroka in ločitve), starejši moški pa kot petega. Pri tem je za večino doma živečih starih ljudi značilno, da si v prihodnosti kljub pomoči, ki bi jo po

svojih ocenah potrebovali v svojem vsakdanjem življenju, ne želijo bivati v domu za stare (Kornhauser in Mali 2013, 323).

Vsak posameznik, ki vstopi v institucijo, vanjo vstopi z že oblikovanimi osebnostnimi značilnostmi, določenim znanjem, sposobnostmi in navadami, torej s skupkom značilnosti, ki pa se razlikuje od pravil in zapovedi institucije. Hojnik Zupanc (v Kornhauser in Mali 2013) je ugotavila, da se s kronološko starostjo povečuje negativen odnos do domske oskrbe, saj se s starostjo poveča čustvena občutljivost (Kornhauser in Mali 2013, 321).

Hojnik Zupanc (v Kornhauser in Mali 2013) opozarja na merila, ki naj bi vplivala na odločitev starih ljudi za preselitev. Kot najpomembnejše navaja željo starega človeka ostati v njemu znanem okolju. Sledijo želje po neodvisnosti, zasebnosti in preselitvi v infrastrukturno urejeno stanovanje, ki starejše varuje pred ogroženostjo zaradi zdravstvenih težav in izpostavljenosti kriminalu. Kot zadnje merilo navaja zadovoljevanje potrebe po družabnosti. Družabnost stari ljudje uresničujejo tako v interakcijah z vrstniki kot v družini, med prijatelji, znanci ali v različnih strokovnih organizacijah (Kornhauser in Mali 2013, 323).

Čeprav ponekod pri preselitvi domovi skušajo kar najbolj zadovoljiti potrebe starih ljudi, je to velikokrat nemogoče, saj je življenje na starost v velikem zavodu že v temelju nasprotno človekovi naravi, pa tudi velike ustanove so po svoji naravi toge. Preselitev za starega človeka pomeni izgubo dotedanjih socialnih stikov, s svojci pa po navadi ni več v stalnem stiku, temveč kvečjemu samo enkrat na teden ob bolj ali manj formalnih obiskih. Pogosto po preselitvi v sobi niso sami, dobijo enega ali več sostanovalcev; stari ljudje (vsaj uvodoma) jih dojemajo kot nedomače ljudi, kot tujce. S tem se zanje izgubi vsa povezava s prejšnjo življenjsko okolico, v kateri so živeli pred preselitvijo – s sosedi, znanci in domačim naravnim okoljem, ki je človeku pri srcu (Ramovš v Kornhauser in Mali 2013).

Potrebe starih ljudi je sicer možno zadovoljiti s povezovanjem delovnih organizacij, zavodov, društev, vrtcev in šol, saj se tako ustvari socialno ozračje, v katerem bo star človek občutil, da je v svojem okolju sprejet kot človek in ne kot odvečna, nepotrebna osebnost (Kornhauser in Mali 2013, 324).

Pri tem je ključno, da se stari ljudje naučijo na nov način zadovoljevati svoje temeljne potrebe in sproti ohranjajo svoje ravnotežje. Če v tem ne uspejo, postanejo vedenjsko in čustveno moteni in se zapirajo vase (Marinšek in Tušak 2007, 86).

3. 4 Psihološke značilnosti starejših ljudi

Posameznikovo doživljanje sebe in starosti je v veliki meri odvisno od zrelosti človekove osebnosti, zdravstvenega stanja, položaja v družbi, sožitja z drugimi ljudmi, vključenosti v socialne mreže. Psihične spremembe so povezane tako s telesnimi kot s socialnimi spremembami, pojavijo pa se lahko tudi pri duševnih in umskih sposobnostih, vedenju in emocijah (Rupnik 2008, 20).

Starost prinaša številne spremembe, ki so lahko vir različnim stiskam, še zlasti kadar se te pojavijo naenkrat. Najpogostejši vir stisk starostnikov so različne izgube in odvisnost od tuje pomoči. Pojavijo se še občutki krivde in sprava, možnost novega začetka, smrt, osamljenost, življenjska naveličanost, dolgčas, zavoženost življenja, bojazen pred visoko starostjo, strah pred umiranjem, strah pred smrtjo, posmrtno življenje in smisel življenja (Kogoj 2004).

V starosti so pogoste tudi duševne motnje, ki so bodisi nadaljevanje duševnih motenj iz mlajših življenjskih obdobj (npr. shizofrenija in ostale psihoze, bipolarna afektivna motnja, depresija, nevrotske in somatoformne motnje), bodisi novonastalih duševnih motenj (zlasti depresija, demenca ter ostale organske duševne motnje) (Kogoj 2004).

V obdobju staranja nastopijo specifične življenjske okoliščine, ki potencialno povečajo verjetnost negativnega emocionalnega doživljanja in motenj v vedenju starostnikov. Izguba družbenega statusa in dohodka po upokojitvi vzbudi pri mnogih razočaranje in jezo. Slabše zmožnosti za samostojno skrb zase, smrt partnerja ali prijateljev, zdravstvene težave, povečana odvisnost od drugih so okoliščine, ki lahko zmanjšajo samozavest in povečajo možnost doživljanja globoke žalosti, groze, strahu, depresije, osamljenosti, občutkov ponižanosti in nemoči in drugih negativnih emocij. Negativne emocionalne odzive (šibko zaupanje vase in samospoštovanje in otopelost kot preživetveni mehanizem) potencialno spodbuja zlasti bivanje v ustanovah, v

katerih so starostniki podvrženi zakonitostim domskega/bolnišničnega (emocionalnega) reda in različnim ritualom razosebljanja, infantilizacije in ponižanja. Tudi diskriminacija in stigmatiziranost starostnikov v družbi nasploh lahko ustvarita negativno čustvovanje, zlasti šibko samospoštovanje in samovrednotenje starih ljudi. Poleg družbenih razlogov obstajajo še s starostjo povezane biološke spremembe (na primer spremembe v centralnem živčnem sistemu), ki domnevno zmanjšujejo sposobnost nadzorovanja negativnih emocij (Šadl 2007, 13–14).

Raziskave kažejo, da se čustvovanje starih ljudi ne razlikuje bistveno od čustvovanja mlajših odraslih ljudi. Emocionalno doživljanje, njegove osnovne sestavine in vidiki, kot so subjektivno občutenje, spontanost obraznega izražanja, psihofiziološka odzivnost in subjektivna intenziteta emocionalnega doživljanja, ohranijo svojo vitalnost in integriteto globoko v starost (Carstensen, Charles v Švab 2007).

Psihične spremembe se pri starostnikih odražajo v obliki negativnih emocij, kot sta depresija in osamljenost, socialne spremembe pa nastopijo kot posledica izgube bližnjega ali odhoda v dom. Vedno večjo populacijo starostnikov pa na njihova stara leta prizadene še demenca. Vse skupaj zmanjšuje posameznikovo motivacijo in pripravljenost na ohranjanje kakovosti lastnega življenja.

3. 4. 1 Depresija

Najpogostejša reakcija na starostne strese, še posebno na smrt ljubljenih oseb, sta žalost in depresija. Depresija ne pomeni samo globoke žalosti, temveč spremembo spomina, interesov, fizičnega zdravja in aktivnosti. Starejše osebe se dostikrat ne zavedajo, da jih muči depresija. Mnogi zaradi sramu ne priznajo motnje.

Depresijo naj bi doživljalo v razvitem svetu kakih 2–3 % starostnikov (brez tistih, ki živijo v starostnih domovih ali bolnicah). Domnevajo pa, da jih je v resnici več, 8–10 %, v starostnih domovih in bolnicah pa kar 20–25 %. Bolj kritični izvedenci pa menijo, da jih je v populaciji kar 60 %. V primerjavi s prejšnjimi desetletji delež narašča.

Depresija ne pomeni kratkokrajne žalosti, ki jo občasno doživljajo vsi ljudje. Pomeni dolgotrajno ali ponavljajoče se negativno emocionalno stanje, ki ovira normalne aktivnosti starega človeka (King v Pečjak 2007).

Glavni znaki depresije so: sprememba navad hranjenja, spanja, upad energije in trajajoča utrujenost. Depresivno čustveno stanje traja večji del dneva skoraj vsak dan, posameznika prešinjajo občutek brezvrednosti, nemoči in brezupa, občutek krivde, težave pri koncentraciji in odločanju, razdražljivost, pomanjkanje zadovoljstva, vztrajajoča tesnoba, sprememba telesne teže, giblјivost, zanemarjenost, pomanjkanje higiene, brezbržnost do imovine, upad spomina, zmedenost, pomanjkanje orientacije, pretirano ukvarjanje s fizičnimi problemi, kronične bolečine brez pravega vzroka, samomorilske misli, popustitev prejšnjih socialnih odnosov, povečana odvisnost od družine, nerazložljivi izbruhi joka. Najhujša posledica depresije pa je samomor, ki s starostjo narašča. Še posebno pogosti so od 55. do 65. leta ter od 75. leta naprej, čeprav so med raznimi nacionalnimi, rasnimi in verskimi skupinami razlike (Pečjak 2007, 148–151).

3. 4. 2 Osamljenost

Druga tipična emocija, ki je povezana s stresi in izgubo bližnjih oseb, je osamljenost. Službe ni več, mnogi prijatelji so umrli, drugih socialnih obveznosti je malo; poleg tega stari ljudje za mlade niso več zanimivi, posebno kadar starostniki ne najdejo načina ali ne storijo nič. Mnogi so navajeni, da so bili nekđaj v središču pozornosti, zato težko prenašajo obrobno vlogo. Osamljenost spremljata tesnoba in strah pred prihodnostjo in morebitno smrtjo. Prej so dobivali čestitke za rojstni dan, božič in novo leto, zato težko prenašajo obrambno vlogo. Osamljenost spremlja tesnosbnost ter strah pred prihodnostjo in bližajočo se smrtjo.

Pri bolj onemoglih osebah je pogost občutek nemoči in nebogljenosti. Pogosto ga izzovejo svojci ali bolniško osebje, če pretirano skrbijo zanje. Namesto, da bi si starejši ljudje sami pomagali, se začnejo zanašati nanje in postanejo še bolj odvisni od njih in nemočni (Pečjak 2007, 152–153).

Čim dlje človek živi, tem manj se srečuje z ljudmi. Stari ljudje se zato pritožujejo nad vse večjo osamljenostjo v življenju. Vrstniki zaporedoma umirajo, odhajajo. Starejši, ki so jih poznali iz mladih let, so odšli že prej, z mlajšim rodом pa ni pravega srečevanja. Ti hodijo mimo starih kot tujci, kajti njihova zanimanja so povsem drugačna. Posebno hudo to občutijo tisti, ki so že po svojem značaju manj družabni in

so že od nekdaj imeli težave ob srečanju s človekom in nikoli niso imeli pravega srečanja z družbo. Taki ljudje ob vedno večjem pomanjkanju pravega srečanja z ljudmi občutijo družbo, ki jih obdaja, kot da jih stiska, utesnjuje. Dobesedno doživljajo na sebi, kaj se pravi živeti sredi ljudi kot človek v stiski (Trstenjak 1992 v Marinšek in Tušak 2007, 87). Stari ljudje pogosto izražajo željo po tesnejših stikih z otroki, značilna oblika osamljenosti v starosti pa je vdovstvo. Za premagovanje osamljenosti so zelo primerni konjički (Birska v Marinšek in Tušak 2007, 87) ter druženje z živalmi in skrb zanje (Marinšek in Tušak 2007, 87).

3. 4. 3 Izguba bližnjega

Med najbolj bolečimi izkušnjami so izguba zakonskega partnerja, izguba sorodnikov ali prijateljev. Človek se s tem težko sprijazni in za izgubo žaluje. Takšno žalovanje je pozitivno, dokler traja kratek čas, človeku pomaga, da se pomiri s preteklostjo in se lahko pripravi na prihajajoče trenutke. Lahko pa se zgodi, da človeka občutje izgube spremlja do konca življenja in se s tem ne more sprijazniti. To obremenjuje njegovega duha in upanje (Gillet v Ferenc 2006, 21).

Izguba zakonskega partnerja naj bi bil najhujši stres v življenju. Na splošno velja, da je stres toliko hujši, čim dalj sta zakonca živela skupaj. Pri veliki večini se pojavi huda in dolgotrajna depresija (Pečjak v Ferenc 2006, 21).

3. 4. 4 Demenca

Demenca je bolezen, ki prizadene vse večjo populacijo starostnikov in posledično tudi njihove svojce (Kerč in drugi 2005, 1).

Gre za progresivno upadanje kognitivnih funkcij zaradi možganske poškodbe ali bolezni.

Simptomi, ki jih opazimo pri osebi z demenco, so: izrazito poslabšanje spomina, miselna neučinkovitost, zmeden govor, izguba orientacije v času in prostoru, nerazumevanje socialnih odnosov ter nezmožnost opravljati določene aktivnosti. Prav

tako se pridružujejo tudi osebnostne spremembe. Bolezen ima značilen progresiven značaj in motnje so vsako leto hujše (Kerč in drugi 2005, 3–4).

Demenca nastopi najpogosteje po 65. letu, lahko tudi prej, in tedaj so znaki bolj pogubni. S starostjo odstotek naglo raste. Podatke, zbrane v Veliki Britaniji, Avstraliji, na Novi Zelandiji, Danskem, Švedskem in Japonskem (Prestoh 1986 v Pečjak 2007, 173) kaže razpredelnica:

Tabela 3. 1: Prikaz starosti in odstotka demence

STAROST	ODSTOTEK
65–69	2
70–74	3
75–79	6
80–84	12
85–89	22
90 in več	41

Vir: Pečjak (2007).

Demenca napreduje postopoma in motnje so vsako leto hujše. Začetek je podoben normalnemu upadanju razumskih funkcij v starosti. Pojavlja se pozabljivost, izgubljanje in zalaganje predmetov, govorne motnje in podobni simptomi. Prizadeti jih opaza in dostikrat si skuša pomagati tako, da si izpisuje lističe. Nekatere osebe ostanejo v tej fazi. V naslednji fazi se motnje povečajo, pojavi se zmedenost, velik upad pozornosti, obseg pomnjenja se zmanjša na nekaj enot, pozabljanje je zelo hitro. Prizadeti lahko bere članek v časopisu, a ko ga prebere, ne ve, kaj je bral. Ko poje jed, ne ve, kaj je jedel. V govoru ponavlja iste besedne zveze, pomen besed pa zamenjuje, npr. reče predor namesto most. Sintaksa ni prizadeta, težave pa so pri poimenovanju predmetov. Od osebnostnih sprememb nastopi pogreznjenost vase, ki jo prekinjajo izbruhi jeze ali solza. Pogosta je depresija. Bližnji ljudje zaznajo spremembe, bolnik pa ne, a uporablja racionalizacije. Na vprašanje: »Kdo je zdaj predsednik države?« lahko odgovori: »Ne zanimam se za politiko.«

V tretji fazi je izguba spomina tolikšna, da bolnik ne prepozna niti najbližjih sorodnikov. Zato je popolnoma izgubljen in ne more več sam skrbeti za svoje

osnovne potrebe. Zgodi se, da preneha jesti. Včasih se pridružijo halucinacije in blodnje (Pečjak 2007, 174).

Za dementne osebe je značilno vračanje v biografsko zadovoljujoča obdobja, ki se kaže v izjavah, kot so »moram v službo«, »zdaj moram pomolsti krave«, »obiskal bom mamó« (ki je že dolgo mrtva), kar izpričuje regeresijo posameznikovega jaza. Ta obrambni mehanizem naj bi pomagal pri premagovanju strahu (Pečjak 2007, 175).

3. 4. 5 Odhod od doma

Star človek se izredno težko prilagaja novim življenjskim situacijam. Vsak se mora namreč podrediti sistemu institucije, ki je zelo rigiden in nečloveški in naravnano bolj v smeri zagotavljanja dobrih razmer za osebje kot pa za stanovalce. Ljudje v domovih zelo težko prenašajo skupno življenje toliko starih ljudi na enem mestu. Nikjer ne morejo biti sami, vedno so prisotni ljudje, s katerimi je glede na njihovo število in človekovo sposobnost prilagajanja nemogoče vzpostaviti pristen človeški stik. Zelo težko jim je ob misli, da je osebje za svojo naklonjenost do njih plačano. Ljudje v domovih ne morejo izkoristiti prostega časa, ki ga imajo seveda v izobilju, saj praktično po cele dneve ne delajo nič. Za prosti čas je namreč treba imeti denar, tega pa stanovalci praviloma nimajo. Domovi v sedanji obliki, kot jih premore Slovenija, in ki zagotavljajo dokaj visok materialni standard, so nujno zlo, saj je v njih nemogoče vzpostaviti razmere, da bi se ljudje med seboj spoznali, bili ljudje z osebnim imenom, priimkom, s svojimi malimi in velikimi skrivnostmi (Pečjak 1998 v Marinšek in Tušak 2007, 97).

3. 4. 6 Motivacija

Človekovi motivi nam povedo, zakaj posameznik začne, vztraja ali konča kakšno aktivnost, ki je usmerjena k določenemu cilju. Zato je motivacija temeljni kamen človekovega vedenja. Njegove sposobnosti, spretnosti, spomin, mišljenje itd. so mrtev kapital brez ustrezne motivacije. Star človek je lahko zelo moder pri svojih odločitvah, vendar nima nobene volje, da bi jih izrazil. Ravno v starejših letih nastopi pomanjkanje motivacije. Posebno v visoki starosti posameznik meni, da se mu ničesar

več ne izplača, kar je odvisno od njegove ocene, koliko let mu je še preostalo in kakšna bo kvaliteta njegovega prihodnjega življenja. Vedenje starostnikov je tako zelo selektivno in izbirajo cilje, za katere menijo, da jih lahko dosežejo v (pre)kratki prihodnosti. Sicer pa se stari ljudje ne ukvarjajo veliko s prihodnostjo, bolj so usmerjeni k sedanjosti, čeprav radi premlevajo in ocenjujejo svojo preteklost (Pečjak 2007, 154).

Ljudje vseh starosti imajo močan motiv po avtonomnosti, po tem, da sami uravnavajo svoje življenje. Vendar socialno okolje starejših oseb (posebno tistih, ki skrbijo zanje) vsiljuje svoj nadzor in s tem omejuje samokontrolo. Ljubše jim je, da se starejše osebe počutijo odvisne od njih. Odvisne osebe pa nadomeščajo zunanjo kontrolo z notranjo, ki je zadnji pristan za njihovo zadovoljstvo s seboj. Nekateri psihoanalitično usmerjeni avtorji celo menijo, da je nemarno vedenje nemočnih starejših oseb (npr. nekontrolirano odvajanje urina in blata) samo poskus uveljavljanja svoje volje (Pečjak 2007, 155).

Vprašanja o smislu življenja so vprašanja, ki si jih pogosto postavljamo, pri starih ljudeh pa so še izrazitejša. V skladu z načeli eksistencialne psihologije lahko rečemo, da je življenje človeka vse to, kar iz njega naredi veselo ali žalostno, smiselno ali nesmiselno, polno ali prazno osebo. Smisel življenja je tako vsakodnevno angažirano delovanje, ki življenje napolnjuje in onemogoča, da bi postalo praznina. Osnovni pogoj za iskanje smisla v starosti je, da človek sprejme starost s prepričanjem, da je tretje življenjsko obdobje prav tako smiselno obdobje življenja kakor prejšnji dve, ob tem pa ima kot v prejšnjem obdobju svoje posebne naloge, možnosti kot tudi posebne omejitve in težave. (Ramovš v Kornhauser in Mali 2013, 324)

3. 4. 7 Emocionalna opora

Emocionalna opora je označena kot ena najodločilnejših vrst opore, saj olajšuje spopadanje s stresnimi dejavniki in spodbuja dobro počutje v vseh življenjskih dobah (Ryan in drugi v Hlebec 2009, 227). Usmerjena je v zadovoljevanje emocionalnih potreb posameznika, zlasti v njegovih oz. njenih stresnih in kriznih življenjskih situacijah, za izboljšanje psihološkega počutja in ohranjanje odnosne harmonije

(Hlebec 2009, 227).

Emocionalna opora je pomembna tudi za stare ljudi, čustvena pomoč, ki so jo deležni, se neločljivo povezuje z uspešnim staranjem in pozitivnim afektivnim profilom, v katerem so depresivni simptomi in neaktivni afekti minimalni, pozitivni afekti in zadovoljstvo z življenjem pa visoki (Isaacowitz in Seligman v Hlebec 2009, 227). Stari ljudje, ki imajo močna omrežja socialne opore, se bolj učinkovito spopadajo s škodljivimi učinki stresnih situacij kot tisti njihovi vrstniki, ki ne gojijo tesnih vezi z drugimi (Krause v Hlebec 2009, 227).

Emocionalna opora je pomembna ne le za kakovostno emocionalno življenje posameznika, ampak tudi za kakovosten odnos z drugimi, saj predstavlja enega od načinov ustvarjanja intimnosti in ohranjanja odnosne harmonije. Emocionalno oporo nudijo neformalni in formalni viri; formalni viri se opirajo na bolj tehnično znanje in profesionalne norme, medtem ko so pri neformalnih virih opore (npr. družinski člani, prijatelji) v glavnem osrednja motivacija občutki bližine in naklonjenosti.

Emocionalna opora je oblika (emocionalnega) dela. Pojem emocionalno delo zajema aktivnosti emocionalne opore, vendar ima širši pomen, saj obsega tudi aktivnosti pritiska in grožnje (npr. delo izterjevalcev dolgov, policistov). Erickson (v Hlebec 2009, 227) definira emocionalno delo kot »aktivnosti, ki povečujejo emocionalno dobro počutje drugih in ki zagotavljajo emocionalno oporo«. Emocionalno delo v domačem okolju pa po L. Strazdinsu (v Hlebec 2009, 227) zajema delovanja in namene po izboljšanju psihološkega dobrega počutja drugih oz. »vedenja, usmerjena v izgrajevanje pozitivnih emocij in bližine oz. v popravljanje in reguliranje negativnih emocij in medosebnih konfliktov«.

Primeri emocionalne opore so poslušanje, dajanje nasvetov za delovanje, razumevanje dane situacije, vživljanje v vlogo drugega, ustvarjanje bližine, izražanje toplote, skrbi, zaupnosti, spoštovanja ter fizične naklonjenosti (objemanje, poljubljanje, dotikanje, držanje roke), tolažba ipd. (Šadl, Hlebec 2007, 227).

Soočanje in spopadanje s starostjo je potencialno travmatska emocionalna izkušnja. Kljub številnim družbenim/sociološkim in biološkim/fizičnim dejavnikom

negativnega čustvovanja pa staranje ni neizogiben proces propadanja vitalnih čustvenih funkcij. Staranje je kompleksen proces kritičnega soočanja s preteklostjo, sedanjostjo in prihodnostjo, ki neločljivo vključuje pozitivne funkcije boja in dosežka. Pregled raziskav in študij je pokazal, da je emocionalno življenje starostnikov – kljub različni dinamiki posameznih sestavin emocionalnega procesa – prijetnejše in bolj vodljivo v primerjavi z emocionalno ekonomijo mlajših odraslih oseb. Pri doseganju dobrega emocionalnega počutja pa je starostnikom v veliko pomoč tudi zaznana emocionalna opora najbližjih v družini, prijateljev in sostanovalcev v domovih za ostarele (Šadl 2007, 18).

3. 5 Medosebna komunikacija

Ljudje živimo na način socialne interakcije, tako medosebne kot skupinske. S pomočjo socialnih interakcij urejamo odnose, se odločamo, se izražamo, si delimo naloge, prostor in materialne vire, vodimo svoje življenje in sodelujemo, sočustvujemo, vzgajamo. Na različne načine in organizirano oblikujemo in si delimo informacije, zamisli, dejavnosti, izkušnje, čustva (Ule 2009, 12).

Človek ni samo socialno, je tudi simbolno bitje. Nenehno nekaj označuje, presoja, ocenjuje in razumeva. Vse to bi bilo brez obširnih sistemov socialno utrjenih socialnih redov in načinov »kodiranja« sporočil nemogoče. To pa je temeljna značilnost komuniciranja (Ule 2009, 13).

Komuniciranje poteka na različnih ravneh: od dialoga med dvema osebama do globalnih socialnih interakcij med skupinami, institucijami. Različne ravni in modifikacije socialnih interakcij predstavljajo družbeni kontekst vedenja, delovanja in doživljanja udeležencev komunikacijskega procesa. Standardna je delitev na štiri ravni komunikacijskega delovanja: medosebno komuniciranje, skupinsko komuniciranje, organizacijsko komuniciranje, množično komuniciranje (Ule 2009, 21).

Nekateri avtorji upoštevajo znotrajosebno komuniciranje, komuniciranje s samim seboj, na primer mišljenje, razmišljanje, sanjarjenje (Ule 2009, 21).

Richard Dimbleby in Graeme Burton predlagata (1995, 5) ločevanje štirih kategorij komunikacije, in sicer glede na to, kdo je v njej udeležen:

1. Notranja komunikacija (intrapersonalna) poteka, kadar razmišljamo, pravzaprav komuniciramo sami s seboj. Včasih se v mislih pogovarjamo, kot bi govorili s kako drugo osebo, včasih si dajemo navodila ipd.
2. Medosebna komunikacija (interpersonalna) ali komunikacija znotraj manjše skupine se običajno nanaša na neposredno komuniciranje (iz oči v oči) dveh ali več ljudi. David W. Johnson in Frank P. Johnson (1997, 140) medosebno komunikacijo opredeljujeta v širšem in ožjem pomenu in pravita:
 - medosebna komunikacija v širšem pomenu besede pomeni vsako besedno ali nebesedno vedenje, ki ga zazna druga oseba;
 - v ožjem, običajno bolj uporabljenem primeru, pa je medosebna komunikacija definirana kot sporočilo, ki je poslano od ene osebe k drugi(m) z zavestnim namenom, vplivati na vedenje »prejemnika«.
3. Skupinska komunikacija oz. medskupinska poteka med različnimi skupinami. Majhne skupine se vedejo drugače kot pari, vendar še vedno obstaja neposredna (iz oči v oči) komunikacija (skupinice prijateljev, družina itd.). Velike skupine (v podjetjih, na koncertih itd.) pa se spet vedejo drugače od majhnih skupin, ne le zato, ker so večje, ampak tudi zaradi tega, ker običajno pride do njihovega združevanja iz drugačnih razlogov, kot to velja za majhne skupine.
4. Množična komunikacija se nanaša na zelo veliko število prejemnikov ali uporabnikov (množični koncerti, poštni ali telefonski sistemi itd.).
5. Tem bi po našem mnenju lahko dodali tudi komunikacijo med živalmi (nekateri vrste) in med človekom in živalmi (z nekaterimi vrstami) (Vec 2005, 18–19).

V svojem diplomskem delu se bom osredotočila na medosebno komuniciranje. Avtorica Mirjana Nastran Ule (2009, 21) ga opredeljuje kot dogajanje, za katerega so značilni navzočnost ekspresivnih dejanj pri eni ali več osebah, zavestna ali nezavedna zaznava takšnih dejanj pri drugih ljudeh in povratno opazovanje, da takšno ekspresivno dejanje zaznajo drugi. Zaznavanje tega, da so drugi zaznali ekspresivna dejanja, globoko vpliva na človekovo vedenje in delovanje. Zato je za

psihologijo prav medosebno komuniciranje paradigmatski primer komuniciranja, iz katerega izvajajo druge oblike komuniciranja.

Medosebno komuniciranje ima to bistveno značilnost, da so udeleženci komuniciranja usmerjeni drug na drugega in neposredno vplivajo drug na drugega (Knapp v Ule 2009, 23). Bistvena značilnost medosebnega komuniciranja je, da se med udeleženci razvijajo občutki medosebne privlačnosti in/ali odbojnosti (Ule 2009, 23).

Medosebno komuniciranje je kontinuiran proces. Zahteva in predpostavlja odgovor partnerja. Poslano sporočilo še ni dovolj za to, da bi govorili o medosebnem komuniciranju. O njem govorimo, ko partner da odgovor na sporočilo (Ule 2009, 24).

Obstaja nekaj ključnih značilnosti, po katerih se medosebno komuniciranje razlikuje od drugih oblik komuniciranja, pa tudi ključev, po katerih delimo medosebno komuniciranje na različne vrste, na primer na:

- *število udeležencev*; število udeležencev je majhno, po tem se medosebno komuniciranje razlikuje od preostalih oblik komuniciranja: najmanjše število udeležencev v medosebnem komuniciranju sta dve osebi v dialogu, največje število pa je tisto, ki še dovoljuje osebni stik in odnos vsakega udeleženca z vsakim udeležencem medosebnega komunikacijskega procesa;
- *fizično navzočnost udeležencev*; večkrat se medosebno komuniciranje identificira s komuniciranjem iz oči v oči; to pravilo z vdorom komunikacijskih tehnologij in posredovanega komuniciranja v naša vsakdanja življenja postaja vedno manj pomembno in pomenljivo, še vedno pa je neposredno medosebno komuniciranje »iz oči v oči« psihološko najgloblja in zato najzanimivejša oblika komuniciranja;
- *stopnjo formalizacije*; medosebno komuniciranje je najmanj formalizirana oblika komuniciranja; medosebni stik ne prenese formalizacije, razen

ritualizacije na začetku in koncu stika; čim bolj so sporočila osebna in odkrita, tem bolj osebno je komuniciranje.

Osnovna enota medosebnega komuniciranja sta dve osebi v neposrednem stiku. Pri tem je pomembno, da komuniciranja v paru ne moremo razdeliti na posamezne dele. Par, diada, je osnovna enota medosebnega komuniciranja. V paru se dogajajo osnovni procesi izmenjave simbolov, znakov, gest. Šele kadar na znak, sporočilo enega udeleženca diade, drugi odgovori, govorimo o medosebnem komuniciranju. To je vedno povraten proces, dvosmerno komuniciranje, in prav to je posebna značilnost medosebnega komuniciranja (Ule 2009, 24).

Za medosebno komuniciranje je bistveno, da proces ozaveščanja lastne samopodobe vključuje tudi partnerje v komuniciranju. Druga oseba s svojimi odgovori na dejanja prve osebe potrdi ali zavrne njena izkustva, občutke, njeno samopodobo. Odvisni smo od potrditev ali zavračanj drugih ljudi, saj šele s tem zgradimo podobo o sebi in svojih odnosih z ljudmi okrog sebe. V uspešnem medosebnem komuniciranju postane ta proces recipročen, vsi udeleženci utrjujejo samopodobe in podobe drugega (Ule 2009, 25).

Pri mnogih starejših je zaradi starostnih in bolezenskih sprememb bolj izražena nebesedna kot besedna komunikacija (Zaetek in drugi 2008, 243).

Medosebno komuniciranje ima tako poleg drugega lahko pomembno svetovalno in terapevtsko vlogo v vsakdanjem življenju, saj v tem procesu razrešujemo številne osebne in medosebne dileme, nesporazume, pomaga nam razrešiti odločitvene situacije. Tako vidimo, v kakšnem smislu lahko medosebno komuniciranje razumemo kot paradigmatski primer komuniciranja iz psihološke perspektive. Torej, namesto da o medosebnem komuniciranju razmišljamo kot o komuniciranju, ločenem od drugih oblik komuniciranja, raje razmišljamo, da imajo vse oblike komuniciranja nekatere od značilnosti medosebnega komuniciranja, vendar nikoli vseh (Ule 2009, 25).

Pri mnogih starejših je zaradi starostnih in bolezenskih sprememb bolj izražena nebesedna kot besedna komunikacija (Zaetek in drugi 2008, 243).

3. 6 Aktivnosti in terapije s pomočjo živali

Levison je začel promovirati koristi za zdravje, ki jih prinaša človeško-živalska naveza že v 60. letih, vendar dokazi o tem segajo še dlje (v Brodie, Biley 1999, 330). James H. S. Bossard je že leta 1944 govoril o pomembni vlogi, ki jo ima domača žival v življenju družine in mentalnem zdravju njenih članov. Bossard je na osnovi svojih lastnih izkušenj naštel številne vloge, ki naj bi jih imel hišni ljubljeneček. Žival je opisal kot vir brezpogojne ljubezni, izhod človekove želje po izražanju ljubezni, izpolnjevalca človekove želje po izražanju moči, učitelja otrok v primeru toaletnega treninga, učitelja otrok pri seksualni vzgoji, učitelja pri učenju odgovornosti, socialno mazilo in sopotnika (Marinšek in Tušak 2007, 135).

V Sloveniji sta med raziskovalci vezi človek – žival znana pokojni psiholog Maks Tušak in njegova hči Maksimiljana Marinšek. V monografiji z naslovom Človek – žival: zdrava naveza, na podlagi lastnih izkušenj vključevanja živali v terapevtske obravnave posameznikov in na podlagi raziskav opisujeta prijateljske vezi med človekom in živaljo ter vpliv teh vezi in odnosov na človekovo zdravje in kvaliteto življenja v različnih obdobjih življenja. Kot pozitivne učinke, ki izhajajo iz vezi, ki se vzpostavi med človekom in živaljo navajata: sprostitvev in zmanjšanje stresa, razvedrilo in spodbujanje k igri, zmanjšanje občutka strahu, spodbujanje k razmišljanju in iskanju informacij, spodbujanje občutka zaželenosti, večanje občutka skrbi za druge, večanje empatije, usmerjenost v sedanjost in prihodnost, večanje občutka varnosti in zaupanja drugim, izboljšanje komunikacije med ljudmi, spodbujanje družabnosti in s tem zmanjševanje odtujenosti med ljudmi (Horvat Kokalj 2015, 56).

3. 6. 1 Predstavitev osnovnih pojmov

Za lažje razumevanje izbrane tematike, bom predstavila nekaj osnovnih terminoloških pojmov, ki se pojavljajo skozi diplomsko delo.

Aktivnosti s pomočjo živali (AAA): AAA so v splošnem »meet and greet« (spoznaj in pozdravi) aktivnosti, ki vključujejo živali, ki obiskujejo ljudi. Iste aktivnosti se

lahko ponavljajo pri različnih ljudeh, to pa je nasprotje terapevtskim programom, ki so individualno oblikovani za točno določeno osebo ali zdravstveno stanje.

Terapije s pomočjo živali (AAT): Pri AAT gre za ciljno usmerjeno pomoč, pri kateri je žival, ki mora ustrezati specifičnim kriterijem, bistven del procesa zdravljenja. AAT je vodena s strani in/ali jo izvaja strokovnjak s področja zdravstva oz. socialnega dela, ki ima potrebno strokovno znanje ter izkušnje s področja svoje zaposlitve.

Terapevtski pes: je za izvajanje aktivnosti in terapij izšolan pes, ki skupaj s svojim vodnikom tvori terapevtski par in obiskuje ustanove.

Vodnik: je za izvajanje aktivnosti in terapij izšolana oseba, ki s svojim psom tvori terapevtski par in obiskuje ustanove.

Terapevtski par: tvorita izšolan pes in njegov vodnik. Skupaj obiskujeta ustanove in izvajata aktivnosti in terapije s pomočjo živali.

3. 6. 2 Aktivnosti s pomočjo živali

Aktivnosti s pomočjo živali so v splošnem »meet and greet« (spoznaj in pozdravi) aktivnosti, ki vključujejo živali, ki obiskujejo ljudi. V različna okolja jih pripeljejo posebej izšolani strokovnjaki ali prostovoljci, ki zadovoljujejo določene standarde. Nudijo priložnosti za motivacijsko, izobraževalno, rekreacijsko in/ali terapevtsko podporo za izboljšanje kvalitete življenja. Iste aktivnosti se lahko ponavljajo pri različnih ljudeh, to pa je nasprotje terapevtskim programom, ki so individualno oblikovani za točno določeno osebo ali zdravstveno stanje (Aktivnosti s pomočjo živali 2015).

V aktivnosti s pomočjo živali so zajeti družabništvo in raznorazne igre. Poleg uporabnika (ali uporabnikov) in terapevtske živali je vodnik terapevtske živali prisoten, prisotnost strokovne osebe pa ni nujno potrebna. Gre za dejavnosti s terapevtskim učinkom, ne gre pa za terapijo v medicinskem pomenu besede. Cilji

terapije niso opredeljeni, težave posameznikov tudi ne, prav tako niso zabeleženi učinki (Ilič 2013, 12–13).

Aktivnosti s pomočjo živali so postavljene v določeno okolje s posebej izučeni strokovnjaki in tudi prostovoljci v povezavi z živalmi, ki ustrezajo določenim kriterijem. McCulloh pravi, da so to pravzaprav aktivnosti, ki temeljijo na stiku človeka z živaljo. Enake aktivnosti se lahko pojavljajo z različnimi ljudmi, za razliko od terapevtskega programa, ki je oblikovan za določeno osebo s povsem specifičnim zdravstvenim stanjem. McCulloh (1983) navaja, da so bistvene značilnosti aktivnosti s pomočjo živali v tem, da tu specifični cilji zdravljenja niso načrtovani za vsak obisk posebej, da specialistom na tem področju in prostovoljcem ni treba delati podrobnih poročil oziroma zapisov ter da je potek obiska spontan in traja tako dolgo, kolikor je v določenem trenutku treba (Marinšek in Tušak 2007, 137).

Primer aktivnosti s pomočjo živali:

Skupina prostovoljcev s svojimi psi in mačkami enkrat mesečno obišče dom starostnikov. Obisk poteka v obliki več skupinskih aktivnosti, ki pa jih pomaga voditi osebje doma. Vodja prostovoljcev vodi neformalno evidenco o obiskih in obiskovanih (Aktivnosti s pomočjo živali 2015).

Tudi pri nas že potekajo podobne aktivnosti v bolnicah, domovih za ostarele in podobnih institucijah. To so tako imenovani obiskovalni programi (Marinšek in Tušak 2007, 137).

3. 6. 3 Terapije s pomočjo živali

Pri terapijah s pomočjo živali gre za ciljno usmerjeno pomoč, pri kateri je žival, ki mora ustrezati specifičnim kriterijem, bistven del procesa zdravljenja. Vodena je s strani strokovnjaka s področja zdravstva oz. socialnega dela, ki ima potrebno strokovno znanje ter izkušnje s področja svoje zaposlitve.

Zasnovana je tako, da pospešuje izboljšanje človekovih fizičnih, socialnih, emocionalnih in/ali kognitivnih funkcij (kognitivne funkcije se nanašajo na mišljenje ter intelektualne sposobnosti). Izvaja se na različnih področjih in lahko poteka v

skupini ali individualno. Potek obiska se dokumentira in oceni (Terapije s pomočjo živali 2015).

Terapija s pomočjo živali je zahtevnejša, čeprav lahko vključuje tudi igre in družabništvo. Bistvena razlika od aktivnosti je v tem, da je pri terapiji vedno prisotna tudi strokovna oseba. Težave uporabnika so razpoznane in opredeljene, cilji, ki jih s terapijo skušamo doseči, so zastavljeni. Učinki se beležijo (Ilič 2013, 12–13).

Terapija s pomočjo živali je formalen program zdravljenja, kjer je določenemu pacientu dodeljena določena žival z vodnikom. Vodnik živali in terapevt se najprej dogovorita za točno določene cilje, ki morajo biti doseženi, in naredita načrt, kako te cilje tudi doseči. Tu gre za konkretne cilje, in kar je najpomembneje, za merjenje napredka v doseganju teh ciljev (Marinšek in Tušak 2007, 140).

Cilji programov terapij s pomočjo živali so lahko:

- fizični (izboljšanje fine motorike, upravljanja invalidskega vozička in ravnotežja pri stoji);
- mentalni (povečanje medsebojne komunikacije med člani skupin, povečanje pozornosti, razvoj sprostitvenih in razvedrilnih spretnosti, izboljšanje samopodobe, zmanjševanje strahu in zaskrbljenosti, zmanjševanje osamljenosti);
- izobraževalni (povečanje besednega zaklada, pomoč pri dolgoročnem in kratkoročnem spominu, izboljšanje poznavanja pojmov, kot so velikost, barva ...);
- motivacijski (izboljšanje pripravljenosti za sodelovanje v skupinskih aktivnostih, izboljšanje medsebojne interakcije, izboljšanje interakcije z osebjem, povečanje vadbe)

(Terapije s pomočjo živali 2015).

Primer terapije s pomočjo živali:

Ženska, ki okreva po kapi, ima težave s stanjem in hojo. Fizioterapevt uporabi prisotnost psa kot motivacijo, in sicer tako, da ga postavi na mizo, nato pa prosi uporabnika, da stoje poleg mize psa skrtači ali boža po glavi in hrbtu. Za izboljšanje

gibalnih sposobnosti uporabnika le-ta sprehodi psa po ustanovi ali zunaj nje (Terapije s pomočjo živali 2015).

Terapija s pomočjo živali omogoča terapevtu, da naenkrat vpliva na več funkcionalnih ciljev, kar je velika prednost. Tako se lahko osredotoči na povečevanje bolnikove moči kot tudi na povečanje njegove vztrajnosti, stopnjo gibljivosti sklepov, ravnotežja, okretnosti in pozornosti. Hkrati lahko pride do izboljšanja tudi na psihičnem področju – na primer grajenje odnosov, povečanje samozaupanja in motiviranosti ter zmanjševanje stresa. Tega hkrati ne uspe noben drug program zdravljenja (Marinšek in Tušak 2007, 140).

Pri uspešnem izvajanju aktivnosti in terapij s pomočjo živali je bistveni dejavnik vodnik psa. Vodnik mora biti kognitivno in afektivno dozorela in stabilna osebnost, imeti mora vse lastnosti skupinskega voditelja (znanje o vodenju psa, komunikativnost s psom, personifikacija vrednot, ki veljajo v skupini oz. v krdelu). Vodnik mora biti osebnost, ki vzbuja zaupanje in varnost ter avtoriteto gradi na življenjskih ciljih. Pes mora v svojem voditelju videti utelešenje lastnih potreb in interesov. Pes namreč oblikuje svoj lastni vzorec vedenja, ki se razlikuje od vzorcev vedenja drugih psov iste pasme. Ker je pri psu močnejše razvit emocionalni svet, si tudi svoj kognitivni svet močnejše kot človek gradi na temelju emocionalnega doživljanja sveta, človeka in okolja. Zato se tudi bolj senzitivno in kot otrok čustveno odziva v interakciji s sočlovekom (Vreg 1997, 41–42).

3. 6. 4 Slovenska prostovoljna društva, ki izvajajo aktivnosti in terapije

3. 6. 4. 1 *Ambasadorji nasmeha*

Ambasadorji nasmeha so prvo slovensko društvo za terapijo s pomočjo živali, ki deluje že od leta 2004. Gre za prostovoljno neprofitno društvo, ki deluje v javnem interesu (Slovensko društvo za terapijo s pomočjo živali 2015b).

Društvo si prizadeva, da se terapija in aktivnosti s pomočjo živali ustalijo in izvajajo kot priznana oblika pomoči v zdravstvu, šolstvu in na drugih primernih področjih, ki

jih pokrivajo ustrezne ustanove v Sloveniji, kot tudi v obliki individualnih obiskov na domu v sodelovanju z za to usposobljenim osebjem in ustanovami.

Svoj namen uresničujejo z izvajanjem naslednjih osnovnih nalog:

1. vzgoja in izobraževanje vodnikov in živali na področju terapije s pomočjo živali;
2. preverjanje in vzdrževanje ter višanje kvalitete usposobljenosti izkušenega kadra in terapevtskih parov z organizacijo izobraževalnih seminarjev, strokovnih predavanj, preverjanj, raznih drugih prireditev in publikacij na državni in mednarodni ravni;
3. vse dejavnosti šolanja in izobraževanja, ki so potrebne za izšolanje in uporabo psov pomočnikov ljudem s posebnimi potrebami;
4. organizacija dela izšolanih parov (obiskov in izvajanja terapije v institucijah, ki so ali bodo z društvom v pogodbenem razmerju);
5. sodelovanje in povezovanje z drugimi organizacijami za uvajanje in izvajanje terapije z živalmi, državnimi organi, organi lokalnih skupnosti, veterinarskimi organizacijami in drugimi pri vpeljevanju te terapije v Sloveniji in tujini (Cilji delovanja društva 2015a).

V društvu je trenutno 49 članov in 18 aktivnih terapevtskih parov, ki jih sestavljata vodnik in njihova žival. Društvo deluje večinoma s psi, vendar pri svojem delu uporabljajo tudi muce, kunce, bradate agame, činčile, miniaturne ameriške konje, kokoši, beloprsega afriškega ježka, miniaturno ameriško pujsko idr.

S terapevtskimi pari obiskujejo vrtce, šole, bolnišnice, domove za starejše, dnevne centre in druge ustanove po Sloveniji.

3. 6. 4. 2 Zavod PET

Zavod PET je zasebni zavod, ki deluje z namenom dvigovanja kakovost življenja posameznika s posredovanjem s pomočjo psa (Predstavitev 2015b).

Ustanovljen je bil sredi oktobra leta 2011, na pobudo enajstih ustanovnih članic. Danes združuje in povezuje prostovoljce, ki s terapevtskimi psi že več let aktivno opravljajo aktivnosti in terapije s pomočjo psov v bolnišnicah in zavodih, kot so Pediatrična klinika Ljubljana, Univerzitetni rehabilitacijski inštitut RS Soča, Klinika

za pediatrijo Maribor, Zavod Dornava ter domovi za starejše. Zavod trenutno šteje 33 članov in 18 terapevtskih parov, ki aktivnosti s psom izvajajo tudi v vrtcih in osnovnih šolah po vsej Sloveniji (Javnosti se je predstavil: Zavod PET 2013, 27. januar).

Prostovoljci zavoda pomagajo ljudem vseh starosti, predvsem pa osebam s posebnimi potrebami (Predstavitev 2015b).

Cilji zavoda so:

- dvigniti kakovosti življenja posameznikov;
- razviti terapevtske metode posredovanja s pomočjo psa v Sloveniji;
- pridobiti informacije o znanstvenih dognanjih in promocija terapevtskih, zdravstvenih in pedagoških učinkov odnosa med psom in človekom v Sloveniji in širše;
- širiti prepoznavanje in priznavanje terapevtskih metod posredovanja s pomočjo psa s strani stroke in širše javnosti;
- postaviti in poenotiti standarde šolanja terapevtskih psov, izobraževanja inštruktorjev terapevtskih psov, vodnikov, strokovnih oseb in ostalih prostovoljcev, ki delujejo na tem področju v Sloveniji;
- na podlagi standardov pridobiti nacionalno kvalifikacijo za opravljanje posredovanja s pomočjo psa in šolanje oz. izobraževanje vseh, ki sodelujejo v procesu;
- delovati v smeri sistemske ureditve in zakonske umestitve terapevtskega posredovanja s pomočjo psa;
- sodelovati s sorodnimi organizacijami v Sloveniji in širše spodbujati prostovoljstvo in vzgojo družbeno odgovornih oseb (Cilji 2015a).

3. 6. 4. 3 Tačke pomagačke

Slovensko društvo za terapijo s pomočjo psov Tačke pomagačke, ki je bilo ustanovljeno leta 2007, sestavlja 91 članov, od tega 51 aktivnih terapevtskih parov, ki skupaj s svojimi psi obiskujejo vrtce in šole, knjižnice, zavode, varstveno delovne centre, mladinske domove, domove za starejše, in se udeležujejo različnih prireditev

(Kdo smo).

Delo članov je prostovoljno in nepridobitno, usmerjeno v izboljševanje počutja otrok, mladostnikov, odraslih, starostnikov in oseb s posebnimi potrebami.

Društvo izvaja terapije in aktivnosti ter družabništvo s pomočjo psa, program R.E.A.D., šolanje psov pomočnikov ter vodnikov slepih. Poleg tega ozavešča otroke in mladostnike o pravilnem ravnanju s psom in o skrbi zanj (Tačke pomagačke).

Cilj društva je pomoč pri rehabilitaciji in izboljšanje počutja otrok, mladostnikov, starostnikov ter oseb s posebnimi potrebami (Tačke pomagačke 2012, 11. maj).

3. 7 Vpliv živali na starostnike v domovih

V zadnjem času so raziskovalci posvetili veliko časa ugotavljanju terapevtskih učinkov živali na starostnike. Tudi zaradi tega, ker so pri osamljenih in socialno prikrajšanih starejših ljudeh opazili viden pozitiven čustven odziv ob srečanju z živaljo. Znanih je mnogo primerov boljšega počutja, boljše volje, pozitivnega razpoloženja ob druženju z živaljo, primer pacienta Jeda (po Corson, Corson in Gwynee v Marinšek in Tušak 2007, 91) pa je zares dober primer.

»Jed je bil star dobrih sedemdeset let in so ga že 20 let oskrbovali v domu za ostarele po možganski poškodbi zaradi padca s stolpa. Verjeli so, da je gluhi in zaradi tega nem, saj ni kazal nobenih znakov sluha in ni govoril v besedah. Skozi vsa ta leta je bil Jed zelo asocialen, zdelo se je, da se ne zaveda tega, da kdo skrbi zanj, in edini način verbalne komunikacije je bilo momljanje. Večino časa je preživel v tišini z občasnim nerazločnim momljanjem. Kmalu po tem, ko so v domu začeli s terapijo s psi oz. z obiskovanjem pacientov s psi, so šli tudi do Jeda. Terapevt je imel nemškega ovčarja Whiskeya. Jedova reakcija je bila takojšnja. Ko ga je zagledal, je spregovoril stavek po šestindvajsetih letih: »Vi ste pripeljali tega psa.« Vesel je bil, božal in ljubkoval je psa. Z obiskom psa je bila prelomljena komunikacijska ograja. Začel je govoriti z osebjem o »svojem« psu, opazili so tudi znatni napredek v komunikaciji z njim in drugimi pacienti. Začel je risati pse in ima zdaj ogromno risb psov.«

Živali lahko zelo vplivajo na terapevtsko možnost interakcije s starostniki. Podobno

kot pri otrocih zagotovijo pozitiven odnos tudi s starostniki. Za kliente, ki so v svojem življenju že imeli nekaj živali, je lahko prisotnost živali izjemno koristna za spominjanje dogodkov iz preteklega življenja, ki tako postanejo bolj jasni. Starostniki ponovno občutijo, da jih nekdo potrebuje, zaradi česar se jim poveča občutek vrednosti. V nekaterih primerih postane odnos med človekom in živaljo zelo pomemben dejavnik, ki zmanjšuje občutke osamljenosti in izolacije. Prisotnost živali lahko postane predmet pogovora z naključnimi mimoidočimi, poleg tega pa sprehodi izboljšajo posameznikovo fizično stanje in vitalnost (Fine, 2000 v Marinšek in Tušak 2007, 94–96).

Živali omogočijo ljudem občutek povezanosti, navezanosti. Lahko bi torej rekli, da imajo živali sposobnost zmanjševanja stresa. Zaradi tega so v Ameriki podprli možnost za starejše ljudi, da imajo živali tudi v skupnostih ter spodbujajo živalski kontakt s tistimi, ki so priklenjeni na dom in imajo malo obiskov (Marinšek in Tušak 2007, 94–95).

V nekaterih domovih živali prihajajo na obisk, po navadi psi, mački, pa tudi zajci in morski prašički. Druga možnost so domske živali, ki jih namestijo posebej za to. Tretja možnost pa je, da človek ob prihodu v dom pripelje svojo žival. To imajo varovanci najraje, saj gredo z živaljo, ki ji zaupajo, veliko lažje v novo okolje in se tam tudi precej bolje počutijo.

Živali imajo prav tako zmožnosti navdihniti in motivirati ljudi, da se lotijo konstruktivnih aktivnosti, ki se jih drugače ne bi. Ljudje se lahko spontano odločijo za to, da redno vodijo svojega ljubljence v dom za starejše občane, šolo ali bolnico. V ZDA je tovrstna aktivnost znana kot »aktivnost s pomočjo živali« (angl. animal-assisted activity), če pa je integrirana v celotno obravnavo pacienta, se imenuje »terapija s pomočjo živali« (angl. animal-assisted therapy) (Marinšek in Tušak 2007, 98–99). Ta izredna motivacija se v veliko primerih ne bi pojavila, če bi oseba obiskovala ljudi sama (Fine, 2000 v Marinšek in Tušak 2007, 99).

V dunajskih domovih za ostarele (1988) so izvedli poskus obiskov živali v domu. Želeli so razbiti monotonijo, ki velikokrat vlada v takih ustanovah. Program jim je dal same pozitivne izkušnje. Program obiska je vplival na tri področja:

- telesno področje: telesni kontakt z živaljo je prinesel aktivacijo mišljenja in telesno sprostitve;
- duševno področje: varovancem pri pogovoru z živaljo ni treba premagovati raznih ovir, žival pa ostane tema za kasnejše pogovore z drugimi ljudmi, to pa vodi h komunikaciji, k spremembi socialnega vedenja, ki je bolj pozitivno do sostanovalcev in osebja;
- splošno aktivacijo osebe: povzroči jo sprememba, ki jo vnese obisk živali.

(Marinšek in Tušak 2007, 99).

4 RAZISKAVA

4. 1 Metodologija, cilji, raziskovalna vprašanja

Empirični del diplomske naloge obsega intervjuje s starostniki v Domu za ostarele DSO Ribnica. Za pridobitev strokovnega mnenja sem izvedla intervjuje z njihovimi oskrbniki in intervjuje s člani društva Ambasadorji nasmeha. K sodelovanju sem jih povabila s pomočjo društva Ambasadorji nasmeha, ki pri njih redno izvajajo mesečne obiske, in sicer od leta 2009 dalje. Intervjuje sem opravila s štirimi starostniki, starimi med 68 in 89 let. Raziskava je potekala v prostorih DSO Ribnica v septembru in oktobru 2015. Metoda zbiranja podatkov je bila polstrukturirani intervju – vnaprej pripravljena vprašanja so služila samo za orientacijo poteka intervjuja. Starostnikom sem želela omogočiti čim večjo možnost izražanja njihovih mnenj in prepričanj. Namen intervjujev je bil prisluhnuti, kaj mislijo o aktivnostih s pomočjo živali, ki jih izvaja terapevtski par, in kako na njih vplivajo. Cilj je bil raziskati povezavo med obiski in njihovo medosebno komunikacijo znotraj skupnosti ter vključevanje vanjo. Težave, s katerimi sem se pri empiričnem delu soočala, so bile povezane predvsem z demenco oskrbovancev. Vse intervjuje sem zato izvedla že med samim obiskom terapevtskega para oz. takoj po obisku, ko so bili spomini in priklici še najbolj sveži.

4. 2 Polstrukturirani intervju

Pred intervjuji sem pripravila okvirna vprašanja, ki so mi služila bolj za orientacijo kot pa za vnaprej določen scenarij poteka intervjuja – ves čas smo prehajali med vprašanji, hkrati pa je bilo potrebno oskrbovance previdno in jasno usmerjati, saj so hitro »zapadli« v zavzeto pripovedovanje zgodb iz svoje preteklosti.

V izogib možni travmatizaciji splošnih vprašanj o življenju v domu nisem postavljala in sem vsa vprašanja oblikovala tako, da so od samega začetka vključevala terapevtski par, vodnika in njegovo psičko.

Z začetnimi vprašanji sem jih počasi pripravila na vsebino intervjuja in povprašala, če je dan, ko jih obišče Mišo s svojo psičko, kaj bolj prijeten od ostalih in če ga težko čakajo. Zanimalo me je, če bi želeli, da bi se obiski zgodili večkrat.

V naslednjem sklopu vprašanj smo se pogovarjali o obiskih – kaj takrat počnejo, ali so veseli, kakšni občutki jih takrat spremljajo in ali vodnika, Miša, med obiskom kaj povprašajo o psički (Viki).

V zadnjem sklopu vprašanj pa smo se pogovarjali o občutkih po obisku. Zanimalo me je, če so žalostni, ker sta odšla, ali se o obisku kaj pogovarjajo tudi z ostalimi starostniki in ali mislijo, da obiski olajšujejo in izboljšujejo njihovo medosebno komunikacijo.

Posamezen intervju je trajal približno 10 minut. Nekateri oskrbovanci so bili na začetku malo nezaupljivi in prestrašeni, zato so bili odgovori kratki, potem pa se je vzdušje sprostito in pogovor se je začel razvijati v pravo smer. Pri intervjujih sem se skušala prilagajati odgovorom sodelujočih, zato so vprašanja pri posameznih intervjujih rahlo drugače strukturirana.

Med potekom intervjuja sem želela predvsem razbrati njihov odnos do mesečnih obiskov, ki jih izvaja terapevtski par, in ugotoviti, ali mislijo, da obiski pozitivno vplivajo na njihovo medsebojno komunikacijo in na vključevanje v skupnost.

4. 3 Vzorec

Glede na zastavljena raziskovalna vprašanja:

1. *Kaj pravzaprav starostnikom, ki se šele privajajo na dom, pomenijo obiski terapevtskega para?*
2. *Kakšna čustva se ob obiskih pojavljajo?*
3. *Ali obiski izboljšujejo in povečujejo njihovo medosebno komunikacijo znotraj skupnosti ter vključevanje vanjo?*

sem se želela osredotočiti na tiste oskrbovance, ki so v domu do pol leta. Med vsemi na oddelku sta bila taka samo dva in eden primeren za intervju. Ker gre za dementni oddelek, sta mi oskrbnici predlagali štiri najbolj primerne oskrbovance, ki jim spomin še najbolj služi.

V raziskavi so tako sodelovali 4 starostniki iz DSO Ribnica, ki jih bom imenovala S1, S2, S3 in S4. Vzorec sestavljata 2 ženski in 2 moška, njihova starost je med 68 in 89 let.

Tabela 4. 1: Demografski podatki sodelujočih starostnikov

STAROSTNIK	STAROST	SPOL	PRIHAJA IZ	ČAS V DOMU	ŠTEVILO OBISKOV
S1	87	Ž	Kočevja	2 leti	20 obiskov
S2	81	M	Velikih Lašč	1,5 let	15 obiskov
S3	68	M	Kočevja	6 mesecev	5 obiskov
S4	89	Ž	Krškega	2,5 let	25 obiskov

Vsi intervjuvanci prebivajo v DSO Ribnica, ki se je odprl aprila 2008 in sprejme 156 stanovalcev. Dom je razporejen v 4 etaže, in sicer stanovanjski del, pokretni del, negovani del in varovani oddelek. Vsi starostniki iz moje raziskave so v varovanem oddelku, ki ima trenutno 16 stanovalcev.

Poleg starostnikov sem za pridobitev strokovnega mnenja intervjujale 2 oskrbnici, ki ju bom poimenovala O1 in O2, ter 3 člane društva Ambasadorji nasmeha, poimenovala sem jih A1, A2 in A3.

4. 4 Sodelujoči o (terapevtskih) psih

Iz pogovorov s sodelujočimi oskrbovanci in oskrbnicama sem prišla do spoznanja, da so obiski terapevtskega para pri starostnikih zelo priljubljeni in zaželeni. Močno vplivajo na priklic dogodkov iz njihove preteklosti, povezanih z živalmi, in povečujejo medosebno komunikacijo v skupnosti.

Dva oskrbovanca sta mi, še preden sem začela z vprašanji, na čustven način začela razlagati o svojih »kužkih«:

K me je lih zdej pred par dnevi, ne ... mi smo enga bernardinca mel ... prbližno tak pes k tole je bil. Tak velk Jst sem bil takrat star 3 leta, 2, 3 leta ... tok, da je pazila na mene ... no, ona je name ... me je skoz ... me ni nikamor spustila ... je blo čist ... pol je pa nekak k frizerju greva ... v Laščah ... no, in je, in je ... mama prav frizerju, zdej ga pa ustriž tako ... pa sem večkrat bil pr njej, a ne ... sploh mi ni blo ... se nisem bal, ne ... no, in iz tizga me je pa ... mejhen me je cuknlo, ne ... no ... in ga podre ... prvič še ga je opozorila samo ... še enkrat mejhen cviknu ... pol ga je pa na kišto vrže ... pol sem začel pa zato jokat ... sem reku, Bara ne smeš ... tok me je mela kt za svojga ... Se

pravm, tist mi je v spominu ostalo. Še pol ko sem hodu k frizerju ... so se spomnl, ne, tega (I2).

Jst imam edel terierja doma, veš ... veš, kak je to? Mal je manjši od tega, drgač je pa glih tako pisan ... rjav pa bel (S3).

Intervjujvanka S1 se je med pogovorom spomnila na čas, ko je bila še v prejšnjem domu za starostnike, kjer so se prav tako izvajale aktivnosti s pomočjo živali:

S1: Jst se spominjam še takih iz družga doma. Ja, drugje je blo takrat ... že precej časa ... Tm je bil pa še majhen ... ta ... kuža. Sem ga tud peljala po hodniku.

Iz pogovorov je bilo razvidno, da zelo uživajo med enournimi obiski. Vsi si želijo, da bi se obiski izvajali večkrat kakor enkrat na mesec.

Vse skupi en tolk. Tkole ... Poslušamo, gledamo, kakšna je, kličemo, krtačmo tud ... sam dons nisem še ... ampak ... sem pa vedno pokrtačla tud (S1).

Ja peleš jo ... tko ku svojga (S3).

Z gospodom se je treba ... da bi večkrat. Sej so vsi veseli. To pa (S1).

Nekateri so med pogovorom izrazili željo, da bi imeli žival tudi na oddelku:

Če bi tuki, bi mel živalco, stalno, lastninsko, ne, bi reku ... Joj, to bi blo ... ojoj ... (smeh) (S4).

Radi bi imeli psa ali muco tudi na oddelku, vendar bi bilo zanjo zelo težko poskrbeti. Vsekakor je terapija z živalmi bolj dobrodošla. Bi pa nekateri stanovalci to lahko počeli vsak dan (O1).

4. 5 Čustva starostnikov ob obisku

Za začetek sem oskrbovance vprašala, kako doživljajo dan, ko prideta Mišo in psička Viki na obisk – ali je ta dan kaj bolj prijeten, drugačen od ostalih in ali ga težko čakajo.

Ja, težko čakam. Sej sem ga malo pobožala (S1).

Ja, seveda je. Ja, poživl nas, ne. Ker je ... tle je enolično, strašno. Hrana, spanje, pa debata tko s prjatli, pa cigaret. To je vse, kar je. Vsaka ... mislm, neki družga da je ... je bolš (S3).

Seveda, kratkočasnejš je ... Mamo radi živali (S4).

Ob obiskih se pri varovancih sprožajo močna pozitivna čustva, najbolj prevladuje veselje. Negativnih čustev ni moč zaznati.

Seveda je veselje, normalno (S3).

Ja ... Živalca je pri hiši, ne, ko jo drugač, ni, ne (S4).

Kot opažajo tudi člani društva Ambasadorji nasmeha, se pri starostnikih v času obiska kažejo veselje, zadovoljstvo in sproščenost.

Seveda so vedno veseli, še posebej pri tistih, ki so ali še imajo doma svoje pse. Tako obujajo spomine in o njih tudi pripovedujejo (A1).

Praviloma zelo radi pripovedujejo o svojih živalih, če so jih imeli, opisujejo, kakšen je bil, kaj je znal, kako se je obnašal. Sprašujejo me, kje Ari živi in se čudijo, ko povem, da živimo v stanovanju. Zanima jih, če se res nikoli ne polula in pokaka v stanovanje. Večina uporabnikov je imela živali zunaj, psi so bili priklenjeni na verige in niso imeli vstopa v stanovanje. Težko verjamemo, da je Ari več ur sam v stanovanju, saj hodim v službo. Zelo ga imajo radi, ker je zelo nežen kuža, radi ga božajo in sprašujejo, kdaj spet prideva (A2).

Obiska kužka se zelo veselijo. Veliko jim pomeni, da si nekdo vzame čas in jim ga posveti. Spominjajo se svojih psov, ki so jih imeli v mladosti in pripovedujejo zgodbe. To so praviloma veseli spomini. Poskušamo se spominjati tudi naših skupnih aktivnosti. Takrat velikokrat omenjajo veselje, zadovoljstvo in sproščenost (A3).

Zanimivo je bilo opazovati, kako so se pozitivna čustva v času obiska ves čas prenašala z enega starostnika na drugega (na oba spola). Pozitivna čustva, ki so jih zaznali ostali, so sprožala podobna nadaljnja vedenja in delovanja.

Glede na to, da starostnike v domu velikokrat spremljata osamljenost in depresija, je – kot pravi članica društva Ambasadorji nasmeha – emocionalna opora ključna pri premagovanju negativnih emocij.

Starostniki, s katerimi se srečujeva midva, so osamljeni, žalostni, pogosto tudi depresivni. S kužkom poskuša delati družbo in klepetati z njimi o tem in onem. Marsikomu se zdi neverjetno, a že sam pogovor jim veliko pomeni. Obiski kužka jim polepšajo dan, saj lahko psa božajo, se z njim pogovarjajo, igrajo ... Kuža pa jim s

svojimi vragolijami privabi nasmeh na obraz. Dotik mehke dlake pa jih pomirja. Spominjajo se svojih kužkov in pripovedujejo o njih. Spodbujamo jih, da pripovedujejo o veselih dogodkih, o lepih spominih; če jih zanese v kakšne žalostne vode, morajo vedno povedati še kak vesel dogodek, ki se ga spomnijo. S svojimi obiski poskušamo pregnati osamljenost in žalost (A3).

Me je pa presenetilo, kako trezno in ravnodušno sprejmejo odhod terapevtskega para. Razen ene oskrbovanke (S2) niso izrazili nobene otožnosti.

Ja, nič žalosten, kaj, tako je. Nimaš kej. Jst bi tud psa mel, recimo, ne, pa nimam ... (S3).

Ja, ne ... Vemo, da bosta spet pršla naokrog ... Kaj čmo, ne ... Tuki ne mormo met, ne ... (S4).

Tudi oskrbnici sta potrdili, da oskrbovanci velikokrat ne pokažejo čustev in da le redko pokažejo otožnost ob odhodu.

4. 6 Starostniki in medosebna komunikacija

Ves čas trajanja obiska so se med starostniki prenašala tako nebesedna kot tudi besedna sporočila. Pri nebesednem sporazumevanju sem bila pozorna predvsem na:

- obrazne izraze, kjer je bilo večkrat zaznati smeh in izmenjavo pogledov;
- kretnje s počasnimi in umirjenimi gibi ter
- počasen in umirjen govor.

Hkrati so starostniki med obiskom nagovarjali drug drugega, npr.:

»A si jo ti danes že peljal na sprehod?«

»Danes je pa res pridna, a ne?«

Ko sem po obisku povprašala, ali menijo, da mesečni obiski olajšajo in izboljšajo njihovo medosebno komunikacijo, so mi odgovorili:

Verjetn da lažje, sigurno (S2).

Ja, kokr koga. Men je vseeno. To so vaje že psa, ne. Tist, k pa ni vaje, ima pa novo snov za debato, ne. Tko da je ... u bistvu je pozitivno, sigurno. Sej vsaka žival pozitivno vpliva na človeka. Kaj imaš rad ... Eni majo še kače radi, pa se o tem pogovarjajo (S3).

Poleg mnenja starostnikov me je predvsem zanimalo, kako vidijo medsebojno komunikacijo starostnikov »zunanji udeleženci komunikacijskega procesa«:

Verjamem, da obiski pomagajo. Nekateri se pogovarjajo o obisku s stanovalci. V Grosupljem se praviloma vedno ustaviva še pri stanovalcih in obiskovalcih, ki so v skupnem prostoru pri vhodu (tak je dogovor), tam naju že čakajo, povedo, da je »druga stanovalka povedala, da prihajata«. Tudi svojci izredno pozitivno sprejemajo najine obiske, saj imajo občutek, da njihovega starša to osrečuje. Pogosto prosijo za obisk pri uporabniku/stanovalcu, ki je nepokreten in je v postelji, da ga torej posebej obiščeva v sobi (A2).

Že to, da stanovalci doma pridejo iz svojih sob v skupni prostor in se srečajo z drugimi stanovalci, je velika prednost. Obisk terapevtskega para, pogovor z vodnikom in ukvarjanje s psom stanovalce zaposlijo za tisto urico. S terapevtom se potem še pogovarjajo o obisku, tako da se druženje z odhodom para še ne neha (A3).

Obiski so zelo koristni za boljšo interakcijo med stanovalci in tudi za boljše odnose na splošno. Obisk terapevtskega para je nevtralna tema za pogovor, druženje je zelo neformalno in prijetno, tako da se lahko že med samim obiskom pogovarjajo o tem, kasneje pa tudi. Terapevtka po obisku vedno obnavlja potek obiska s stanovalci, spodbuja komunikacijo. Na podoben način jih tudi pripravlja na obisk. Socialna interakcija s terapevtko in med stanovalci torej ni omejena samo na čas obiska, ampak tudi na obdobje po in pred obiskom (A3).

Oskrbnici sta povedali, da aktivnosti zelo pozitivno in sproščujoče vplivajo na njihove oskrbovance. Je pa seveda vse odvisno od njihovega počutja in razpoloženja. Spomin pri njih igra namreč ključno vlogo.

Aktivnost kot je terapija s pomočjo živali vsekakor zelo pozitivno vpliva na naše stanovalce. Stanovalci so med terapijo bolj sproščeni, umirijo se in velikokrat iz njih kar vrejo besede. Eni bi kar naprej govorili. Velikokrat pogovor teče o njihovih spominih na domače živali, ki so jih imeli doma. Kot terapevtka lahko rečem, da je terapija s pomočjo živali pri dementnih stanovalcih zelo dobrodošla, pozitivna in lepa izkušnja in vzpodbuda, da se dementne osebe povrne v njihov svet mladosti, odrasčanja, in ne glede na izkušnje, pozitivna (O1).

Tudi sama sem med posameznimi intervjuji opazila, kako so med pogovorom o živalih med oskrbovanci stekle besede. Tu bi predvsem rada izpostavila oskrbovanko S2a, s katero sicer nisem izvedla intervjuja, se je pa v pogovore z ostalimi intervjuvanci redno vključevala. Sicer je bila zelo tiha, držala se je sama zase (večkrat je medtem izrazila nezadovoljstvo in razočaranje v domu). Ko pa je pogovor nanesel na živali, se je sprostila in večkrat spregovorila o svojih izkušnjah.

5 SKLEP

Aktivnosti in terapije s pomočjo živali počasi pridobivajo mesto v slovenskih ustanovah, kot so šole, vrtci, bolnišnice in domovi za ostarele, in postajajo aktiven del medsebojnega komuniciranja. Diplomsko delo predstavlja korak k boljšemu razumevanju izbrane tematike, ki pri nas marsikomu še ni poznana.

Vedno bolj se zavedamo, da psi niso zgolj hišni ljubljenci, ampak kot delovni terapevti igrajo v procesu (ponovne) socializacije, učenja in družbene interakcije ključno vlogo. Pes kot terapevtska žival je dokazano najprimernejši za terapijo z živalmi prav zaradi svoje navezanosti na človeka, saj nenehno išče stik z njim in način, kako bi mu ustregel. S svojo prisotnostjo nas pomirja in v nas sproža ugodje. Viden pozitiven čustven odziv ob srečanju s psom je opazen predvsem pri starostnikih, ki jih velikokrat spremlja osamljenost, depresija in pomanjkanje motivacije. Starostnikom psi kot delovni terapevti nudijo emocionalno in socialno oporo.

Če na kratko povzamem rezultate raziskave, lahko rečem, da je bilo ob samem srečanju s psičko Viki pri oskrbovancih v DSO Ribnica moč opaziti močan čustven odziv (veselje, radost, navdušenje), pozitivno razpoloženje tekom obiska in izmenjavo besed med oskrbovanci. Ugotovili smo, da mesečni obiski terapevtskega para zelo pozitivno vplivajo na priklic spomina in interakcijo s starostniki. Ob prisotnosti psičke se namreč oskrbovanci, ki so v svojem življenju že imeli živali, spominjajo dogodkov preteklega življenja in jih z navdušenjem delijo z ostalimi. Izkazalo se je, da so aktivnosti pri starostnikih zelo dobrodošle in zaželjene, vendar z obiski, ki se izvajajo le enkrat na mesec ne dosežejo svojega potenciala.

Kljub zavedanju o pozitivnih učinkih živali na ljudi pri prebiranju slovenske literature, ki se ukvarja s podporo starostnikom (z izjemo nekatere), nisem zasledila, da bi avtorji omenjali tovrstne aktivnosti in terapije in jih smatrali kot eno izmed neformalnih/alternativnih oblik oskrbe starejših v domu. Glede na izsledke raziskave in pozitivna poročanja slovenskih društev za aktivnosti in terapije s pomočjo živali in sodelujočih ustanov, kjer se izvajajo obiski, menim, da je čas za poglobljeno analizo in vidno mesto v slovenski literaturi. Pridružila bi se ugotovitvi Valentine Hlebec, ki

na primeru socialne oskrbe starostnikov na domu, komentira: »Za Slovenijo lahko rečemo, da je neformalna oskrba neraziskana in močno podcenjena, predvsem v smislu ustvarjanja boljših razmer za kakovostno življenje neformalnih oskrbovalcev in posledično pri zagotavljanju bolj kakovostne neformalne oskrbe oskrbovancem.« (Hlebec 2014, 16)

Psihologija komuniciranja, ki je definirala štiri ravni komunikacijskega delovanja, tj. medosebno komuniciranje, skupinsko komuniciranje, organizacijsko komuniciranje in množično komuniciranje (Ule 2009, 21), razume proces komuniciranja kot način interakcije med ljudmi in ga deli glede na število udeležencev v komunikacijskem procesu (ali gre za dialog med dvema osebama ali interakcijo med skupinami). Ne glede na to, da se odnos žival – čovek vedno bolj utrjuje in postavlja na višjo raven, ni zaslediti, da bi komunikacijsko delovanje vedno razširila izven medčloveških odnosov in kot obliko komuniciranja preučila in razumela tudi komunikacijo med ljudmi in živalmi. Na tem mestu bi omenila še zanimive izsledke študij, ki dokazujejo, da so inteligentni psi na nivoju tri do petletnega otroka in poznajo kar do 200 človeških besed. Ali kot je zapisal avtor Kaminski v elektronskem sporočilu, ki ga je naslovil na Live Science:² »Nobena druga vrsta se ne odziva tako dobro na človeško komunikacijo kakor psi. Niti opice, kot človekovi najbližji sorodniki, nimajo tako razvitega razumevanja človeške komunikacije.« (Clever Canines: Dogs Can »Read« Our Communication Cues 2016)

Medtem ko v Sloveniji aktivnosti in terapije šele počasi pridobivajo zaupanja s strani odločujočih, so v Ameriki naredili še korak naprej in z zavedanjem pozitivnih učinkov živali na oskrbovance podprli možnost za starejše ljudi, da imajo živali tudi v skupnostih, ter spodbujajo živalski kontakt s tistimi, ki so priklenjeni na dom in imajo malo obiskov (Marinšek in Tušak 2007, 94–95).

Treba se je zavedati, da imajo živali zmožnosti navdihniti in motivirati ljudi, da se lotijo konstruktivnih aktivnosti, ki se jih drugače ne bi. Ta izredna motivacija se v veliko primerih ne bi pojavila, če bi oseba obiskovala ljudi sama (Fine, 2000 v Marinšek in Tušak 2007, 99).

² Spletna stran www.livescience.com.

5. 1 Pogled naprej

Po opravljeni raziskavi in preživetem času med starostniki v domu DSO Ribnica še bolj zavzemam stališče, da je emocionalna opora, kot jo med drugim nudi tudi terapijski par, ključna za ustvarjanje občutka pripadnosti in aktivno delovanje v skupnosti.

Kljub številnim dokazom iz raznoraznih ustanov, ki so terapijske pare že sprejele v svoje prostore, se še vedno premalo zavedamo vseh pozitivnih lastnosti, ki jih prinašajo terapijski psi v življenja starostnikov, ki so že v domu. Ustanove bi morale več pozornosti nameniti tovrstnim aktivnostim in jih redno vključevati v svoj program.

Večkrat so že dokazali, da je lahko življenje toliko starih in bolnih ljudi precej lepše, kvalitetnejše in polnejše, kadar je prisotna kakšna žival, in da je čas, da aktivnosti in terapije s pomočjo živali postanejo stalna praksa.

Kot pravita Marinšek in Tušak (2007, 99):

»Škoda bi bilo zanemariti moč, ljubezen, energijo in druge pozitivne lastnosti živali, ki lahko polepšajo življenje ljudi v zrelih letih in ga pomagajo narediti kvalitetnejše.«

Vsekakor gre za zelo zanimivo področje, ki bi ga bilo vredno še bolj poglobljeno raziskati, predvsem z obsežnejšo raziskavo v več (različnih) ustanovah, kjer se izvajajo obiski s terapijskimi pari, in v raziskavo vključiti tudi mladostnike (otroke v šolah).

6 LITERATURA

1. Ambasadorji nasmeha. 2015a. *Cilji delovanja društva*. Dostopno prek: <http://ambasadorji-nasmeha.si/cilji-delovanja-drustva> (5. oktober 2015).
2. --- 2015b. *Slovensko društvo za terapijo s pomočjo živali, Ambasadorji nasmeha*. Dostopno prek: <http://ambasadorji-nasmeha.si/slovensko-drustvo-za-terapijo-s-pomocjo-zivali-ambasadorji-nasmeha> (5. oktober 2015).
3. Brodie, Sarah J. in Francis Biley, C. 1999. An exploration of the potential benefits of pet-facilitated therapy. *Journal of Clinical Nursing* 8: 329–337.
4. Ferenc, Tamara. 2006. *Čustva in starostniki*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani: Fakulteta za družbene vede.
5. Filipovič Hrast, Maša in Valentina Hlebec. 2015. *Staranje prebivalstva: Oskrba, blaginja in solidarnost*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
6. Hlebec, Valentina, Mateja Nagode in Maša Filipovič Hrast. 2014. *Kakovost socialne oskrbe na domu: vrednotenje, podatki in priporočila*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
7. Ilič, Nina. 2013. *Terapija s pomočjo živali – kaj to je in kako jo lahko uporabim?* Ljubljana: Narodna in univerzitetna knjižnica.
8. Kogoj, Aleš. 2004. Psihološke potrebe v starosti. Ljubljana. *Zdravniški vestnik* 73: 749–751.
9. Kornhauser, Andreja in Jana Mali. 2013. Priprava starega človeka na življenje v domu za stare ljudi. *Socialno delo* 52 (5): 321–331.
10. Kovačev, Asja Nina, Marija Zaletel in Lijana Zaletel Kragelj. 2008. Nebesedna komunikacija med stanovalci domov starejših občanov in zaposlenimi. *Obzornik zdravstvene nege* 42 (4): 243–250.
11. Luzar, Saša. 2010. *Kakovost življenja starejših v Sloveniji*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
12. Marinšek, Maksimiljana in Maks Tušak. 2007. *Človek – žival: Zdrava naveza*. Maribor: Univerzitetna knjižnica Maribor.
13. Pečjak, Vid. 1998. *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete Univerze Ljubljana.
14. --- 2007. *Psihologija staranja*. Ljubljana: Narodna in univerzitetna knjižnica.

15. Petkovšek Gregorin, Romana. 2011. Študija primera starostnika – krhkost in njene posledice. V *4. mednarodna znanstvena konferenca s področja raziskovanja v zdravstveni negi in zdravstvu. Na dokazih podprta zdravstvena obravnava – priložnosti za povezovanje zdravstvenih strok, potreb pacientov in znanj*, ur. Skela Savič, Brigita, Simona Hvalič Touzery, Joca Zurc in Katja Skinder Savič, 288–298. Jesenice: Visoka šola za zdravstveno nego.
16. Ramovš, Jože. 2003. *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
17. Šadl, Zdenka in Valentina Hlebec. 2007. Emocionalna opora v omrežjih srednje in starejše generacije v časovni perspektivi. *Teorija in praksa* 44 (1–2): 226–253.
18. Šadl, Zdenka. 2007. Čustveno doživljanje starostnikov. *Socialno delo* 46 (1–2): 13–19.
19. Tačke Pomagačke. 2015. *O nas*. Dostopno prek: http://www.tackepomagacke.si/kdo_smo/o_nas/ (27. december 2015).
20. Ule, Mirjana. 2009. *Psihologija komuniciranja in medosebnih odnosov*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
21. Vodnjov, Dajana. 2013. *Aktivnosti in terapija s pomočjo živali – vpliv živali na počutje starejših ljudi*. Diplomsko delo. Univerza v Mariboru: Fakulteta za zdravstvene vede.
22. Vreg, France. 1997. *Sporazumevanje živih bitij : etološki vidiki komuniciranja, vedenja, delovanja in preživetja človeka in živali*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
23. Zavod PET. 2015a. *Cilji*. Dostopno prek: <http://www.zavod-pet.si/index.php/cilji> (27. december 2015).
24. --- 2015b. *Predstavitev*. Dostopno prek: <http://www.zavod-pet.si/index.php/predstavitev> (27. december 2015).

Priloge

Priloga A: Starostnik 1

M: Enkrat mesečno vas obišče Mišo s svojo psičko Viki. Je ta dan kaj bolj prijeten od ostalih? Ga težko čakate?

S1: Ja, težko čakam. Sej sem ga malo pobožala.

M: Pa na sprehod ste šla z njim? Oz. z njo, sej je punca ...

S1: Na levo, na desno ... uboga.

M: Bi želeli, da vas obiščeta večkrat, ali je enkrat na mesec čisto dovolj?

S1: Ja, tud lahko.

M: Bi blo fajn, a ne, da bi blo to enkrat na teden ... če bi se lahko zmenil?

S1: Z gospodom se je treba ... da bi večkrat. Sej so vsi veseli. To pa.

M: Kaj občutite, ko se izvaja obisk? A ste veseli?

S1: Mhm.

M: Mi lahko opišete, kaj ponavadi počnete med obiskom? To mislim, da traja kakšno urco, a ne?

S1: Vse skupi en tolk. Tkole ... Poslušamo, gledamo, kakšna je, kličemo, krtačmo tud ... sam dons nisem še ... ampak ... sem pa vedno pokrtačla tud.

M: A jo kej ... Ji date tudi kaj priboljške?

S1: Ja tisto, kar nam on da. Jst pa dam tud včasih svoj piškotek ... On je bolj zadovoljen, če njegove. Da ne bo kaj narobe prišlo ... kakšna drugačna ...

M: Kakšni so občutki, ko Viki pobožate, k jo krtačite oz. ko ji date priboljške?

S1: Jst imam doma ... uno ... slike ... od tega ...

M: A res?

S1: Ja, res.

M: A so vam oskrbniki verjetn ...?

S1: To je že precej časa, kar sem dobila ... da imam tako za ... oh ... za pogledat je no. Slika od tega obiska ... imam slike.

M: Ali mogoče Mišota, lastnika od Viki, kaj povprašate med samim obiskom? Npr. koliko je stara, če se rada igra ...?

S1: Ja. Tist se ne dost.

M: Kako se počutite po obisku? Ste žalostni, ker sta odšla, ali je ta dan kot vsak drug dan v domu?

S1: Ja, tud ... ni vseeno, k gre.

M: ... če bi lahko bla še mal časa ...

S1: Lohka še mal več Jst se spominjam še takih iz družga doma.

M: Koga? Drugih stanovalcev al ...?

S1: Ja, drugje je blo takrat ... že precej časa ...

M: Aha, ste bla v kšnmu drugmu domu pa so bli tam tud obiski? A sem vas prov razumela?

S1: Tm je bil pa še majhen ... ta ... kuža. Sem ga tud peljala po hodniku.

M: Tistga ste verjetn še kej v naročje loh vzela, a ne, k je bil manjši?

S1: Nisem ga, ampak ... Tist smo ga bolj božale, pa to ...

M: Kaj pa recimo po obisku, ko Mišo in Viki gresta? A se z ostalimi starostniki kaj pogovarjate o samem obisku?

S1: Ja, se pogovarjamo, tud.

M: Mogoče skupaj obujate spomine, kako je blo, ko ste bili še doma? Ste imeli doma kakšno žival, recimo?

S1: Ja, doma smo imel pa mucka ... Mrka ...

M: Mrka? Kok je bil pa star?

S1: Mlad ... en tok ... je kr bil ... Sej imam tuki sliko ... narejeno ... od teh punc.

M: Se pravi, imate radi živali?

S1: Ja. Radi smo mel živali.

M: Ali se kdaj z ostalimi stanovalci pogovarjate o Viki kakšen drug dan? Ne mislim takoj po obisku, ampak kakšen drug dan?

S1: Mhm. Ja, tud se.

M: Se spomnite pol tud takrat, ko je ni?

S1: Mhm. *Kratek premor* ... in pes nas voha in pride naproti tud ...

M: Se vam zdi, da po obisku z ostalimi starostniki kej lažje navežete stik, lažje pogovarjate kot kakšnen drug dan? Da nekak Viki, psička, pomaga, da vzpostavte komunikacijo?

S1: Mhm. Ja, ja.

M: Najlepša hvala.

|

Priloga B: Starostnik 2

Občasno se v pogovor vključi starostnica S2a (v domu pol leta).

Po tem, ko sem se predstavila in preden sem začela z intervjujem, se je začelo takole:

S2: K me je lih zdej pred par dnevi, ne ... mi smo enga bernardinca mel ... prbližno tak pes, k tole je bil. Tak velk Jst sem bil takrat star 3 leta, 2, 3 leta ... tok, da je pazila na mene ... no, ona je name ... me je skoz ... me ni nikamor spustila ... je blo čist ... pol je pa nekak k frizerju greva ... v laščah ... no, in je, in je ... mama prav frizerju, zdej ga pa ustriž tako ... pa sem večkrat bil pr njej, a ne ... sploh mi ni blo ... se nisem bal, ne ... no, in iz tizga me je pa ... mejhen me je cuknlo, ne ... no ... in ga podre ... prvič še ga je opozorila samo ... še enkrat mejhen cviknu ... pol ga je pa na kišto vrže ... pol sem začel pa zato jokat ... sem reku, Bara ne smeš ... tok me je mela kt za svojga ... Se pravm, tist mi je v spominu ostalo. Še pol, ko sem hodu k frizerju ... so se spomnl, ne, tega.

M: Pa bernardinka, k je res ogromna ...

S2: Ja, velk je ...

Vključi se starostnica S2a, ki sedi za mizo ...

S2a: Mi pa novofundlanko, ne. Pa ta mladi maltežanko ...

M: Jst imam pa bernsko planšarko ...

S2a: Ne poznam.

M: Vam bom pokazala sliko, ko bomo zaklučl ...

M: Mišo pride s svojo psičko Viki enkrat mesečno sem, a ne? Se vam zdi, da je ta dan kaj bolj prijeten od ostalih? Ga težko čakate?

S2: Ne, v redu je. Prijeten, zame, zame prijeten, ne. In, ne vem, ha ...

M: Za tiste, k ste mel oz. k mate kužke, sploh, a ne?

S2: Zdej ga pa ... zdej ga nimam več, ne, mislm, nobene več. Drgač je pa una ... Bara ... pa sej smo pol tud razne druge pse mel, ne ... in pol so rekl med vojno ... kako maš

pa ti tazga velkga psa, ne ... poje kt človk, ne ... ja, lih tko krompir je, k mi ... mislm, nobenga problema ni blo, ne ona je vse jedla, ne ...

S2a: A res? Pr nas krompirja nobenga ... nismo dal.

S2: Aja. Tle pa, tle je pa jedla ... mislm, no, ne vem, kolk, kaj, kako je ...

S2a: Zdej ima najrajši makarone kuhane, ta votle, ja ... Moj zet zdej skrbi zanjo, ne ...

S2: Aja?

S2a: Ja ... Aaa ... Pa veliko, redko, redko da pije ... pa vodo ... sok pa tud zelo rada pije ...

M: A res?

S2a: Sok ... razredčen (smeh).

M: Če se mejčken vrneva nazaj k obisku, kaj pa občutite takrat, ko vas obiščeta? Veselje?

S2: Prijetno je ... Prijetno je, no.

M: Kaj pa ponavadi počnete med obiskom? Tisto uro, k sta tuki? Mal se sprehajate, a ne?

S2: Sprehajam se ... 2x sem šel dons recimo, ne ... pa tud tako, ne ... Se pol že kar, žival, žival kar ve ...

Vključi se starostnica S2a, ki sedi za mizo ...

S2a: Pa tud gospod tud za naš televizor skrbi, da stalno dela, a ne?

S2: A?

S2a: Za televizor skrbite ...

S2: Aja ... no ... Kokr ... Po daljinca grem, ne, drgač ... hudiča, ne ...

S2a: A majo daljinca?

S2: Ja, ja ... Pa lahko prtiskaš ...

S2a: Ja ja, ja ja.

S2: Sam ga spravjo, ne ...

S2a: Ja ...

M: Kaj pa še počnete med obiskom, razen tega, da se sprehajate? A jo kej tud hrante? Pa tud sem vidla, da mate priboljške.

S2: Ja, tud ma tistle, ne. Lahko vzame. Sej je ... Kužka je trenirana, se vid, je vzgojena, ne.

M: Pa krtačte jo verjetn ... a ste jo dons tud kej krtačl?

S2: Krtaču tud, ja.

M: Pa lastnika kaj povprašate med obiskom o Viki? A se rada igra, kok je stara?

S2: Tud smo se menl, no. Sej to je ... vsak mesec enkrat pride ... vsaj enkrat.

M: Bi bilo večkrat lahko, a ne?

S2: Ja ... Ne, tlele ... poseben ... ponavad smo kle mel (op. pokaže na teraso, kjer se izvaja intervju), dons je pa mokro, pa smo not. Smo kle z njo hodil, ne.

M: Kako se pa recimo počutite po obisku? A ste žalostni, a je to ...?

S2: Ja, nč žalosten, kaj, tako je. Nimaš kej. Jst bi tud psa mel, recimo, ne, pa nimam ...

M: Se vam zdi, da je ta dan kaj drugačen kakor ostali?

S2: Ja, prijeten no ... mislm ...

M: A pa se po obisku kej tud z ostalimi kaj pogovarjate o obisku? Mogoče skupaj obujate spomine, tako kot smo jih zdej, ko ste bili še doma?

S2: Ja, ja.

M: O čem se npr. pogovarjate? O vaših kužkih, k ste jih mel?

S2: Tud. Pa so razni tipi bli ... Recimo, kaj ... Nisem ne vem kakšen strokovnjak, ampak ne ... Psa se je dal lepo vzgojit, da te je ubogal in to ...

M: Ali se kdaj pogovarjate o psički Viki tudi kar tko? Ne mislim dons po obisku, ampak da se kšn dan spomnte pa rečete ...?

S2: O, tud to, ja ... To se ...

M: Pa se vam zdi, da Viki pomaga, da lažje navežete stik s starostniki, da je neka tema za pogovor? Da lažje spregovorite kokr bi drugač?

S2: Verjetn da lažje, sigurno.

Kratek premor ...

M: Kok je bla pa drgač stara vaša bernardinka?

S2: Kaj jst vem ... Italijani so jo pol ustrelil, ne ... k je med vojno blo ... no, in so jo tist ... jst sem bil brez skrbi, kam grem, ne, to ... pes je pa točen, k jst bil ... tam, okrog sosesčine, ne ... sem bil čist brez skrbi, no, z njo ...

M: Po Bari ste mel še kšnga kužka?

S2: Še še, še, ampak so bli taki pol bl, bl prehodni ... tak noben več ni bil ... to je od enga mesarja bil ... je imel te mladiče to je bil k jst ... ene, tri leta, dve, tri, kaj jst vem, kok sem bil star, ne ...

M: Kaj pa preden ste odšli od doma, ste imel še kšnga kužka doma?

S2: Še smo mel ... sam take velike nikol več ne. To je takrat pršel, pa je bil z rodovnikom, krasen pes ... aaa ... pol sem pa Italijane ... nisem mogu Italijane ... aaa ... k so jo Italjani ustrelil, ne ... počl je, to sem slišou, ne ... ampak, pol je pa sosed ... k so bli mal več od mene, ne ... prav, Italijani ... prav, plezala je ke čez ograjo, je pa ropotal ... 3 ograje so okrog Vač ble ... je pa ke šla, kaj jst vem, kam ... je pa zaropotal ... da so jo pa potolkel ... pol pa še to je blo ... kje bo pokopana, ne ... to pa ni, ne ... to so jo pa najbrž ... so pa kr, en požiralnik je tam, voda, ponikne, ne ... so pa kr not butnli, verjetn ... in tistiii ... kok cajta sem žalval za njo, ne ... Italijane pa tud videt nisem mogu.

Zopet se vključi oskrbovanka S2a, ki sedi za mizo ...

S2a: Ja ... ampak med vojsko smo bli mi tud pod Italijo.

S2: Ja ...

S2a: Pa niso bli slabi ... Ampak ... Naši so bli slabi. Slovenci so bli ...

S2: Ne. Zarad tega, ker so jo ustrelil, ne. Ja, sigurn, od tega. Nisem prej ... Italijani so bli v red, mislm, nimam kej, mislm, niso bli nesramn, bl so bli Nemci pol ostri, Italijani pa niso bli ...

S2a: Ne, jst se spomn, na našem hribu so imel Italijani zasedo.

S2: Ja ...

S2: Aaa, tale Kaluža je bil ... Teh Kalužotov je blo pa kt Rusov, veste ...

S2: Ja ...

S2a: Ja ... in se je ... policijska ura je bla ... pred osmo noben ni smel na polje, po deveti je mogl bit vse v temi.

S2: No, no ...

S2a: Da smo klotaste zavese nabavl ... in sva gledala z očetom ... ja ... se je pa ta izdajalc ... tale Kaluža, k je imel tist regelmontl, ne ... po vseh štirih se je plazu gor k Italijanom ... ja ... Italijani pa samo tttttttt (op. nakaže streljanje), pa je tam ostal ...

S2: Ja ... ja ...

S2a: Sploh ne vemo, kdo je te mrliče pospravlov, pa kam, pa kdaj ...

S2: Aja.

S2a: Ja ... ampak Italijani so rekl ... preden bomo šli nazaj domov, bomo vse slovenske izdajalce pobral ... ker če svoje izdaja ...

S2: Aja, to ...

S2a: ... bo nas tud, ker smo tujci, ne.

S2: Ja ja, ja ...

S2a: Pa niso bli tako slabi pod Italijo ...

S2: Ne, Italijani so bli kar v redu, tako, bli, ne, sam ... Sam kebelegambe, to so, to so dirkal, da se ... To je blo, to je blo tak, ne ... No, sicer prjazni, tako, ne ...

S2a: Ja ... Je bla ena deklca, ena Mari Klemenova je bla ... Vsak dan s kolesom, ampak urejena proti Ljubljani, mimo nas, ne. Mhm, pol ... so jo pa, rekl so, da so jo partizani, jst ne vem, kdo jo je, ne ... Muznik, pod Muznikom, a veste, Podpeč, ne ...

S2: Ja ...

S2a: ... Ja, smo rekl ... tm jo je ... da so jo partizani ubil ... in mi otroci iz šole smo mogl it pa gledat ... ja ... in je mela glavo vso razbito, noge je mela pa cele tm. Ja ... in smo mogl it gledat tist, vidt, ne ... in jst še zdej to sliko vidm ...

S2: Aja ...

S2a: Ja.

S2: K med vojno, med vojno, sem ... sploh ni ... pol je pa kasnej po tem blo, ne ... Smo pa tud, enga soseda, ne, partizan je bil, je pa bil sključen, je bil, čist tako je hodu, ranjen je bil, pa kaj jst vem ... pol pa sosed pride, pa prav ... ti ... tm gospodarju prav ... ga bi, pr vas ga bi, Toneta skril ... sej to ne za dolg, za ene 1 mesec, 14 dni, 1 mesec, pol mo pa že spravl čez, ne ... k je pa do konca vojne blo, ne ... no ... in jst, jst pa tok star, takle mulček, ne ... in ...

S2a: Ga niste izdal?

S2: Ah, kje pa.

S2a: Kje pa.

S2: Pa so mejhen probal me pol tud tak domači, ne, mislm tak, da m izdal, ne, da bi povedal Italijanom, niti slučajno ne ... ne, ne ...

M: Super ... pa smo zaključili. Najlepša hvala za vajin čas.

Priloga C: Starostnik 3

Občasno se v pogovor vključi Marija Gačnik, starostnica S2a (v domu pol leta).

Preden sem začela z intervjujem, se je začelo takole:

S3: Jst imam edel terierja doma, veš ... veš, kak je to? Mal je manjši od tega, drgač je pa gluh tako pisan ... rjav pa bel.

M: Kok je pa star?

S3: U, Boga mora met ene sedem let, osem. Preden sem šel, preden sem zbolu, no, preden sem šel v dom, ko me je začela demenca matrat ...

M: Kdo pa zdej skrbi zanga pol?

S3: Sin. Sin je zdaj sam v hiši, hči se bo poročila letos ... In je ... sin ima veliko mizarstvo delavnico ... se delava uglavnem za izvoz ... za te graščine, pa za cerkve, pa za to, veš, stilsko pohištvo pač ... v tistem stilu ... ima take stroje, da lahko tako dela ... Fajn mu ... služi ko bubrek.

M: Vam bom postavla par splošnih vprašanja ... Tko da ... Enkrat mesečno, a ne, pride Mišo s svojo psičko. A se vam zdi, da je ta dan kaj bolj prijeten od ostalih? A ga težko čakate?

S3: Ja, seveda je. Ja, poživi nas, ne. Ker je ... tle je enolično, strašno. Hrana, spanje, pa debata tko s prijatli, pa cigaret. To je vse, kar je. Vsaka ... mislm, neki družga da je ... je boljš.

M: Kaj občutite dejansko, ko vas obiščeta? A je to veselje, a je to nek prič?

S3: Seveda je veselje, normalno.

M: Kaj ponavadi počnete med obiskom? Tisto urco, ko sta tuki?

S3: Jst debatiram ...

Vključi se oskrbovanka Marija Gačnik, ki sedi za mizo ...

S2a: Kako si, kaj si, kaj je novga doma ...

S3: Ja, tako je, kaj pa.

S2a: Sej ni kej ...

M: A jo kej pelete na sprehod?

S3: Ja peleš jo ... tko ku svojga.

S2a: Moji tamjadi imajo maltežanko. Takole ... Sammm kravželček jo je.

S3: Ja seveda ...

S2a: Pol nasplošno pse ... imamo pa novofundlanko.

M: Aha ... Kaj pa pol recimo, če se mal vrnemo nazaj na Viki, kaj še počnete, razen tega, da jo peljete na sprehod?

S2a: Nič, gospa.

M: Če sem vidla, mejčken jo krtačte, ji date priboljške?

S2a: To je blo dones, kar je blo.

M: Bi vam bilo fino, da bi se to izvajal večkrat pa da bi blo dalj časa? Ker vas je tud velik, a ne?

S3: Ja, seveda.

S2a: To je samo ... blo samo matranje psice. Pa nč družga.

M: Ah, ne. Sej uživa, k je med ljudmi. To je enkrat na mesec, to je tok mal, da ...

S3: Vem, ampak ...

S2a: Se ni hotla usest. Pol ji ni hotla tačke dat. Pol jo je s tistim piškotom, da je dala tačko, eno pa drugo ... pa spet, da se je usedla. Ne, jst nisem za take stvari.

S3: Ni bla pr volji, veš.

S2a: Ne ...

M: Je pa res. Kšn dan so mal bl, kšn dal mal manj, a ne ...

S3: Ja, seveda.

M: A pa Mišota mogoče kej povprašate vmes med obiskom o Viki? Če se rada igra recimo al pa ...?

S2a: Sej je blo, kok je bl, 10 minut?

S3: Ja, kaj pa.

S2a: Jst ne vem, če je bil 15 minut notr.

S3: Ne, ne ...

M: Ne, sej je še tle. Sej je eno urco vse skupi.

S2a: Tam ni blo. Tam ne, k je on psico kazal. Ne, ne ... Sej smo bli vsi tm ...

S3: Absolutno.

S2a: ... Briga mene.

M: Ampak vseen bi pač radi verjetn, da bi večkrat pršla, da ne bi blo sam enkrat na mesec?

S3: Ja, seveda.

M: Kako se pa počutite po obisku? Ko Mišo pa Viki gresta? A ste žalostni, ker sta šla al je to tko kokr vsak drug dan?

S3: Kaj pa vem ... Mi smo kle vsega navajeni, veš ... Karkoli je, da je neki novga, te razpoloži bolj, ne ... Sej, pač boljše vole sm, pa dan hitreje mine, ne. To je v glavnem ... k drgač ... sej veš, cel dan sedet, pa kadit, pa spat, pa jest, ni nč, ne.

M: Seveda, je vsaka taka stvar dobrodošla.

S3: Seveda.

M: A pa se kej recimo, a se zalotite, da se pogovarjate z ... tkole med sabo ...?

S3: Ja, tist pa.

M: ... ampak mislim prov po obisku recimo, da se pogovarjate pa rečete, dons je bla pa psička pr nas, pa tko ... da, da to spodbuja vašo ...?

S2a: Ne, meni se je dobesedno smilila. Vse je s piškoti dose, dosegu. Ja, ne vem ... piškoti ... ene trikrat ...

S3: Ja, ni, samo ni vsak dan žival razpoložena.

S2a: No, sej zato.

S3: Ni imela dneva dones ...

S2a: Sej zato, sej jst vem, sej jih imamo doma.

S3: Ja, vem ...

M: Mogoče je mal utrujena ...

S3: Vsak dan ni isto razpoložen, jst imam edel terierja doma, pa vem ... pa še žleht so ... mislm, ni do mene, ampak do drugih je ... pa isto tako reagira, veš ... ni vsak dan isto ...

S2a: Naša maltežanko daje v avto, pa jo peljejo v Klado na kmetijo. Tam se pa zleta.

S3: Seveda.

S2a: Če ... so sami poznani.

S3: Ja, ja ...

S2a: Sta bla pa Milka pa Jože ...

S2: Mhm Pa ni, ne ...

S2a: Ne, tud pogledala jih ni. K sta pa odšla, se je pa znorela. Je bla pa polhna vas jo.

S3: Ja, kaj pa ...

S2a: Ker psica čuti al pa pes čuti, če je človek sovražnik ...

S3: Ja, kaj pa. Seveda čuti ...

S2a: Ne, maltežanko imajo ta mladi ... tist je kr ... en tak piškotek scrklan ...

S3: Jst mojmu kuham.

S2a: Sej naši tud.

S3: Konzervo kupm, pol pa kšne makarone, al pa kruh notr, pa taku ... Krompirja pa ne mara. Ne, ne mara ga sploh.

S2a: Koga krompirja?

S3: Da bi dal krompir zraven ...

S2a: Sej ne smeeee. Pes ne sme ...

S3: Ah, če bi en krompir al pa dva pojedu na teden ... ne bi blo nč.

S2a: Sicer ga ne prebavi krompirja. Ne, ne ...

S3: Vedno mi je pustu ves krompir. Pol sm pa nehu.

S2a: Še kruha bolš, da ne bi, zato ker je kvas notr ...

S3: Sej je, star kruh je. Sej ne je svežga.

M: Aha, to sem vas še hotla vprašat ... A se kdaj pogovarjate al o Viki al o vaših kužkih, k ste jih imel ... kr tko?

S3: Sej z otroci, ko pridejo na obisk ... al pa ko me domov peljejo ... grem tak s psom ... normalno ... pa vprašam, kok je, pa take stvari, ne ...

M: Mislite, da Viki spodbuja to vašo komunikacijo, da se lažje spomnte na vaše kužke?

S3: Tok al tok bi se spomnu. Ampak ja, ko videš, prec veš. Čim pa ga videš, se spomneš na svojga. Ja, to je pa sigurno.

M: Se vam zdi, da po obisku z ostalimi starostniki lažje navežete stik oz. spregovorite?

S3: Ja, kokr koga. Men je vseeno. To so vaje že psa, ne. Tist, k pa ni vaje, ima pa novo snov za debato, ne. Tko da je ... u bistvu je pozitivno, sigurno. Sej vsaka žival pozitivno vpliva na človeka. Kaj imaš rad ... Eni majo še kače radi, pa se o tem pogovarjajo.

M: Najlepša hvala.

Priloga Č: Starostnik 4

M: Enkrat na mesec vas obišče Mišo s svojo psičko. A se vam zdi, da je ta dan kaj bolj prijeten od ostalih? A ga težko čakate?

S4: Seveda, kratkočasnejš je ... Mamo radi živali.

M: Je fino, ko prideta, a ne?

S4: Tako.

M: Ja ... Kaj pa občutite takrat, ko prideta? A je to veselje ...?

S4: Ja ... Živalca je pri hiši, ne, ko jo drugač ni, ne.

M: Pa drugače funkcioniraš kakor ostale dneve, recimo ...

S4: Posebno, ko so tko ... bi reku ... aaa da se jih ne bojimo, ne. Kaka žival bi grizla, te kužoti so pa ... vzgojeni, ja ... navajeni.

M: Kaj pa ponavadi počnete med obiskom?

S4: Ja, nič posebnega ... Oni se z enim pa z drugim ukvarjajo, ne sam z enimi, ne ... nič posebnega ...

M: Ampak prejle sem vidla, da ste jo mal pokrtačla ...

S4: Aja, tist pa, ja.

M: Pa mal kšn priboljšek ji date tud, a ne?

S4: Ja, če mamó ...

M: Ja ... kar Mišo s sabo prnese ...

S4: Oni dajo ... za kužota ...

M: Kakšni so pa občutki recimo, ko Viki pobožate?

S4: Ja, jst imam živali rada že od doma ven. Sem z dežele doma ... Pa smo mel, ne ... sicer ne kužote, bolj ne, k so sosedje okol mel dost kužotov ... pr nas jih nismo mel, samo ... mucke, pa živalce, kure, pa taku ...

M: A ste imeli pol kmetijo doma? Mucke pa kokoši?

S4: Ja ... Tud dve krave ... smo mleko oddajal, ne ... nosil v kantah ... k smo v šolo hodil pa obenem nesl mleko – strankam, ne, tam, kjer je bilo dogovorjeno ... nazaj grede smo posodo pobrali, spet za drug dan, ne ... da se je spet neslo, pa tak ...

M: Aha, super, super ... Če se vrneva mal nazaj k obisku, takrat ko pride Mišo s svojo psičko, a ga kej povprašate med obiskom? Recimo, kok je stara, al pa če se rada igra?

S4: Ja, ne, nismo tolk ... Tud ni tolk časa, al kaj, da bi se pogovarjal okol tega ...

M: Pa bi vam blo fajn, da bi pršla večkrat? Bi vam blo fajn, da bi pršla vsak teden?

S4: Ja ... Ja, lohka bi. Sej jih na sprehod tko pelje, pa še notr prideta ... tko ... Žival mora it med ljudi, ne, na sprehode, pa tak ...

M: Za vas je pa tud fajn, da je kšn kužek med vami ...

S4: Ja, imamo radi živali. Ja, ker so tko pohlevne žvali ... če bi kako nevarno ... bi se bal ... da bi te ugriznla, ne ... če človeka, ne pozna, pa tko ... ene so pa čist pohlevne, so pa navajene, da grejo med ljudi ...

M: Kaj pa po obisku? Ste žalostni, ker sta šla?

S4: Ja, ne ... Vemo, da bosta spet pršla naokrog ... Kaj čmo, ne ... Tuki ne mormo met, ne ... Če bi tuki, bi mel živalco, stalno, lastninsko, ne, bi reku ... Joj, to bi blo ... ojoj ... (smeh)

M: A pa se recimo po obisku, k mate obisk, eno uro sta tuki, pa pol gresta? A se po obisku kej pogovarjate vi z ostalimi starostniki?

S4: Ja, niti ne morem rečt, da se ... Ker to je tko samo po sebi umevno, ne ... izpade ... Pridejo pa grejo ... Mi pa ostanemo, ne ... Ostane pri tem, ne.

M: Ampak, a ste se recimo kdaj zalotl da bi rekl, u kok je blo fajn al pa kdaj bosta pa spet pršla?

S4: Ja, to ... mi radi vidmo, ni pa odvisn od nas, ne. Ker oni ... kolk to ... sprejmejo, da se ukvarjamo z žvalmi, ne to ... tak ...

M: Tam okoli deset vas je na temu oddelku starostnikov. Se vam zdi, da po obisku kej lažje navežete stik, lažje pogovarjate kot kakšen drug dan?

S4: Ne vem ... Mi to tko sprejmemo kot samoumevno ... Pride pa grejo ... Pa bojo spet pršli ... upamo na to ... takle ... se ne pogovarjamo ... jst ne morem rečt, no ... mogoče eni al drugi kej več. Tko pa ... da bi pa uprava kej sprašvala al pa zanimala ... no, pa sej vidi, ne ... da imamo radi živali ...

M: Sej sem vas vidla, kako ste uživala, ko ste jo krtačla ...

S4: Ja, tist, oooo ... ja, to bi še ... pa tak, ne ... Sej bi lahko tuki imel kakšno živalco ... hišno, ne ...

M: Najlepša hvala.

Priloga D: Oskrbnica 1

M: Kako se starostniki počutijo po obisku terapevtskega para? So žalostni, ker sta odšla ali je ta dan kot vsak drug dan v domu?

O1: Stanovalci velikokrat ne vedo, kdo prihaja. Šele, ko zagledajo Viki, vedo, da se bo nekaj drugega dogajalo in da bo drugače kot običajno. Stanovalci velikokrat ne pokažejo čustev, le redko se pokaže otožnost ob odhodu.

M: Je pri katerem starostniku obisk sprožil tako močna čustva, da je prišlo do joka?

O1: Sama tega še nisem nikoli opazila.

M: Se med seboj kaj pogovarjajo o obisku? Mogoče skupaj obujajo spomine, ko so živeli še doma? O čem se npr. pogovarjajo?

O1: Sami ne. Pogovarjajo se o kužkih (svojih) le ob času njihovega obiska. Velikokrat pa se o živalih pogovarjamo, kadar je voden del, takrat povedo, kaj so imeli doma.

M: Se vam zdi, da po obisku starostniki lažje navezujejo stike oz. se pogovarjajo?

O1: Da.

M: Ali se kdaj pogovarjajo o psički Viki tudi kar tako? Ne mislim takoj po izvedenem obisku, ampak kakšen drug dan?

O1: Da. Velikokrat se jih pred terapijo opomni, da bo prišla Viki na obisk, pokaže se jim tudi fotografija iz prejšnjega srečanja, tako, da se lažje »prikrade spomin«.

M: Vas mogoče kdaj vprašajo, kdaj bosta spet prišla oz. ali kdaj izrazijo željo, da bi se obiski izvedli večkrat?

O1: Največkrat izrazijo stanovalci željo ob samem obisku ali takoj po tem. Radi bi imeli psa ali muco tudi na oddelku, vendar bi bilo zanje zelo težko poskrbeti. Vsekakor je terapija z živalmi bolj dobrodošla. Bi pa nekateri stanovalci to lahko počeli vsak dan.

M: Kako po vašem mnenju aktivnosti vplivajo na starostnike v domu? Ali povečujejo njihovo medsebojno komunikacijo?

O1: Aktivnost, kot je terapija s pomočjo živali, vsekakor zelo pozitivno vpliva na naše stanovalce. Stanovalci so med terapijo bolj sproščeni, umirijo se in velikokrat iz njih kar vrejo besede. Eni bi kar naprej govorili. Velikokrat pogovor teče o njihovih spominih na domače živali, ki so jih imeli doma. Kot terapevtka lahko rečem, da je terapija s pomočjo živali pri dementnih stanovalcih zelo dobrodošla, pozitivna in lepa izkušnja in vzpodbuda, da se dementne osebe povrne v njihov svet mladosti, odraščanja, in ne glede na izkušnje, pozitivna.

Priloga E: Oskrbnica 2

M: Kako se starostniki počutijo po obisku terapevtskega para? So žalostni, ker sta odšla ali je ta dan kot vsak drug dan v domu?

O2: Po odhodu se varovanci še nekaj časa spominjajo obiska, ki pa po kakšni uri v njihovem spominu izgine.

M: Je pri katerem starostniku obisk sprožil tako močna čustva, da je prišlo do joka?

O2: Tako močne odzive pri naših varovancih nisem opazila. Verjamem pa, da se to lahko pri katerem zgodi, saj žival spominja na kakšno lepo obdobje iz njihovega življenja, posebno če so bili močno navezani nanjo. To se zgodi takim osebam, ki so že po naravi tenkočutni in imajo neizmerno radi živali. V starosti pa privrejo na dan spomini, ki jih spominjajo na njihovega ljubljence.

M: Se med seboj kaj pogovarjajo o obisku? Mogoče skupaj obujajo spomine, ko so živeli še doma? O čem se npr. pogovarjajo?

O2: Po obisku z Viki sta dva varovanca, ki se rada spominjata svojih živali.

Po uri ali več žal pozabita na obisk.

M: Se vam zdi, da po obisku starostniki lažje navezujejo stike oz. se pogovarjajo?

O2: To je odvisno od njihovega počutja in razpoloženja. Spomin pri njih je kratkotrajen in v hipu pozabijo, kaj je bilo pred nekaj minutami.

M: Ali se kdaj pogovarjajo o psički Viki tudi kar tako? Ne mislim takoj po izvedenem obisku, ampak kakšen drug dan?

O2: Tega nisem opazila. O njej nastane pogovor le takrat, ko jim napovem obisk in prikličem njihov spomin. Spomnita se le dva varovanca in to le, če načnem temo o živalih ali pa vidimo kakšno sliko v reviji.

M: Vas mogoče kdaj vprašajo, kdaj bosta spet prišla oz. ali kdaj izrazijo željo, da bi se obiski izvedli večkrat?

O2: Željo izrazita le dva varovanca po odhodu.

M: Kako po vašem mnenju aktivnosti vplivajo na starostnike v domu? Ali povečujejo njihovo medsebojno komunikacijo?

O2: Sama menim, da bi večkratni obiski bili zelo zaželeni in več kot dobrodošli, posebno ker gre za osebe z demenco. Pripomore pa tudi pri komunikaciji, saj se večina rada spomni svojih živali.

Priloga F: Ambasador 1

M: Mišo, najprej bi te prosila, da se nam na kratko predstaviš in poveš, kakšna je tvoja vloga v društvu.

A1: Sem vzreditelj pasme tornjak, kinološki delavec, vodnik osnovne vrste pri KD Grosuplje, pri Ambasadorjih nasmeha pa poleg dela kot terapevtski par (z Viki) opravljam še delo blagajnika in sem tudi član komisije za šolanje pri AN.

M: Med drugim s svojo psičko Viki obiskuješ tudi dom za ostarele DSO Ribnica. Kako pogosto potekajo obiski in kako izgleda tipičen obisk doma?

A1: Žal le enkrat mesečno. Pa ne vem, ali imajo toliko ostalih dejavnosti ali pa je problem v denarju (potni stroški). Kako izgleda tipičen obisk, pa boš morala ugotoviti sama in iti enkrat z menoj tja.

M: Med obiski se s starostniki pogovarjate tudi o njihovih občutjih, kako sprejemajo vajine obiske, se veselijo prihoda?

A1: Seveda so vedno veseli, še posebej pri tistih, ki so ali še imajo doma svoje pse. Tako obujajo spomine in o njih tudi pripovedujejo.

M: Raznorazne študije dokazujejo, da imajo aktivnosti in terapije na posameznike zelo pozitivne učinke. Kakšni so ti pozitivni učinki terapevtskega para?

A1: Pri naših varovancih je opazna precej večja živahnost, radi jo sprehajajo po hodniku ali terasi, več komunicirajo med seboj, pa tudi hranijo jo z veseljem. Medsebojno se tudi vzpodbujajo k aktivnostim, poleg tega pa želijo pokazati, da znajo s psom. ☺

M: Osamljenost je v današnjem času pri starostnikih zelo razširjena (umik iz družbe, zaprtost vase, omejevanje stikov). Ali obiski terapevtskega para zmanjšujejo problem osamljenosti?

A1: Pri nekaterih da, pri nekaterih pa na psa ni odziva (so pa redki). Vedeti pa je treba, da hodim na oddelek za dementne ali osebe s poškodbo glave. Nekateri so recimo v prvem letu pokazali veliko veselja in odzivnosti, pa so sedaj malce bolj zadržani. Sicer jo peljejo na kratek sprehod, ampak jim to (to se vidi) ne predstavlja več takega veselja in izjemnosti.

M: Aktivnosti nudijo odlično priložnost za (boljšo) socialno interakcijo z ostalimi stanovalci v domu. Obiski pomagajo pri komunikaciji in medsebojnih odnosih v domu?

A1: Na oddelku, ki ga opazujem je to manj opazno, se pa pozna, ko pridem v DSO. Tam namreč najprej popijem kavo z delovno terapevtko in prisotni so tudi »normalni« starostniki (brez demence itd). Ti pa v obisku zelo uživajo pa tudi komunicirajo precej med seboj. Na samem oddelku pa je povečana komunikacija, vendar ne izrazito.

M: Brala sem, da se velikokrat zgodi, da se starostniki ne spomnijo, kaj so jedli prejšnji dan za kosilo, dobro pa vejo, kako je ime kužku, ki jih je prejšnji teden obiskal. Torej lahko rečemo, da z obiski pomagata tudi pri krepitvi spomina?

A1: V mojem primeru (dementni oddelek) to ni pravilo. Včasih tudi v času obiska po večkrat vprašajo, kako je psički ime.

M: Si imel v času izvajanja aktivnosti in terapij kdaj tudi kakšno negativno izkušnjo – da se je npr. nekdo ustrašil psa, ali bil mnenja, da pes ni za v dom?

A1: Ne, take izkušnje nisem imel, pa čeprav so jih kolegi, ki obiskujejo druge domove občasno navajali. V mojem primeru gre za odlično sodelovanje, ki vsekakor potrjuje opravičenost obiskovanja varovancev.

M: Nam za konec zaupaš še kakšno zanimivo prigodo z vajinega obiska?

A1: Prigod je veliko, od tega, da je varovanec od mojih obiskov dalje začel stalno nositi s seboj plišastega psa (in skuša vedno z njim razveseliti Viki), do tega, da nekateri, ki sicer uporabljajo hojce ali palice pri hoji, Viki sprehajajo brez njih. Jim pes vliva zaupanje vase in njihove sposobnosti. To so mi tudi povedali, ko sem jih vprašal, zakaj sedaj ne potrebujejo pomoči. Vsekakor si enkrat vzemi čas in pojdi z menoj. Tja hodim ob torkih ob 13 uri (torej grem od doma ob 12h in se vrnem okoli tretje). Tako boš najboljše dojela vse dogajanje.

Priloga G: Ambasador 2

M: Jožica, najprej bi vas prosila, da se nam na kratko predstavite in poveste, kakšna je vaša vloga v društvu.

A2: V društvu Ambasadorji nasmeha sem članica 3. leto, sem članica upravnega odbora. Po izobrazbi sem univerzitetna diplomirana novinarka in sem zaposlena kot odgovorna urednica mesečne revije. Ari je star 5 let, je mešanec, pri nas je dobre 4 leta, vzeli smo ga iz zavetišča Meli. Opravila sva šolanje v Kinološkem društvu Ljubljana, kjer sva uspešno opravila tudi BBH izpit.

M: Med drugim s svojim psom obiskujete dom starejših občanov Grosuplje in dom starejših občanov Kamnik. Kako pogosto potekajo obiski in kako izgleda tipičen obisk doma?

A2: V DSO Grosuplje hodiva že dve leti, v Kamnik sva hodila eno leto, obiski v obeh domovih so na 14 dni, v Grosupljem v popoldanskem času, v Kamniku dopoldne. V obeh primerih opravlja obiske na dementnem oddelku.

Obisk je zelo odvisen od razpoloženja uporabnikov in ga je potrebno prilagoditi njihovemu zdravstvenemu in psihofizičnemu stanju, predvsem pa razpoloženju. Obisk traja v povprečju slabo uro, sestoji pa se iz uvodnega pozdrava, kratkega pogovora z uporabniki, osebnega kontakta vsakega uporabnika s psom (božanje, nagrajevanje s priboljški), sledijo igre z žogo, igračo, drugimi predmeti, druge skupne vaje (dvigovanje nog, vrsta, da gre pes pod »mostom«, krtačenje psa, zavezovanje rutic, ovratnic, sprehod z živaljo po prostoru, predvsem pa veliko pogovarjanja z ljudmi in spodbujanja. Pokaževa tudi razne trike.

M: Med obiski se s starostniki pogovarjate tudi o njihovih občutjih, kako sprejemajo vajine obiske, se veselijo prihoda?

A2: Uporabniki se praviloma zelo veselijo obiska, včasih ima kdo tudi slab dan in naju »nažene« domov. Ne pozabimo – gre za dementne osebe. Praviloma zelo radi pripovedujejo o svojih živalih, če so jih imeli, opisujejo, kakšen je bil, kaj je znal, kako se je obnašal. Sprašujejo me, kje Ari živi in se čudijo, ko povem, da živimo v stanovanju. Zanima jih, če se res nikoli ne polula in pokaka v stanovanje. Večina uporabnikov je imela živali zunaj, psi so bili priklenjeni na verige in niso imeli vstopa v stanovanje. Težko verjamemo, da je Ari več ur sam v stanovanju, saj hodim v

službo. Zelo ga imajo radi, ker je zelo nežen kuža, radi ga božajo in sprašujejo, kdaj spet prideva.

M: Raznorazne študije dokazujejo, da imajo aktivnosti in terapije na posameznike zelo pozitivne učinke. Kakšni so ti pozitivni učinki terapevtskega para?

A2: Ker gre za dementne osebe, se večina težko vključi v druge aktivnosti, pes pa jih razbremeni. Veliko se smeji, pripoveduje, spominjajo, vračajo se v svojo mladost. Včasih tudi »telovadimo« in se utrudijo. Nekateri so povsem apatični in ne sodelujejo v nobenih aktivnostih, mečejo pa psu žogo in se veselijo, če jo ujame. Tudi osebe se včasih čudi, ko se kdo odzove na psa, čeprav sicer živi v svojem svetu.

M: Osamljenost je v današnjem času pri starostnikih zelo razširjena (umik iz družbe, zaprtost vase, omejevanje stikov). Ali obiski terapevtskega para zmanjšujejo problem osamljenosti?

A2: Upam, da ga zmanjšuje. Tudi sama opažam, da so ljudje zelo osamljeni, da pogrešajo dotike, pogovor na njihovem nivoju. Večina ne zmore skupinske komunikacije, se pa odzovejo, če govorim samo njemu in je pes tam »samo zanj«. Nekateri hočejo vedno znova z nama »domov«, tudi pripovedujejo, da so v domu le začasno, da jih doma čakajo otroci, partner, žival ...

M: Aktivnosti nudijo odlično priložnost za (boljšo) socialno interakcijo z ostalimi stanovalci v domu. Obiski pomagajo pri komunikaciji in medsebojnih odnosih v domu?

A2: Verjamem, da pomagajo. Nekateri se pogovarjajo o obisku s sostanovalci. V Grosupljem se praviloma vedno ustaviva še pri stanovalcih in obiskovalcih, ki so v skupnem prostoru pri vhodu (tak je dogovor), tam naju že čakajo, povedo, da je »druga stanovalka povedala, da prihajata«. Tudi svojci izredno pozitivno sprejemajo najine obiske, saj imajo občutek, da njihovega starša to osrečuje. Pogosto prosijo za obisk pri uporabniku/stanovalcu, ki je nepokreten in je v postelji, da ga torej posebej obiščeva v sobi.

M: Brala sem, da se velikokrat zgodi, da se starostniki ne spomnijo, kaj so jedli prejšnji dan za kosilo, dobro pa vejo, kako je ime kužku, ki jih je prejšnji teden obiskal. Torej lahko rečemo, da z obiski pomagata tudi pri krepitvi spomina?

A2: Navadno ob vsakem obisku vprašam, če vedo, kako je ime meni in kako psu. Ponavadi si bolj zapomnijo pasje kot moje ime. Nekateri se tudi spomnijo, da je najdenček (iz zavetišča) ali pa, da živi v stanovanju. Zapomnijo si različne stvari, praviloma pa vedno začnejo govoriti o svojih živalih, če so jih imeli.

M: Ste imeli v času izvajanja aktivnosti in terapij kdaj tudi kakšno negativno izkušnjo – da se je npr. nekdo ustrašil psa ali bil mnenja, da pes ni za v dom?

A2: V Grosupljem je bilo sprva kar precej teh problemov, saj so tam pretežno uporabniki, ki so živeli na podeželju in so imeli pse na verigi in zunaj hiše. Ena izmed uporabnic naju še vedno ne sprejme in mi pogosto reče: »Bejž ven s tem črnim hudičem!« (Pes je rjave barve!). Ko pa sva jo enkrat srečala zunaj doma, kjer se je sprehajala s hčerko, pa se je čisto raznežila, ko naju je zagledala. Ni naju prepoznala, hči je povedala, da ima rada živali. Ko sem omenila, da me v domu vedno podi, je rekla, da verjetno zato, ker meni, da pes ni za notranjost doma.

M: Nam za konec zaupate še kakšno zanimivo prigodo iz vajinega obiska?

A2: Pred časom je bila v Grosupljem pri nepokretnem očetu na obisku hči, ki me je prosila, če lahko z Arijem obiščeva očeta v sobi. Gospoda smo posadili v posteljo in mu približali psa. Gospod je psa stiskal k sebi in jokal, govori ne, jokala je tudi hči in jokala sem jaz. Hči me je na koncu objemala in se mi zahvaljevala, da sva očetu polepšala dan. Bil je tako ganljiv prizor in zame nagrada, ki ne odtehta nobenega denarja in nobene druge stvari v življenju. Svojci so pogosto ob zelo betežnih in dementnih sorodnikih nemočni in sami nesrečni in skušajo (predvsem staršem) na vse načine polepšati trenutke. In to je bil tak poseben trenutek.

Najlepša hvala za vaš čas in še veliko nasmehov v prihodnje!

Priloga H: Ambasador 3

M: Neža, najprej bi te prosila, da se nam na kratko predstaviš in poveš, kakšna je tvoja vloga v društvu.

A3: Sem profesorica klasičnih jezikov in zaposlena v eni izmed založb. Psi me spremljajo že 25 let, vedno so bili to irski setri. Trenutno mi družbo dela Mini, ki bo decembra dopolnil osem let. V društvu sva aktivni delovni par, ki obiskujeva starostnike v domu na Poljanah, ki deluje v okviru Doma upokojencev Center. Poleg tega pa je moja naloga še pisanje prispevkov za različne medije.

M: Med drugim s svojim psom Minijem obiskuješ tudi Dom upokojencev Tabor. Kako pogosto potekajo obiski in kako izgleda tipičen obisk doma?

A3: Najine babice in dedke, kot jim pravim, obiščeva enkrat na teden, ob torkih ob pol štirih. Starostniki imajo namreč zelo radi red in enak urnik. Obisk traja med pol ure in eno uro – odvisno od razpoloženja stanovalcev doma in Minija. Slednjega namreč ne silim v nič, če ni razpoložen za obisk, se posloviva. Ne želim namreč, da se mu obiski zamerijo; pri kužkih je namreč tako, da ko se mu neka aktivnost zameri, se mu zameri za vedno. Ko prideva k vhodu doma, Miniju najprej nadenem oprtnik in mu povem, da greva delat. Tako ve, da zdaj ni šale. Skupina stanovalcev naju že čaka in negoduje, če slučajno zamudiva. Seveda jih morava najprej pozdraviti; sprehodiva se do njih, da lahko Minija pobožajo in se malo pomenimo o tem, kako so oni in kako je kuža. Potem malo pokramljamo, kaj so počeli v preteklem tednu. Pogosto jih sprašujem, kdo sem jaz, kdo je Mini, kako mu je ime, koliko je star, da malo pokravžljamo možgane. Včasih tudi malo potelovadimo ali pa z Minijem pokaževa kak trikec. Potem zapojemo kakšno pesmico. Na koncu se z Minijem spet sprehodiva do vsakega posebej in se posloviva.

M: Med obiski se s starostniki pogovarjate tudi o njihovih občutjih, kako sprejemajo vajine obiske, se veselijo prihoda?

A3: Obiska kužka se zelo veselijo. Veliko jim pomeni, da si nekdo vzame čas in jim ga posveti. Spominjajo se svojih psov, ki so jih imeli v mladosti in pripovedujejo zgodbe. To so praviloma veseli spomini. Poskušamo se spominjati tudi naših skupnih aktivnosti. Takrat velikokrat omenjajo veselje, zadovoljstvo in sproščenost.

M: Raznorazne študije dokazujejo, da imajo aktivnosti in terapije na posameznike zelo pozitivne učinke. Kakšni so ti pozitivni učinki terapevtskega para?

A3: Starostniki, s katerimi se srečujeva midva, so osamljeni, žalostni, pogosto tudi depresivni. S kužkom poskuša delati družbo in klepetati z njimi o tem in onem. Marsikomu se zdi neverjetno, a že sam pogovor jim veliko pomeni. Obiski kužka jim polepšajo dan, saj lahko psa božajo, se z njim pogovarjajo, igrajo ... Kuža pa jim s svojimi vragolijami privabi nasmeh na obraz. Dotik mehke dlake pa jih pomirja. Spominjajo se svojih kužkov in pripovedujejo o njih. Spodbujamo jih, da pripovedujejo o veselih dogodkih, o lepih spominih; če jih zanese v kakšne žalostne vode, morajo vedno povedati še kak vesel dogodek, ki se ga spomnijo. S svojimi obiski poskušamo pregnati osamljenost in žalost.

M: Osamljenost je v današnjem času pri starostnikih zelo razširjena (umik iz družbe, zaprtost vase, omejevanje stikov). Ali obiski terapevtskega para zmanjšujejo problem osamljenosti?

A3: Seveda. Že to, da stanovalci doma pridejo iz svojih sob v skupni prostor in se srečajo z drugimi stanovalci, je velika prednost. Obisk terapevtskega para, pogovor z vodnikom in ukvarjanje s psom stanovalce zaposlijo za tisto urico. S terapevtom se potem še pogovarjajo o obisku, tako da se druženje z odhodom para še ne neha.

M: Aktivnosti nudijo odlično priložnost za (boljšo) socialno interakcijo z ostalimi stanovalci v domu. Obiski pomagajo pri komunikaciji in medsebojnih odnosih v domu?

A3: Obiski so zelo koristni za boljšo interakcijo med stanovalci in tudi za boljše odnose na splošno. Obisk terapevtskega para je nevtralna tema za pogovor, druženje je zelo neformalno in prijetno, tako da se lahko že med samim obiskom pogovarjajo o tem, kasneje pa tudi. Terapevtka po obisku vedno obnavlja potek obiska s stanovalci, spodbuja komunikacijo. Na podoben način jih tudi pripravlja na obisk. Socialna interakcija s terapevtko in med stanovalci torej ni omejena samo na čas obiska, ampak tudi na obdobje po in pred obiskom.

M: Brala sem, da se velikokrat zgodi, da se starostniki ne spomnijo, kaj so jedli prejšnji dan za kosilo, dobro pa vejo, kako je ime kužku, ki jih je prejšnji teden obiskal. Torej lahko rečemo, da z obiski pomagata tudi pri krepitvi spomina?

A3: To je kar pogosto, ja. Sama poskušam v pogovore vključevati vprašanja, s katerimi spodbujam krepitev spomina. Takšna vprašanja so na primer: Kako je meni ime? Kako je ime kužku? Koliko je star? Ste ga že videli? Kdaj je bil na obisku? Dostikrat stanovalci tudi zdrknejo nazaj v svoj svet, zato jih poskušam zdramiti z vprašanji: Kakšne barve je kuža? Kako dolga ušesa ima? Kako velik je? Poznam gospoda, stanovalca doma, ki ga obiskujeva, ki reče samo dve besedi: ja in Mini.

M: Si imela v času izvajanja aktivnosti in terapij kdaj tudi kakšno negativno izkušnjo – da se je npr. nekdo ustrašil psa ali bil mnenja, da pes ni za v dom?

A3: Stanovalci doma so pogosto mnenja, da psi ne smejo biti noter, da so za v pesjak. To je razumljivo, saj so bili v svoji mladosti navajeni videvati pse na verigah pred hišo ali v pesjaki. Psi so bili čuvaji ali pomočniki pri lovu, ne pa hišni ljubljenci, kot so danes. Marsikdo se je obregnil v to, kaj pes dela tu, ampak smo jih nekako prepričali, da je pes samo na obisku in da bo po obisku šel domov in jih ne bo vznemirjal. S tem so se nekako sprijaznili, čeprav še kdaj pripomnijo, da je pes za v pesjak. Neka gospa, ki je imela slab dan, je hotela Minija brcniti, ker se ji je po njenem preveč približal, ona pa tega ni želela, vendar smo na srečo dogodek preprečili. Druženja se udeležujejo v glavnem ljudje, ki imajo pse radi in si želijo stika z njim.

M: Nam za konec zaupaš še kakšno zanimivo prigodo iz vajinega obiska?

A3: Stanovalci doma na Poljanah so res slike in dostikrat razdrejo kakšno »boso«. Pri svojem delu mora kuža nositi oprtnik. Ko sem nekoč vprašala gospo, zakaj ima kuža oprtnik, me je začudeno pogledala in rekla: Ja, ker ga boli križ, a ne?

Nekoč se je zraven neke gospe usedla njena sosedka, torej gospa, ki že deset let stanuje v sobi, ki meji na sobo prve gospe. Ta me potegne k sebi in potihoma vpraša: Kdo pa je to? Jaz pravim: Ja, Rezka, a ne? Začudeno me pogleda. Ponovim bolj na glas: Rezka. Gospa prasne v smeh in kar ne more nehati. Ko pride malo k sebi, pravi: Rezka se zatreska. Seveda tudi mi nismo mogli ostati resni.

Najlepša hvala za tvoj čas in še veliko nasmehov v prihodnje!