

**UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

Vesna Hudovernik

**Širjenje socialnih omrežij starejših
s pomočjo izobraževanja**

Diplomsko delo

Ljubljana, 2011

**UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

Vesna Hudovernik

Mentorica: izr. prof. dr. Tina Kogovšek

Somentorica: izr. prof. dr. Valentina Hlebec

**Širjenje socialnih omrežij starejših
s pomočjo izobraževanja**

Diplomsko delo

Ljubljana, 2011

Nihče ne uspe sam...

Zato...

Se iskreno zahvaljujem mentorici izr. prof. dr. Tini Kogovšek in somentorici izr. prof. dr. Valentini Hlebec za strokovno svetovanje, vodenje in pomoč pri nastajanju diplomskega dela.

Mami in atiju hvala, ker sta mi omogočila študij in mi bila vedno v pomoč. Ob vajinih spodbudnih besedah se mi noben cilj nikoli ni zdel nedosegljiv.

Hvala tudi tebi Luka, ki me sprejemaš tako kot sem. V vseh mojih vzponih in padcih si verjel vame, ter mi nesebično pomagal.

Širjenje socialnih omrežij starejših s pomočjo izobraževanja

Staranje prebivalstva je posledica manjše umrljivosti in podaljšanja življenjske dobe prebivalstva, prebivalstvo v Sloveniji pa ni pri tem nikakršna izjema. Življenje po upokojitvi je eno izmed najbolj stresnih in prelomnih obdobj v življenju posameznika. Po upokojitvi mora človek še naprej ostati dejaven, saj mu to omogoča daljše in kakovostno življenje. Eden izmed načinov kakovostnega in dejavnega preživljanja prostega časa je obiskovanje univerze za tretje življenjsko obdobje. Z vključitvijo v izobraževanje naraste število virov socialne opore. V tem okolju lahko starejši zadovoljijo spoznavne potrebe, potrebe po samouresničevanju in samoizpopolnjevanju, po druženju in po strukturiranju prostega časa. V nalogi se osredotočam na glavne razloge, ki udeležence spodbudijo za izobraževanje, ali okolje, v katerem se gibljejo, spodbudno vpliva na njihovo pripravljenost za izobraževanje, kakšni so odnosi med udeleženci izobraževanja in kakšne spremembe je izobraževanje prineslo v njihovo socialno življenje. Ugotoviti želim še, kakšno socialno oporo dobijo v skupini.

KLJUČNE BESEDE:

Staranje, tretje življenjsko obdobje, izobraževanje, univerza za tretje življenjsko obdobje, upokojitev, prosti čas, socialna omrežja, socialna opora.

Expansion of social networks of older adults with the help of education

Ageing of population is consequence of lower mortality and long life expectancy of population, and population in Slovenia is not an exception. Life after retirement is one of the most stressful and pivotal turning points in life. A person should stay active even after retirement, because this improves the quality of life. One of the ways of actively spending quality spare time is attending the university of the third age. In this environment, older people can meet the cognitive needs, the need for self-realization and self improvement, the need for socialization and also for structuring their spare time. With inclusion in education the number of sources of social support increases, likewise, education encourages all four dimensions of social support, companionship and emotional, instrumental and informational support. In the thesis I concentrate on the main reasons that lead participants in education, whether the environment impacts supportive on their willingness to education, what are the relations between participants in education and what change the education made in their social life. I also want to determine what type of social support they are receiving within the group.

Key words: Aging, the Third Age, education, University of the Third Age, retirement, leisure, social networks, social support.

KAZALO

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | UVOD..... | 7 |
| 2 | STAROST IN STARANJE | 9 |
| 2.1 | RAZVRSTITEV STAROSTI IN STARANJA..... | 10 |
| 2.2 | TEORIJE STARANJA..... | 11 |
| 2.3 | PREHOD IZ TRADICIONALNE V SODOBNO DRUŽBO..... | 12 |
| 2.4 | DRUŽBENA VLOGA STAROSTI..... | 13 |
| 2.5 | STAROSTNI STEREOTIPI..... | 15 |
| 3 | TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | 17 |
| 3.1 | IZOBRAŽEVANJE KOT POT K NOVI IDENTITETI..... | 18 |
| 3.2 | UPOKOJITEV | 19 |
| 3.3 | STRUKTURIRANJE PROSTEGA ČASA | 21 |
| 4 | IZOBRAŽEVANJE ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | 23 |
| 4.1 | UČENJE IN IZOBRAŽEVANJE..... | 23 |
| 4.1.1 | VRSTE IZOBRAŽEVANJA | 26 |
| 4.2 | TEMELJNI KONCEPTI IZOBRAŽEVANJA..... | 26 |
| 4.3 | MOTIVI ODRASLIH ZA IZOBRAŽEVANJE..... | 27 |
| 4.4 | DEJAVNIKI UDELEŽBE STAREJŠIH ODRASLIH V IZOBRAŽEVANJU | 30 |
| 5 | UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLEJNJSKO OBDOBJE | 32 |
| 5.1 | PREDSTAVITEV | 32 |
| 5.2 | ZGODOVINA | 34 |
| 6 | SOCIALNA OMREŽJA IN SOCIALNA OPORA | 36 |
| 6.1 | SOCIALNA OMREŽJA | 36 |

| | | |
|------------|--|-----------|
| 6.2 | SOCIALNA OPORA | 38 |
| 6.2.1 | VRSTE IN VIRI SOCIALNE OPORE..... | 40 |
| 7 | METODOLOŠKI PRISTOP | 42 |
| 7.1 | OPREDELITEV PROBLEMA | 42 |
| 7.2 | VRSTA RAZISKAVE | 43 |
| 7.3 | OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV | 44 |
| 8 | INTERPRETACIJA | 45 |
| 9 | SKLEP | 59 |
| 10 | LITERATURA | 62 |
| 11 | PRILOGE | 67 |
| | PRILOGA A: Vsebinsko kodiranje | 67 |
| | PRILOGA B: Ureditev izjav po kodah in združevanje | 76 |
| | PRILOGA C: Prepis intervjujev | 80 |

1 UVOD

Prebivalstvo Slovenije se je začelo starati na prehodu iz 19. v 20. stoletje (Šircelj 2009, 22). Leta 2006 so mladi do 15 let zajemali le 13,9 odstotka, starejši od 65 let pa 16,1 odstotka prebivalstva Slovenije (Kump, Stropnik 2009, 77). Za današnjo družbo je tako značilno upadanje števila mlajših ljudi in naraščanje števila starejših.

Univerza za tretje življenjsko obdobje je namenjena tistim, ki so zapustili aktivno delovno okolje, s tem pa ima večina več možnosti za svobodnejše razporejanje aktivnosti v prostem času, tudi za izobraževanje. Mnoge zanima veliko stvari, za katere prej zaradi delovnih obveznosti niso imeli časa, zdaj pa se lahko lažje odločijo tudi za izobraževanje. Izobražujejo se lahko za osebno rast, nove družbene vloge ali pa delo v civilni družbi.

V diplomski nalogi me zanimajo najpogostejši razlogi, ki jih udeleženci navajajo kot odločitev za izobraževanje na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Zanima me še, ali družbeno okolje udeležence spodbuja k njihovi pripravljenosti za izobraževanje. Sprašujem se tudi o odnosih med udeleženci izobraževanja. Zanima me, kako je udeležba v izobraževanju vplivala na njihovo družbeno življenje in kaj posamezniku pomenijo člani omrežja in kako ti vplivajo nanj. Dotaknila sem se tudi njihovega prostega časa; zanima me, ali svoj prosti čas preživljajo dejavno. Zanima me še, ali dobijo pri tem socialno oporo in kakšno socialno oporo dobijo od drugih udeležencev izobraževanja.

Diplomska naloga je razdeljena na poglavja. V teoretičnem delu naloge bom predstavila glavne pojme, pomembne v tej nalogi. V drugem poglavju bom podrobneje predstavila starost in staranje. Opredelila bom pojem starosti in ga obravnavala z vidika družbenih vlog, vključila bom tudi starostne stereotipe. V tretjem poglavju bom predstavila tretje življenjsko obdobje, predvsem potrebo po strukturiranju prostega časa, ki nastopi po upokojitvi. V četrtem, osrednjem poglavju diplomske naloge bom predstavila pojma učenje in izobraževanja ter temeljne koncepte izobraževanja. Predstavila bom tudi zelo pomembna sklopa v tem poglavju, in sicer motive, ki starejše spodbudijo za izobraževanje, in dejavnike udeležbe starejših odraslih v izobraževanju. V petem

poglavju bom predstavila univerzo za tretje življenjsko obdobje, vključno z zgodovinskim pogledom njenega nastajanja. V šestem poglavju bom na podlagi definicij predstavila pojma socialno omrežje in socialna opora. Podrobneje bom opredelila vrste socialne opore. Sedmo poglavje je namenjeno empirični raziskavi; na začetku je predstavljeno raziskovalno vprašanje, sledijo pa mu izsledki, ugotovljeni na podlagi uporabljene metodologije. V osmem poglavju analiziram ugotovitve, v devetem poglavju pa so podane sklepne ugotovitve.

2 STAROST IN STARANJE

Starost je življenjsko obdobje, ki si ga želimo dočakati vsi, a se ga obenem tudi bojimo. Strahovi so posledica predsodkov, nepoznavanja starejših ljudi in dejstva, da se sodobni človek ni sposoben spopasti z življenjem v vsej njegovi polnosti (Pajek 2005, 13). Vsak posameznik ima svojo lastno in neponovljivo življenjsko pot, ki teče od rojstva do smrti. Zaveda se, da se na življenjski poti stara in da se bo ta pot nekoč tudi končala. Ljudje se staramo različno in pri isti starosti nismo videti enako stari. Staranje je namreč odvisno od naše zavestne odločitve, kako se želimo starati in kaj bomo storili za kakovostno starost (Hojnik-Zupanc, 1997a, 1). »Starost je stanje posameznika ali naroda, staranje pa proces, ki traja od rojstva do smrti.« (Šiplič in Kadiš 2002, 295)

Eden glavnih dosežkov druge polovice 20. stoletja je podaljševanje življenjske dobe prebivalstva, ki izhaja iz izboljševanja zdravstvenih pogojev in družbenih razmer. Ta proces v razvitih državah sovpada z izrazitim upadanjem števila rojstev. Zaradi tega se zvišuje povprečna starost prebivalstva. Te značilnosti veljajo tudi za Slovenijo, ki spada med države s starejšim prebivalstvom. Ob popisu prebivalstva leta 1991 je bil delež starejših od 65 let v celotnem prebivalstvu 11,2-odstoten, ob popisu leta 2002 se je povečal že na 14,7 odstotka, ob koncu leta 2005 pa je bilo pri nas že več kot 15,5 odstotka starejših od 65 let. Torej je v tej starostni dobi že več kot 310 tisoč prebivalcev Slovenije. Pričakovana življenjska doba je bila leta 2003 povprečno 77,5 leta; za ženske 81,08 leta in za moške 73,5 leta. Med vsemi starejšimi prebivalci je več žensk, in sicer 62 odstotkov. Starejših od 80 let je med vsemi starejšimi približno 20 odstotkov. Leta 2003 je skupno število prebivalcev, starejših od 65 let, prvič preseglo skupno število prebivalcev od 0 do 15 let. Delež starejših bo na podlagi projekcije Eurostata med letoma 2006 in 2010 naraščal nekoliko počasneje kot v letih pred tem, saj bo v tem obdobju starostno mejo 65 let prestopila generacija, ki se je rodila med drugo svetovno vojno, ko je bilo rojenih otrok precej manj kot v letih pred tem obdobjem, zlasti pa po njem. Močno pa se bo povečal delež prebivalcev, starejših od 80 let. Število starejših od 65 let ali več bo po najnovejši projekciji Eurostata med letoma 2005 in 2010 v celotni strukturi prebivalstva dosegel 16,5 odstotka (MDDSZ, 2006).

2.1 RAZVRSTITEV STAROSTI IN STARANJA

Človek se stara od spočetja do smrti, in sicer enako hitro, a to drži le deloma. V vsakem trenutku življenja, zlasti v tretjem življenjskem obdobju, je treba ločiti tri vrste starosti (Ramovš 2003, 69):

- **kronološko starost**, po kateri kategoriziramo populacijo, starejšo od 65 let in več, ne glede na druge kazalnike starosti (Hojnik-Zupanc 1997b, 53). Kronološka starost je določena z rojstnim datumom in nanjo ni mogoče vplivati. Povezana je z nekaterimi življenjskimi dogodki, kot so na primer vstop v šolo, poklicno življenje in upokojitev. Kronološka starost je nezanesljiv podatek, saj je človek lahko videti drugače, kot bi sodili po njegovih letih;
- **funkcionalno ali biološka starost**, ta označuje stanje organizma in pove, koliko je telo staro glede na pravilno delovanje osnovnih telesnih funkcij in celičnih procesov;
- **psihološko starost**, pri kateri gre za prepletanje osebnih in družbenih dejavnikov ter opredeljuje osebno doživljanje starosti oziroma osebno počutje in izraža, kako starega se človek počuti (Hojnik-Zupanc 1997a, 3–4).

Biološka in kronološka starost se redkokdaj ujemata (Hojnik-Zupanc 1997b, 53). Kronološko staranje poteka pri vseh ljudeh in v vsakem obdobju življenja enako hitro, saj človek nanj nima vpliva. Na funkcionalno staranje pa ima človek velik vpliv z načinom svojega življenja. Pri doživljajski starosti so največje razlike med ljudmi, saj je doživljajska starost odvisna od vsakega posameznika. Doživljajsko je lahko človek mladostno svež v vseh obdobjih starosti do smrti, če je pri polni zavesti, dovolj osebno zrel in živi v zadovoljivih življenjskih razmerah. Ob tem pa se lahko v vsakem življenjskem obdobju čuti tudi ostarelega in izčrpanega (Ramovš 2003, 70–75).

Staranje je predvidljiv proces za večino prebivalstva, vendar ga odrivamo, saj nanj običajno nismo pripravljeni. Odrivata ga tudi družba in država, in sicer na ravni družbenih predstav in kulturnih modelov, ki v sodobni družbi dajejo prednost mladosti, vitalnosti in fizični lepoti, ter na ravni družbene politike in zakonodaje. Večina sodobnih

držav odriiva starost in vse, kar je povezano z njo, v območja zasebnosti, družine in sorodstva, kjer ima država malo kompetenc in odgovornosti (Rener 1997, 41).

2.2 TEORIJE STARANJA

Staranje je biološki proces, ki so mu podvržena vsa živa bitja, od dojenčka, otroka, mladostnika, mlajše odrasle do starejših ljudi. Na staranje je treba gledati kot na nekaj, kar se dogaja vse življenje. Je dinamičen proces, ki se začne z rojstvom in konča s smrtjo (Ramovš 1992, 26).

Poznamo biološke, psihološke in sociološke teorije staranja. Biološke teorije povezujejo staranje z upadanjem sposobnosti življenjskih funkcij, dokler ne nastopi smrt. Psihološke teorije staranja se pretežno opirajo na strukturo osebnosti oziroma razvojne dejavnike, ki oblikujejo osebnost. Od stopnje zrelosti človekove osebnosti je odvisno, kako se človek v starosti počuti, koliko samostojnosti, samozaupanja in življenjskega optimizma ima, kako se prilagaja in rešuje nove življenjske težave in zahteve, kakšni so njegovi interesi, koliko sožitja z ljudmi je zmožen graditi in podobno. Osebnostno manj zreli in manj sposobni ljudje se po tej teoriji starajo prej, ljudje z veliko interesi, aktivni in samostojni pa pozneje. Sociološke teorije staranja pa poudarjajo, da lahko spremembo osebnosti pri staranju razumemo le z vidika odnosa med človekom in njegovim družbenim okoljem. Človekovo počutje je v starosti močno odvisno od pričakovanj okolja. Če družba meni, da nekdo po 65. letu starosti ni več sposoben opravljati določenega dela, da morajo biti ljudje po tem času umirjeni, zadržani in podobno, potem bodo ljudje pač taki (Požarnik 1981, 11–12).

Staranje je proces, ki traja dolga leta. Nanj je treba gledati kot na dinamično spremembo ali niz sprememb, kot na pečino, s katere se v določenem trenutku življenja vržemo (Stoppard 1991, 14).

2.3 PREHOD IZ TRADICIONALNE V SODOBNO DRUŽBO

V preteklosti je bilo starejših ljudi malo. Starost kot množičen pojav je značilna šele za dvajseto stoletje, posebno za zadnjih 50 let tega stoletja, in jo štejemo med pojave sodobne družbe (Pečjak 1998, 19). Staranje družbe je sledilo kot »stranski proizvod« razvojnih sprememb v industrijskih družbah, kot so manjša umrljivost in podaljševanje življenjske dobe zaradi izboljšanja življenjskega standarda in zdravstvenih razmer ter zmanjševanje rojstev in usmerjanje družinskega življenja v nuklearno družino (Hojnik-Zupanc 1999, 39). Staranje povzroči zmanjševanje rodnosti, saj se delež starejših povečuje zaradi zmanjševanja števila rojstev. Pozneje nastopi kot pomemben dejavnik tudi umrljivost prebivalstva. Na staranje vplivajo tudi selitve. Staranje prebivalstva je del demografskega prehoda, to je prehod iz visokih ravni rodnosti v nizko raven umrljivosti. Demografski prehod je ena od razsežnosti prehoda iz tradicionalne v sodobno družbo in ga prej ali slej doživi vsako prebivalstvo (Šircelj 2009, 18).

Pred tridesetimi leti so govorili, da je starost težava, pozneje pa se je mnenje o starosti spremenilo in je starost postala izziv. Danes povsod po Evropi govorijo o starosti kot priložnosti in o starejših ljudeh kot o skritih zakladih izkušenj in znanj (Šantej 2010).

Sodobna družba ceni mladost in vitkost, visoko produktivnost in uspešnost ter zdravje. V takšni družbeni naravnosti ni prijetno prestopiti iz družbe aktivnih v družbo vzdrževanih. Starost je čas, ko se človeku manjšajo telesne in duševne sposobnosti, večja pa se njegova duhovna dimenzija z življenjskimi izkušnjami in modrostjo. Tudi s tega vidika starejši težko prenašajo svoj obrobni položaj, ki jim omogoča predvsem zadovoljevanje njihovih nematerialnih potreb (Kladnik 2003b, 30).

Za sodobne družbe je značilno, da s starostjo slabi družbeni status žensk kot skupine. Tako lahko govorimo o dvojnih merilih staranja, in sicer o tistih, ki veljajo za ženske, in tistih, ki veljajo za moške. Starejše ženske se v Sloveniji in drugje v razvitem svetu srečujejo z večjimi težavami kot moški njihovih let. Oviro jim pomenijo družbeni položaj, tradicionalne vloge, manjkanje ekonomske moči in dejstvo, da jih veliko živi v

enočlanskem gospodinjstvu. S starostjo se namreč število moških v razmerju do žensk zmanjšuje (Hvalič 2000, 32–33).

2.4 DRUŽBENA VLOGA STAROSTI

Podobno kot otroštvo in mladost sta tudi staranje in starost predvsem družbena konstrukta, ki sta podvržena procesom družbenega instituiranja (Rener 1997, 41). Starost je družbeni konstrukt, ki se oblikuje in razvija v nenehni izmenjavi med posameznikom in družbo. Realnost presoje na individualni in družbeni ravni vpliva na vključevanje v dogajanje, vzpostavljanje stikov, družbeno povezovanje, utrjevanje trajnejših, dobrih družbenih odnosov in pričakovanj glede življenja (Kobentar 2008, 146). Družba po svoje opredeljuje starost in to počne vedno znova, ji določa meje, starostna obdobja in smisel življenjskim obdobjem. Zato ne smemo pozabiti, da je starost vprašanje dogovora v družbi, družbeni konstrukt (Findeisen 2009, 4).

Družbena vloga zajema obnašanja, ki jih družba pripisuje moškim in ženskam, posameznim poklicem, staršem in njihovim otrokom, rasnim skupinam in starejšemu prebivalstvu. Zaradi takega pripisovanja vlog se veliko ljudi vede v soglasju z vlogo (Pečjak 1998, 61).

Staranje je proces, ki prinaša spremembe v človekovem zdravju, kompetentnosti, avtonomnosti, svobodi odločanja, družbenem življenju. Prinaša tudi strah pred nevarnostmi, razmišljanje o smrti ter pravicah in obveznostih. Starost vključuje tudi vrednostne in normativne elemente, saj pomeni večrazsežnostni prostor, v katerem se prepletajo izkušnje, življenjske potrebe, interesi in kompetence posameznikov (Baltes 1999 v Kobentar 2008, 146). Starost doživljamo prijetno, kadar gre za zdrav telesni in duševni razvoj, eksistencialno varnost in dobro družbeno vključitev, in neprijetno, ko se vrstijo prikrajšanosti (Kobentar 2008, 146).

»Kakovost življenja v starosti je odvisna od lastnega interesa, aktivnosti in izbire možnosti, ki so na voljo« (Kobentar 2008, 149). V družbi, ki na vsakem koraku časti kult

mladosti, so starejši premalo vključeni v družbo, njihove življenjske izkušnje in strokovno znanje pa so premalo uporabljeni. V družbi, ki povečuje vrednote, kot so hitrost, storilnost, učinkovitost in uspešnost, so starejši nemalokrat moteči. Za določeno kategorijo starejših je staranje še vedno travmatično zaradi bolezni, revščine in osamljenosti. Tistim, ki so pri močeh, finančno zmožni, mobilni in socialno omreženi, pa je lahko normalni biološki proces staranja travmatičen zaradi pritiskov sodobne potrošniške kulture po lepem in mladostnem videzu (Kuhar 2007, 37).

Za kakovostno starost sta pomembni civilna družba in država. Prva je pomembna zaradi oblikovanja postmoderne socialne mreže za zadovoljevanje vseh človeških potreb starejših ljudi, druga pa zaradi ustrezne družbene politike, s katero naj bi zagotovila pogoje za kakovostno starost vseh starejših ljudi v družbi (Hvalič Touzery 2003, 53). Na razumevanje starosti in staranja še vedno ostajajo vezani pojmi, kot so šibkost, neboljnost, neproduktivnost, zmanjšana avtonomija in podobno (Renner 1997, 41). Družbeno vrednotenje starosti temelji na kategoričnem posploševanju slabšanja funkcionalnih sposobnosti in postavljanje stare populacije na obrobje, pri čemer sta zanemarjena zrelost in modrost, ki sta pomembna dejavnika pri ločevanju starejše generacije od drugih starostnih skupin prebivalstva (Hojnik-Zupanc 1997b, 49).

Z naraščanjem deleža starejše populacije postaja očitnejša tudi njena heterogenost. Naraščajoča globalizacija starosti poteka hkrati z individualizacijo življenjskih potekov. Starejši človek je rezultat osebnih življenjskih izkušenj, kulture, v kateri si je pridobil svoje izkušnje, ter zgodovinskih, izobrazbenih in družinskih vplivov. Posebnost in novost sodobne globalizacije starosti je v tem, da poteka razmeroma hitro, večina ljudi svojega mesta v družbi ne najde, ker ga ni, tako kot ni relevantnih modelov vlog, ker še niso izoblikovani (Renner 1997, 45).

Na predstavo o sebi vplivajo vsa življenjska okolja in medosebni odnosi, ki jih posameznik vzpostavlja v teh okoljih. Vpliva tudi prevladujoča družbena vloga, ki jo je posameznik sprejel v svojem življenju. Za vsako družbeno vlogo veljajo določena pravila, norme obnašanja, nanjo se vežejo posebna pričakovanja in predstave, kakršen naj

bi bil posameznik, ki takšno vlogo sprejme. Gre torej za pritiske družbenega okolja, ki ustvari posebne družbene stereotipe. Vsak, ki je sprejel izrazito družbeno stereotipno vlogo, se mora naučiti posebnih vzorcev obnašanja, da bi zadovoljil pričakovanja širšega okolja, ki se vežejo na takšne družbene stereotipe (Brečko 1998, 45–46). Vloge zapovedujejo neko obliko vedenja. Starejši ljudje igrajo številne vloge, vendar so zelo omejujoče vloge pasivnega, nebogljenega starčka, človeka brez družabnih, kulturnih in spolnih potreb, intelektualno prizadete osebe in tako dalje. Vloge so predvidljive, zato vsakdo ve, kako naj se vede (Pečjak 2007, 81). Iz tega je mogoče sklepati, da posameznik ni star zato, ker je stara, ampak zato, ker družba pravi, da je star (Pečjak 1998, 61).

2.5 STAROSTNI STEREOTIPI

Družbena vloga je pod močnim vplivom prevladujočih stereotipov. Starostni stereotipi nepravilno označujejo starejše ljudi ter vplivajo na njihovo doživljanje in vedenje. Občutijo se starejše, kot so v resnici. Pozitivni stereotipi prikazujejo starejše kot modre, izkušene in ljubeče do svojih potomcev. Vendar med starejšimi prevladujejo negativni stereotipi, kot so: fizična, intelektualna in spolna nemoč, odvisnost od drugih ljudi, slab spomin, duševna odsotnost, konservativnost, rigidnost, odštekanost, prepirljivost, trmoglavost, sitnost, egocentričnost, egoizem, cinizem in mnoge druge lastnosti (Pečjak 1998, 63–65).

Berger in Thompson (1994) domnevata, da stik s starejšimi osebami spominja ljudi na njihovo prihodnost in umrljivost. Zato razvijejo samozaščitne mehanizme, npr. starostne stereotipe, da se tako izognejo in potlačijo misli na lastno starost in smrt (Berger in Thompson 1994 v Pečjak 1998, 69). O starosti se govori premalo, zato se ljudje starosti sramujejo in prav s tem ohranjajo negativne stereotipe o njej. Staranje je namreč povezano z vrsto posplošenih in poenostavljenih prepričanj o starejših ljudeh. Na starejše ljudi se pogosto gleda kot na drugorazredne državljane, ki niso več sposobni veliko prispevati svetu okoli sebe. Ljudje običajno razumejo starost kot obdobje, v katerem so neizogibne resne duševne in telesne težave, ki zmanjšujejo ustvarjalnost. Na starejše ljudi se tako s finančnega in praktičnega vidika gleda kot na breme za družbo. Še več, njihovo

življenje naj bi bilo izolirano in neseksualno. Starejši naj bi bili homogena skupina, ki se razlikuje od drugih ljudi (Hvalič-Touzery 2003, 53).

Družbeni stereotip o starejših ni usoden samo v glavah mladih ljudi in otrok, še posebej nevarno postane, ko se zunanji družbeni pojav preseli v glave starejših ljudi in spreminja njihove psihične lastnosti. Starejši se v svetu dela počutijo odrinjene, da pri odločanju nimajo več vstopa in v javnosti ni več mesta zanje. Pogosto postanejo takšni, kot jih želijo videti mlajši, in upajo, da bodo postali družbeno sprejemljivi. Posamezniki, ki so se uprli družbenemu stereotipu, vzdržali tekmo z življenjem in tudi po upokojitvi normalno nadaljujejo življenje, imajo nove cilje in izzive, se trudijo in razvijajo, da so srečni, odločni v starosti v manjšini (Kranjc 2005, 9–10).

3 TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Človek je vpleten v sožitje z drugimi in obenem osebni posameznik v vseh življenjskih obdobjih, a na različen način. V prvem življenjskem obdobju se kot osebni posameznik naglo razvija v močni odvisnosti od soljudi; otrok, ki v glavnem dela zase in črpa življenjska hranila od starejših generacij. V srednjih letih človekovo poslanstvo postane plodnost, delo za druge v družini, službi in družbi prevladuje nad skrbjo in delom zase. Posameznik še vedno dela tudi sam zase in prejema od drugih, saj drugače ne bi mogel živeti, kaj šele, da bi se zdravo telesno, duševno, družbeno in drugače razvijal. V tretjem življenjskem obdobju se zdi, da človek lahko doseže skladno ravnotežje med dajanjem in prejemanjem, med delom zase in za druge (Ramovš 2004, 726).

Izraz tretje življenjsko obdobje je nastal v industrijskem obdobju, v času, ko ljudje niso več živeli v skupnosti in so se pojavile sodobne oblike suženjstva. Posledica je bila oddaljitev človeka od njegovega bistva. Mnogi so komaj čakali čas, ko bodo zagledali sebe, se vrnil k sebi (Findeisen 1999, 21).

Tretje življenjsko obdobje razdelimo v:

- zgodnje starostno obdobje: od 66. do 75. leta. To je obdobje privajanja na upokojensko in svobodno življenje. Obdobje, ko človek živi še dejavno življenje in je navadno zdrav;
- srednje starostno obdobje: od 76. do 85. leta. Gre za obdobje prilagajanja človekovih dejavnosti in doživljanja glede na upadanje njegovih moči in zdravstvenega stanja. Obdobje, v katerem že izgublja vrstnike, možna je tudi že izguba zakonskega partnerja;
- pozno starostno obdobje: po 86. letu starosti postane človek prejemnik pomoči, za mlajše generacije pa nemi učitelj najglobljih temeljev človeškega dostojanstva. V tem obdobju opravlja svoje zadnje življenjske naloge (Ramovš 2004, 725).

Tretje življenjsko obdobje je v osemdesetih letih 20. stoletja zadevalo vse, ki so izstopili iz vrst zaposlenih, konec devetdesetih let 20. stoletja pa pomeni stanje (Findeisen 1999, 21).

3.1 IZOBRAŽEVANJE KOT POT K NOVI IDENTITETI

Hopson (1981, po Sugarman 1986) ugotavlja, da se odrasli do tridesetega leta starosti srečajo s 30 do 40 prehodi oziroma pomembnimi življenjskimi dogodki. Nekateri od teh so starostno pogojeni, drugi normativno in nekateri zgodovinsko pogojeni. Danes se je treba spopadati s tehnološkimi spremembami, geografsko mobilnostjo, pogostostjo menjave službe, pogostejšimi ločitvami in ponovnimi porokami, kar vse prispeva k javnemu mnenju o družbeni nestalnosti in povečanju obsega sprememb, s katerimi se morajo posamezniki spoprijeti v življenju (Horvat 2003, 294).

Nastop prehodnih obdobji pokaže na potrebo, da človek svojo identiteto postavi na nove temelje (Findeisen 1999, 117). To velja tudi za človeka, ki je zgradil trdno identiteto v času poklicnega dela, pa jo mora po upokojitvi postaviti povsem na druge temelje, saj ob prehodu v poklicno nedejavno obdobje ostane brez sodelavcev, širšega družbenega kroga, ki ga pogreša. Morda prevzame skrb za vnuke in si želi obnoviti nekatera znanja ali usvojiti nova. Vključiti se želi v katerega od prostovoljnih programov dajanja socialne pomoči in potrebuje novo znanje. V vseh primerih je tisto, kar ga je potisnilo v izobraževanje, sprememba v njegovem življenju z vsemi spremljajočimi dogodki (Findeisen 2002, 19).

Tretje življenjsko obdobje je po navadi povezano z večjo osebno svobodo in upadom prejšnjih odgovornosti. Toda ta nenadna svoboda mora dobiti svoje okvire in novo vsebino. V tem obdobju je pomembno, da oseba poskrbi za družbeno bogate aktivnosti, ki bodo v nekem smislu nadomestile manko komunikacije, ki je nastala z zamenjavo poklicnega statusa s statusom upokojenca. Zanj se začinja naporna pot iskanja nove identitete (Brečko 1998, 156).

Laslett (1989), kot eden pogostejše citiranih avtorjev izraza tretje življenjsko obdobje, starost nad 55 let ocenjuje kot tretje življenjsko obdobje, ko ljudje sprejemajo odločitve o tem, kako bodo preživeli preostanek življenja. Tretje življenjsko obdobje opisuje kot obdobje v življenju odraslega človeka, ko so ljudje razbremenjeni obveznosti drugega življenjskega obdobja, povezanega s skrbjo za druge in poklicnimi zahtevami. Starejši lahko uživajo popolno avtonomijo v svoji novi dejavnosti, ki so si jo izbrali. Prepričan je, da bodo pripadniki tretjega življenjskega obdobja v 21. stoletju doživeli razcvet, saj v to obdobje vstopa veliko ljudi z veliko energije in ustvarjalnosti (Kump in Jelenc-Krašovec 2009, 11).

Ob upokojitvi človek izgubi tudi možnost strukturiranja časa, ki ga delo nudi. Družbeno organizirano delo, iz katerega človek črpa potrditev zase, omogoča še veliko stikov in povezav z ljudmi. Vse od bežnih pozdravov in kratkih vljudnostnih odzivov do čustveno bogatih stikov bližine (Berne, 1989 v Findeisen 1999, 159). V vseh teh stikih je človek prepoznan in v njih najde potrdila zase, drugačna od tistih, ki mu jih nudi družina (Findeisen 1999, 159). Obstaja tudi razlika med moškimi in ženskami. Ženske so v življenju bolj povezane z družino kot moški. Moški se bolj potrjujejo zunaj družine in tako po upokojitvi v javnem življenju najdejo več oporišč kot ženske. Ženskam služba pomeni vstop v javnost, saj večinoma časa posvečajo družini (Schuller in drugi 2002, 53). Zato je vključitev v izobraževanje v tretjem življenjskem obdobju za ženske dragocena vrnitev v javnost in hkrati tudi pot, na kateri iščejo novo identiteto (Findeisen 1999, 159).

3.2 UPOKOJITEV

Današnja družba starejšim ljudem ni naklonjena, saj jih z družbeno vlogo upokojenca potiska na obrobje, da niso moteči za aktivno, delovno in produktivno populacijo, ki določa zakone življenja sodobne družbe (Mali 2008, 140). Upokojitev je razmeroma nov pojav. Je stvaritev zahodne industrijske družbe, v katerem tudi družbene vede dostikrat počivajo na temeljnem konceptu povezave s proizvodnimi sredstvi. Lahko bi rekli, da je upokojitev družbeni nasledek dela, ki je organizirano zunaj domačega ognjišča in ločeno

od njega (Walker 1996 v Findeisen 1999, 137). V tradicionalnih družbah so ljudje delali v družinski skupnosti, dokler so imeli moč. Šele v industrijskem obdobju je nastopila ločitev med delovnim in družinskim življenjem, pojavile so se tudi druge umetne ločnice posameznikovega življenja. Ena izmed takšnih ločnic je tudi upokojitev, ta je nastopila zato, da bi bila zagotovljena kontinuiteta učinkovite delovne sile (Findeisen 1999, 137).

Upokojitev je pravzaprav družbena institucija, zato se spreminja ob različnih družbenih pogojih. Poleg osebnega vidika ima upokojitev tudi družbeno razsežnost. Upokojitev je družbeno dejanje, ki ga družba ustvari v okviru danih družbenih okoliščin, in tako se podoba upokojitve spreminja skozi odziv na delovanje družbenih sil (Findeisen 1999, 137). Za nekatere je upokojitev dobrodošla, posebno za ljudi, ki so svoje delo občutili kot breme. Tistim, ki že imajo konjičke, pa lahko upokojitev pomeni vstop v novo, prijetnejše življenje. Ukvarjajo se lahko z marsikatero dejavnostjo, za katero prej niso imeli časa, npr. obiskujejo gledališče, koncerte, razstave, berejo knjig. Vključijo se lahko v univerzo za tretje življenjsko obdobje ali v kateri drugi izobraževalni program, ki jim omogoča dodatno izobraževanje in lahko ujamejo tisto, kar so v življenju zamudili. Upokojitev težje prenašajo tisti, ki so radi delali, in tisti, ki so v svojem delu našli smisel svojega življenja. Zanje je upokojitev težka psihična obremenitev, verjetno ena najhujših v življenju. Lahko bi rekli, da se niso upokojili zato, ker so stari, ampak so se postarali, ker so se upokojili (Pečjak 2007, 85).

Ženske se lažje prilagodijo upokojitvi kot moški, saj imajo več možnosti, da nadaljujejo nekatere ustaljene dejavnosti v življenju, kot je skrb za družino itd. Raziskave so pokazale, da so več kot polovica vprašanih žensk in le tretjina vprašanih moških ob upokojitvi doživeli grobo prekinitvev v načinu življenja. Ženske večinoma pogrešajo stike, so osamljene in bolj pogrešajo delovno ozračje kot moški, kar pomeni, da je bilo delo za njih eden redkih možnih vstopov v javnost in da to javnost v pokoju pogrešajo. Tako se tudi pogosteje vključijo v organizirano izobraževanje kot moški (Findeisen, 1999, 146).

Upokojitev danes pomeni novo družbeno vlogo, ne več opustitev cenjenega dela in delovnih navad. Gre za drugačen način vedenja, preoblikovanje dnevnega reda,

spremembo odnosov do ljudi (zlasti v ožjem družinskem krogu) in interesov od dela k dejavnostim v prostem času, gre drugi za drugačen ekonomski položaj. Priprava ljudi na starost je v današnjem času zelo pomembna, saj pomaga najti starejšim ljudem smisel njihovega nadaljnjega življenja (Mali 2008, 140).

Končni učinek upokojitve je ta, da se zmanjšajo obseg posameznikovih dejavnosti in stiki z drugimi. Življenje se postopno ločuje od življenja drugih ljudi. Manj je povezav z drugimi in manj čustvene vpletenosti, večja pa je obremenjenost z lastnimi težavami in okoliščinami. Na upokojitev naj se ne bi gledalo kot na nenadno, vsiljeno spremembo delovnega življenja, posledica česar so skoraj neizogiben občutek zavrženosti ter telesno in duševno slabo počutje. Po upokojitvi človek prvič povsem svobodno razporeja svoj čas in ima s pokojnino zagotovljeno socialno varnost (Ramovš 2003, 143).

3.3 STRUKTURIRANJE PROSTEGA ČASA

Aktiven življenjski slog v prostem času je povezan z boljšim psihičnim stanjem, samospoštovanjem, zadovoljstvom z življenjem, srečo, pozitivnim mnenjem o sebi in več družbenimi interakcijami. Tak življenjski slog posameznika zavaruje pred fizičnimi in psihičnimi boleznimi, če se stres povečuje. Pasiven prosti čas je simptomatičen za način obvladovanja stresa, ki je usmerjen na čustva, aktiven prosti čas pa je značilen za način obvladovanja, ki je usmerjen na težave. Gledanje televizije je primer dejavnosti, ki se ji posvetimo takrat, ko se želimo odmakniti od težav in stresa. Omogoči trenutni beg in olajša stres, a ne vodi k uspešnemu spoprijemanju s težavami (Černigoj-Sadar 1998, 91–92). Aktivno preživljanje prostega časa lahko posameznik izkoristi za usmerjanje čustev in se s tem začasno razbremeni stresa ter vsakdanjih težav. Tak način preživljanja prostega časa omogoča boljše zdravje, razvijejo se fizične, mentalne, socialne veščine, izboljša se tudi samopodoba (Coleman in Iso-Ahola, 1993 v Černigoj-Sadar 1998, 92).

V današnji družbi se prosti čas razloži na dvoje: resni in naključni prosti čas. Resni prosti čas kaže na to, kako pomembna je storilnost v razširjeni praksi prostega časa. Pomeni, da ima upokojenec dejavnosti, s katerimi vzdržuje zaposljivost, si začrta novo poklicno pot,

si pridobi predstavo o svoji družbeni vrednosti in napreduje. Pogosto pomeni tudi poglobljanje vezi z drugimi ljudmi, saj prosti čas največkrat pomeni dogovarjanje in usklajeno sodelovanje. Resno preživljanje prostega časa razvije občutek za upravljanje samega sebe, omogoči napredovanje in boljšo integracijo v skupnost ter prispeva k stabilnosti in skladnosti družbe. Oblike resnega preživljanja prostega časa omogočajo kulturno in moralno potrditev skupnosti, sredi katere se nekdo lahko prepozna kot pripadajoči ter delujoči član družbe. Naključno preživljanje prostega časa pa je tisto, v katerem posameznik išče hitro zadovoljitev želje in ugodja. Gre za oblike preživljanja prostega časa, s katero se prekine dnevno rutino in se v življenje brez navora prinese prijetna doživetja, kot so pasivno gledanje televizije, postopanje po trgovini, srečanje z vrstniki v kavarni, klepet, igranje kart, ribarjenje, potovanje idr. (Findeisen 2008, 61).

Dejavno staranje pomeni, da starejši presežejo pogled le nase in bližnje, da sami vodijo svoje življenje in se o njem odločajo ter se usmerijo v lokalno in nacionalno skupnost, saj se vanjo vključujejo s plačanim in prostovoljnim delom in ne čakajo na to, kaj bo družba naredila zanje. Odvisno je od osebnostnih lastnosti in energije posameznika, je nasledek prehojene življenjske poti in je odvisno od družbenega, političnega in kulturnega konstrukta starosti. Na konstrukt je seveda mogoče vplivati (Findeisen 2008, 63).

4 IZOBRAŽEVANJE ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Z izobraževanjem naj bi spodbudili spremembe v razumevanju starosti od starosti kot preostanka neaktivnega, družbeno obrobnega življenja do iskanja pozitivnih potez in pogojev, t. i. uspešnega staranja, možnosti za razvoj potencialov starejših odraslih in za njihovo sodelovanje v ekonomskem, kulturnem, političnem in družbenem življenju v skupnosti (Kump in Jelenc-Krašovec 2005, 243).

4.1 UČENJE IN IZOBRAŽEVANJE

Približno leta 2010 bo t. i. baby boom generacija začela vstopati v obdobje starosti. Pričakujemo, da se bo ta skupina starejših pomembno razlikovala od starejših ljudi v preteklosti. Ta skupina starejših ljudi bo verjetni najbolj zdrava in izobražena skupina doslej. Raziskave namreč kažejo, da se bolj izobraženi več učijo vse življenje, tudi v starosti. Z izobraževanjem se namreč vzpostavljajo možnosti in podlage za uspešno staranje. Izobraževanje vpliva na izrabo in razvoj zmožnosti starejših odraslih, zmanjševanje njihovega odrivanja na obrobje, ki nastaja pod vplivom ekonomskih, družbenih, političnih in kulturnih dejavnikov, in krepitev njihove moči (Jelenc-Krašovec in Kump 2009, 203).

Učenje lahko opredelimo kot vsako namerno, nenamerno ali naključno dejavnost, s katero posameznik z učenjem spreminja samega sebe. Na posameznika pri tem vplivajo kulturno okolje, dejavnosti, ki jih spremlja ali se jih udeležuje, njegova načrtna dejavnost, da vire učenja iz okolja strukturira in jih prilagodi svojim potrebam (Jelenc 1996, 10).

Učenje ni le psihološki proces in se ne odvija v socialni izolaciji, ampak je povezano s svetom in družbenim okoljem posameznika. Je proces prenašanja ali sporočanja informacij, da bi pri posamezniku dosegli spremembe v njegovem vedenju. Nov član skupnosti se z učenjem vključuje v družbeno okolje, v katerem je rojen in z učenjem postaja človek z značilnimi človeškimi lastnostmi in s tem polnopravni član skupnosti. Z učenjem se prilagaja svojemu družbenemu okolju in hkrati z učenjem vpliva na svoje

okolje. Učenje je proces notranjih sprememb v človeku, ki pa se pretežno odvija v interakciji s socialnim in fizičnim okoljem. S tega vidika je treba učenje razumeti kot naravni proces družbene komunikacije, ki ga lahko označimo kot osrednjo človekovo aktivnost v vsem njegovem življenju (Kump in Jelenc-Krašovec 2009, 26).

Delors (1996, 78; 2006, 21) loči štiri temeljne načine učenja:

- učiti se, da bi vedeli; splošna izobrazba je izhodišče za vseživljenjsko izobraževanje, kar daje temelje za učenje in tudi željo po njem. Poudarja razvoj vedenja, ustvarjalnega, kritičnega, samostojnega, izvirnega mišljenja;
- učiti se, da bi znali delati; to je povezano z znanji, potrebnimi za ustvarjanje materialnih dobrin, izvajanje storitev, gospodarsko rast in razvoj, blagostanje, zaslužek. Poleg usposabljanja za poklic mora izobraževanje spodbujati razvoj sposobnosti ter ravnanje v marsikdaj nepredvidljivih razmerah in navajati na skupinsko delo;
- učiti se, da bi znali živeti v skupnosti, da bi znali prispevati svoj delež in sodelovati z drugimi ljudmi v vseh človeških dejavnostih;
- učiti se biti; opozarja na pomen spoznavanja samega sebe in širjenje svojih zmožnosti, ustvarjalnosti, svobode in identitete.

Po Illerisu je učenje trojni proces, in sicer kognitivni, emocionalni in družbeni. Pri učenju kot kognitivnem procesu gre za pridobivanje spretnosti in znanj, pri emocionalnem procesu za psihološko energijo, ki se prenaša s čustvi, stališči in motivacijo. Učenje kot družbeni proces pa je povezanost med posameznikom in okoljem. Kognitivna in emocionalna dimenzija učenja izhajata iz posameznikove biološko-genetske konstrukcije, nanju pa vplivata individualni in družbeni razvoj. Družbena dimenzija učenja pa izhaja iz družbenega konteksta, v katerem se giblje posameznik. Vse tri dimenzije v praksi ne obstajajo kot ločene funkcije, ampak so povezani del učnega procesa (Kump in Jelenc-Krašovec 2009, 26).

Raziskave kažejo, da se posameznikova družbena umeščenost razvija tudi z učenjem. Schuller ugotavlja, da so posledice učenja vidne na individualni in na skupnostni ravni.

Posameznik se na individualni ravni lahko spreminja osebno ali strokovno, lahko pa si prizadeva, da ohrani svoje zdravje in dobro psihično počutje. Z učenjem se lahko izogne depresiji ali stresu. Uči se, da bi še naprej živel zadovoljivo življenje (Schuller 2004a 24–26 v Kump in Jelenc-Krašovec 2010, 30–31).

Jarvis pravi, da je učenje gonilna sila človeštva in je podlaga za dejavno življenje. Učenje starejših po upokojitvi povezuje z njihovo identiteto. Za nekatere je sprememba identitete po upokojitvi minimalna, saj nadaljujejo iste vzorce delovanja kot pred upokojitvijo. Za druge je lahko sprememba identitete dramatična, zlasti ob zavedanju o izgubi družbenega in delovnega položaja. Sestavil je tipologijo možnih učnih izkušenj, ki naj bi temeljile na odnosu med biografijo in izkušnjo. V svoji tipologiji razlikuje tri načine učenja po upokojitvi:

1. modrijani so tisti ljudje, ki se zavedajo, da je še veliko tistega, o čemer se morajo učiti, to je tudi razlog, da si želijo nadaljevati učenje, in tudi izkoristijo vse priložnosti, da se vključijo v izobraževanje odraslih. Univerza za tretje življenjsko obdobje je primer okolja, ki spodbuja ta način učenja;
2. za dejavneže je značilna velika angažiranost v široki paleti dejavnosti, kot so na primer umetniško ustvarjanje, vrtnarjenje, športne dejavnosti, potovanja itd. Med njimi so lahko tudi modrijani;
3. iskalci harmonije so starejši ljudje, ki si prizadevajo živeti v skladu z okoliščinami in si želijo ustvariti varno in mirno okolje. Te ljudje so dosegli »duševni mir« in si zaradi tega morda želijo omejiti učenje. Pogosto se namreč izognejo novim priložnostim za učenje, ki ni skladno z njihovo samopodobo (Kump in Jelenc-Krašovec 2010, 10).

4.1.1 VRSTE IZOBRAŽEVANJA

V glavnem lahko ločimo tri vrste izobraževanja. Vsako izobraževanje izhaja iz različnih potreb posameznikov. Motivi se menjajo, spreminja se tudi zunanji vzgib glede uvedbe programa. Izobraževanje za tretje življenjsko obdobje delimo na:

- pripravo na upokojitev, usposabljanje za spopadanje z družbenimi in psihološkimi spremembami,
- usposabljanje za nove dejavnosti, drugo življenjsko kariero, izobraževanje za dodajanje novih razsežnosti osebnemu življenju in za samopotrjevanje,
- prilagajanje na telesno onemoglost, odvisnost od drugih ljudi, usposabljanje za razvoj družbenih odnosov z ljudmi v neposredni bližini, prilagajanje na življenje v instituciji – domu upokojencev (Kranjc 1992, 57–58).

4.2 TEMELJNI KONCEPTI IZOBRAŽEVANJA

Izobraževanje odraslih je po Unescu opredeljeno kot organizirano in nepretrgano poučevanje, namenjeno prinašanju znanja, spretnosti in spodbujanju razumevanja. Jarvis opredeljuje izobraževanje kot vsako načrtno zaporedje dogodkov, usmerjenih v človeka, in sicer k njegovemu učenju in razumevanju. Ob tem pa izobraževanje opredeljuje kot organizirano učenje iz izkušenj drugih (Jarvis 1990, 105).

Izobraževanje je sestavljeno iz strukturiranih in organiziranih položajev, v katerih se človek uči in sprejema informacije. Ali gre za formalno ali neformalno izobraževanje, je seveda odvisno tudi od stopnje vnaprejšnje strukturiranosti izobraževanega procesa in tega, koliko lahko posameznik vpliva na izobraževanje. Ameriški andragog Lindeaman (v Jelenc 1996, 10–11) pojasnjuje, da je izobraževanje življenje, ne samo neka prehodna priprava na neznano življenje. Celotno življenje je učenje, torej izobraževanje nima meja. Človek se začne učiti v otroštvu in učenje nadaljuje v mladosti, dokler ne izstopi iz sistema rednega izobraževanja in ne prevzame druge družbene vloge. Učenje se seveda takrat ne konča. Posameznik potrebuje novo znanje ves čas tako na delovnem mestu kot v družini in prostem času (Jelenc 1996, 10–11).

Glede na kontinuiteto življenja lahko celotno obdobje izobraževanja razdelimo v dve fazi (Jelenc 1996, 13):

1. fazo začetnega izobraževanja, ki je namenjena pridobitvi splošne in poklicne izobrazbe. Traja od vstopa v šolo na kateri koli stopnji do takrat, ko posameznik opusti izobraževanje kot dejavnost, ki jo opravlja s polnim delovnim časom;
2. fazo nadaljnjega izobraževanja, ki je namenjena pridobivanju višjih stopenj izobrazbe, dodatnega usposabljanja in izpopolnjevanja za življenje in delo. Nastopi, ko se posameznik po prekinitvi začetnega izobraževanja ponovno vključi v namerno in organizirano izobraževanje odraslih.

Jelenc opredeljuje izobraževanje odraslih kot tiste dejavnosti, ki so usmerjene k razvijanju znanj, moralnih vrednot in razumevanja na vseh življenjskih področjih, ne pa kot znanje in spretnost za ozko omejene naloge. Smoter izobraževanja je zagotoviti ključne možnosti, da bi posameznik lahko razumel tradicije in ideje, ki vplivajo na družbo, v kateri živi, razvijal svojo kulturo in naravne zakone ter si pridobival jezikovno in drugo znanje, ki je potrebno za učenje in sporazumevanje (Jelenc v Brečko 1998, 132).

Z leti je znanje starejših pridobivalo določeno širino in primerjalni vidik. Starejši se ne zanašajo več na eno mnenje, eno ugotovitev, njihove izkušnje kažejo, da je dobro preveriti več mnenj, jih primerjati in šele po presoji sprejeti nekatere ugotovitve (Šantej 2010).

4.3 MOTIVI ODRASLIH ZA IZOBRAŽEVANJE

Potrebe so temeljni mehanizem živih bitij. Vsaka potreba je informacija, ki jo živo bitje potrebuje za obstoj in napredek, obenem pa daje motivacijsko energijo za doseg in uresničevanje ciljev. Človek se svojih potreb bolj ali manj zaveda in mora zavestno iskati načine, kako jih bo zadovoljil (Ramovš 2003, 87).

Abraham Maslow (1970 v Kladnik 2003a, 11), klasik v psihološkem raziskovanju potreb in utemeljitev humanistične psihologije, je potrebe razdelil v pet vrst:

- osnovne potrebe (po hrani, pijači in spolnosti),
- potrebe po varnosti (stabilnost, red, struktura, zakoni, meje, močan zaščitnik itd.),
- potrebe po priznanju, uspešnosti, moči, položaju itd.,
- potrebe po samouresničevanju in samoizpopolnjevanju,
- kognitivne potrebe.

Potrebe, ki so uvrščene na višji stopnji, se pojavijo šele, ko so zadovoljene potrebe na nižji stopnji. Temeljna zadovoljitev potreb na nižji stopnji je izhodišče za normalno zaznavanje in zadovoljevanje potreb na višjih stopnjah (Tyler John, 1988, 21). Vendar šele zadovoljitev potreb na višjih stopnjah omogoča specifično človeško raven življenja. Brez zadovoljitve osnovnih telesnih in duševnih potreb človek ne more preživeti, brez zadovoljitve potreb v višjih štirih razsežnostih človek ne živi na človeški, ampak le na živalski ravni (Ramovš 2004, 4).

»Čim bolj je človek osebno zrelo, tem bolj prepozna pristne potrebe in realne možnosti za njihovo zadovoljevanje.« (Ramovš 2003, 93) Boljše odnose ima človek z nekaj najbližjimi, tem lažje in bolj pristno zadovoljuje svoje temeljne socialne potrebe. Čim bolj je družbeno okolje zrelo, tem bolj je naklonjeno polnemu in uravnoteženemu zadovoljevanju vseh človekovih potreb, tem boljše vzorce vedenja in sožitja ima za njihovo zadovoljevanje (Ramovš 2003, 6).

Za starost so posebno značilne socialne potrebe, in sicer potrebi po temeljnem ali osebnem medčloveškem odnosu ter po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji ter eksistencialna potreba, da človek doživlja svojo starost kot enako smiselno obdobje življenja kot mladost in srednja leta (Ramovš 2003, 92). »Potrebe starejših so z vidika izobraževanja zanimive, ker so eden ključnih zavestnih in nezavednih motivov ali vzrokov za udeležbo starejših v izobraževanju in eno od temeljnih izhodišč za razvoj njim namenjenih izobraževalnih programov« (Findeisen 1999, 71).

Ob upokojitvi se človek ne zaveda, koliko psiholoških potreb je zadovoljil na delovnem mestu. Prikrajšan je za ustvarjanje, druženje in delovanje skupaj z drugimi. Človek ima vse življenje več raznovrstnih potreb (čustvene, kognitivne, socialne, potrebe po varnosti), ki jih mora zadovoljiti v različnih okoljih, ne le v enem samem, denimo družini in drugih okoljih in skupnostih, ki jim pripada (Findeisen 1999, 71).

Primarna potreba in motivacija odraslih vseh starosti je v tem, da dosežejo in ohranjajo samozadostnost. Učenje in izobraževanje za vzdrževanje zdravja sta ključna dejavnika, saj podpirata samozadostnost. Potrebe starejših ljudi, ki jih najpogosteje privedejo v izobraževanje, so:

- spoznavne potrebe ali želja po znanju,
- potreba po druženju ali potreba po pripadnosti in ljubezni,
- potreba po odgovornosti do drugega,
- potreba po življenjskem ritmu ali potreba po strukturiranju časa (Findeisen 1999, 76).

Motivacija za izobraževanje je eden najbolj značilnih kazalnikov udeležbe. Cyril Houle je s poglobljenim kvalitativnim raziskovanjem učenja odraslih sestavil tipologijo motivov, po kateri se odrasli, ki se učijo, delijo po prevladujočih dejavnikih za vključitev v izobraževanje v tri skupine. Ciljno osredinjene odrasle udeležence izobraževanja vodijo zunanji motivi in se izobražujejo zaradi konkretnega cilja (npr. rešiti družinske težave, biti uspešnejši v poklicu, biti bolj zadovoljen v življenju itn.). K dejavnosti osredinjeni odrasli udeleženci izobraževanja se izobražujejo, ker so osamljeni, si iščejo prijatelje ali se želijo iz drugih razlogov občasno umakniti od doma. V učenju osredinjeni odrasli udeleženci izobraževanja se izobražujejo zaradi učenja samega, zaradi osebne rasti in lastnega razvoja (notranji motivi) (Houle 1998 v Kump in Jelenc-Krašovec 2009, 24).

Zunanjo motivacijo usmerjajo cilji v okolju. Uspeh, kariera, potrošniško blago ali oseba nasprotnega spola so značilni za mlajša in srednja leta. V starejših letih se zunanja motivacija umika notranji. Starejši ljudje se čedalje bolj zanimajo za eksistencialna in

duhovna vprašanja človekovega bivanja. Sprašujejo se o smislu življenja in njegovega prenehanja, kar je brez dvoma povezano z njihovo zmanjšano družbeno vlogo, kratko prihodnostjo in pričakovanjem konca življenja (Pečjak 2007, 157).

Raziskave kažejo, da se starejši v izobraževanje vključujejo predvsem zaradi notranje motivacije, saj pomeni vključevanje v te dejavnosti poleg samouresničevanja še zadostitev intelektualne radovednosti, obvladovanje lastnega življenja, možnost za vzpostavljanje novih prijateljskih vezi in medsebojno pomoč – zadovoljevanje potreb po varnosti in stabilnosti (Kump in Jelenc-Krašovec 2010, 115).

Odrasli se težko odločijo za ponovno pot izobraževanja. Učenje jim ni več v navadi, zato imajo tisti, ki se za izobraževanje odločijo, močne motive, običajno močne osebne želje. Motivacija se razlikuje tudi glede na spol, odvisna pa je tudi od različnih funkcij in družbenih vlog, ki jih v življenju sprejemajo moški in ženske. Pri moških so bolj izraziti motivi, kot so želja po strokovni rasti, karieri, zaslužku, boljši zaposlitvi, ženske pa iščejo družbene stike in zadovoljujejo razne primanjkljaje na področju svojih psihosocialnih potreb (Kranjc 1982, 234).

4.4 DEJAVNIKI UDELEŽBE STAREJŠIH ODRASLIH V IZOBRAŽEVANJU

Med starejšimi odraslimi so velike razlike v pripravljenosti za izobraževanje in pri udeležbi v izobraževalnih dejavnostih. Delež starejših odraslih (60+), ki se v razvitih postindustrijskih družbah udeležuje organiziranega izobraževanja, je sorazmerno majhen, s starostjo se zmanjšuje tudi število ur, ki jih odrasli namenijo učenju (Van Der Kamp in Scheeren 1997 v Jelenc-Krašovec in Kump 2009, 214).

Raziskave o udeležbi odraslih v izobraževanju kažejo, da na odločitev za izobraževanje vpliva več dejavnikov.

Van Der Kamp (1996) jih razvrsti v tri skupine, to so: sociološki (izobraževanje v mladosti, prejšnja udeležba v izobraževanju odraslih, družbene vloge – delo in prosti čas, spol, starost), psihološki (ovire za izobraževanje, značilnosti

izobraževalne ponudbe, osebnostne značilnosti in kognitivne zmožnosti, motivacija, stališče, namere) in ekonomski dejavniki (stroški izobraževanja kot ovira, udeležba v izobraževanju kot naložba) (Kump in Jelenc-Krašovec 2009, 22).

Najpomembnejši sociološki dejavnik, ki vpliva na izobraževanje v odraslosti, je izobraževanje v mladosti. Poleg dosežene stopnje izobrazbe močno vplivajo tudi izkušnje z izobraževanjem v mladosti, ki so povezane tudi z občutkom uspešnosti oziroma neuspešnosti. Na izobraževanje pomembno vpliva tudi prejšnja udeležba posameznika v izobraževanju odraslih. Tudi družbene vloge odraslega, ki zadevajo delo in prosti čas, so pomemben dejavnik v udeležbi starejših v izobraževanju. Mnogi odrasli, še posebej starejši, se v prostem času izobražujejo zaradi interesov, povezanih s hobiji. Tisti, ki so bili v celotnem življenjskem ciklu učno dejavni, bodo dejavni tudi v pozni starosti, spremenili se bodo le namen, cilj in intenzivnost njihovih dejavnosti (Kump, Jelenc-Krašovec 2009, 23).

Psihološki dejavniki, ki vplivajo na udeležbo starejših odraslih v izobraževanju, so najpomembnejše ovire za izobraževanje. Odrasli najpogosteje navajajo situacijske ovire, kot so pomanjkanje denarja (npr. za študijsko literaturo, plačilo šolnine, prevoz), čas, negativni vpliv družine in prijateljev, oddaljenost od izobraževalne organizacije; institucijske ovire, neustrezni programi, težave z urnikom, neustrezna ponudba in vsebina, vpisni pogoji, pomanjkanje informacij, neustrezni učitelji, in dispozicijske ovire, kot so samopodoba, samozavest, navdih, stališče, sposobnosti za učenje, odnos do izobraževanja. Ekonomski dejavniki, ki vplivajo na udeležbo starejših v izobraževanju, so stroški izobraževanja. Pomanjkanje časa in stroške izobraževanja odrasli navajajo pogosteje kot druge ovire za izobraževanje. Raziskave kažejo, da povišanje stroškov izobraževanja zmanjšuje pripravljenost vseh skupin odraslih za izobraževanje, zato je mogoče sklepati, da so stroški pomemben dejavnik udeležbe (Kump, Jelenc-Krašovec 2009, 23–25).

5 UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

5.1 PREDSTAVITEV

Univerza za tretje življenjsko obdobje je nevladna in neprofitna organizacija, namenjena izobraževanju in razvoju starejših. Osnovno poslanstvo univerze je vključitev starejših v skupnost. Njeno delovanje temelji na skupnem učenju, soodgovornosti in prostovoljnem delu slušateljev, mentorjev in sodelavcev univerze (Šantej 2003). Vodilo dela na univerzi je učenje z veseljem ali humanizirano izobraževanje (Mijoč in drugi 1993, 31).

Univerza za tretje življenjsko obdobje je bila v času usmerjenega izobraževanja namenjena oživljanju kulture in narodne samobitnosti. Danes najbolj goji učenje drug od drugega. Prvi nameni so bili spodbujanje starejših k izgradnji dostojanstva in lastne družbene vrednosti s pomočjo kulture. Starejši naj bi se ovedli svojega kulturnega poslanstva v družbi in tega da je dobro, če prenašajo svojo kulturo, znanje in izkušnje na mlajše (Findeisen 2010).

Namen univerze je razvijati izobraževanje starejših za njihovo osebno rast, razumevanje lastnega položaja v družbi in za dejavno delovanje v družbi v dobro vseh rodov. Slušatelji se izobražujejo v študijskih krožkih, kar pomeni, da so poleg mentorja tudi slušatelji sami s svojimi izkušnjami, odkrivanjem, znanjem in kulturo vir učenja skupine (Univerza za tretje življenjsko obdobje 2010).

Študijski krožki so bili v Sloveniji uvedeni formalno z ustanovitvijo univerze za tretje življenjsko obdobje. Prvi poskusni krožek francoščine je začel delovati že leta 1984 pod vodstvom profesorice Dušane Findeisen (Mijoč in drugi 1993, 30). Ti krožki niso namenjeni samo pridobivanju novega znanja, zelo pomemben dosežek krožkov je tudi vzgojni vpliv: spreminjanje lastnih stališč, razvoj novih vrednot, vplivanje na razpoloženje ljudi, povečanje samostojnosti in pridobivanje nekaterih osebnostnih lastnosti za bolj uspešno učenje. V nasprotju z drugim izobraževanjem odraslih je vsem študijskim krožkom skupno učenje z veseljem. Temeljni namen študijskih krožkov je

pridobivanje novega znanja in usposabljanje študentov. Študijski krožki, v katerih poteka kakovostno učenje in so medosebni odnosi dobri, pomembno vplivajo na zadovoljevanje primarnih socialnih potreb, kot so varnost, družbena pripadnost, čustveno navezovanje, samopotrjevanje, raziskovanje in odkrivanje neznanega (Mijoč in drugi 1993, 79).

Študijski krožki kot dopolnilna oblika pri raznih vrstah izobraževanja ustvarjajo prijetno in spodbudno študijsko vzdušje. Člani, študenti ob delu ali starejši študenti na univerzi posnemajo drug drugega, si neposredno pomagajo in pojasnjujejo drug drugemu zlasti tedaj, ko je posamezni študent pred preizkusom. Takrat ga vsi podpirajo. Skupaj in zavzeto se trudijo, če se pri študiju pojavi težava (Mijoč in drugi 1993, 77).

Člani študijskih krožkov se postopoma tudi spoprijateljijo. Srečujejo se ob raznih praznikih, slavnih, praznovanjih rojstnih dnevih članov študijskega krožka itd. Ob posameznih dogodkih postaja študij neposredno vpleten in povezan z vsakdanjim življenjem ljudi. Študijski krožki omogočajo kar največjo vključenost izobraževanja v vsakdanje življenje ljudi, njihove druge dejavnosti, ki jih opravljajo, če se izobražujejo ali ne (Mijoč in drugi 1993, 77).

Študijski krožek z 10 do 15 študenti vodi mentor. Vidno vlogo ima tudi eden od študentov, ki je animator. Ena od osnovnih nalog animatorja je, da skrbi za povezovanje študijskega krožka s sedežem univerze. Informacije in sporočila sprejema za celoten krožek in jih sporoča drugim študentom v krožku. Tako se širijo vabila za razne prireditve, razstave, literarne večere študentov, tiskovne konference in skupna predavanja (Kranjc 1992, 35).

Univerza za tretje življenjsko obdobje razvija izključno izobraževanje, pri katerih gre za študijske dejavnosti. Študij na univerzi je usmerjen k doseganju kognitivnih (učnih), skupnostnih (v dobro skupine in družbenega okolja) in akcijskih ciljev (razstave, koncerti, prevodi, raziskave, svetovanje, pomoč,boljšanje lokalnega okolja, spodbujanje kulturne, ekonomske in družbene dejavnosti v lokalnem okolju). Študij ni usmerjen le v rast posameznih starejših, marveč v širjenje nasledkov učenja v družbeno okolje. Tako

dejavnosti univerze ne morejo biti prostočasne dejavnosti (kot npr. pevski zbori, ročna dela ipd.), alternativne vede in podobne dejavnosti brez integriranega študijskega programa. Univerza za tretje življenjsko obdobje temelji na organizirani izmenjavi znanja, izkušenj in kulture članov študijskih skupin. Odgovornost za organizacijo izobraževanja prevzemajo po svojih močeh vsi člani študijskih skupin, prav posebno pa mentor in animator študijske skupine (Univerza za tretje življenjsko obdobje 2010).

5.2 ZGODOVINA

Leta 1984 je Dušana Findeisen, profesorica francoščine, pod vplivom zamisli Pierra Vellasa, ki je v Franciji leta 1973 ustanovil prvo tovrstno univerzo, in lastnih želja ter zamisli v Centru za tuje jezike v Ljubljani razvila prve poskusne izobraževalne programe, jih raziskovalno spremljala in pridobila prvih šest slušateljev. Ti so se skupaj z njo prizadevali za ustanovitev slovenske univerze za tretje življenjsko obdobje, leta 1984 je imela prvi program študija francoščine za starejše. Na osebno naravnani razpis v časopisu so se odzvali zelo redki, saj kdor je razpis bral, ni vedel, kako resno naj ga jemlje. Ljudje namreč še niso slišali, da bi se tudi starejši lahko izobraževali. Uveljavljeno splošno mnenje, predsodek, da čim starejši si, težje se učiš, je bil globoko zakoreninjen v zavesti ljudi in nihče še ni podvomil vanj, še manj pa, da bi se mu uprl (Univerza za tretje življenjsko obdobje 2010).

Ana Krajnc, profesorica andragogike s Filozofske fakultete v Ljubljani, je leta 1986 v Andragoškem društvu Slovenije uradno ustanovila prvo univerzo za tretje življenjsko obdobje v Sloveniji in tedanji Jugoslaviji. Univerza je enajst let delovala kot sekcija Andragoškega društva Slovenije, danes pa deluje v sklopu samostojnega društva (Univerza za tretje življenjsko obdobje 2010).

Prvi cilji univerze so bili vseživljenjsko izobraževanje, spreminjanje pogleda na vlogo posameznika v izobraževanju in uvajanje drugačnih metod s poudarkom na dialoškem učenju. Univerza je želela v izobraževanje vrniti kulturo, odkrivanje samopodobe posameznikov in naroda. Pomemben cilj je bila tudi vključitev starejših odraslih v

družbeni in ekonomski razvoj (Univerza za tretje življenjsko obdobje 2010). Poslanstvo slovenske univerze za tretje življenjsko obdobje se deloma spreminja skozi čas, saj se spreminja tudi družba. Današnje poslanstvo univerze je v boljšanju življenja starejših v odnosu do vseh generacij ob pomoči kulture in izobraževanja (Findeisen 2009, 13).

Osnovne vrednote, ki so se oblikovale kot temeljna načela izobraževanja za starejše odrasle na univerzi za tretje življenjsko obdobje, so:

- načelo pozitivnega odnosa do starosti in staranja,
- načelo vseživljenjskega izobraževanja,
- načelo navzočnosti kulture v izobraževanju,
- načelo povezave izobraževanja starejših z lokalnim razvojem,
- načelo gradnje osebne družbene vrednosti in integracija v družbo (Findeisen 2009, 10).

V tem poglavju sem predstavila univerzo za tretje življenjsko obdobje, njen nastanek, poslanstvo in zgodovino razvoja. Temeljno poslanstvo univerze za tretje življenjsko obdobje je vključitev starejših v družbo. Študijski krožki, v katerih poteka učenje, pomembno vplivajo na zadovoljevanje osnovnih socialnih potreb po varnosti, družbeni pripadnosti, čustvenem navezovanju in samopotrjevanju. Ker tudi teorija in raziskave na področju gerontologije ugotavljajo pomembnost ohranjanja medsebojnih stikov, bom v nadaljevanju predstavila socialno omrežje in socialno oporo.

6 SOCIALNA OMREŽJA IN SOCIALNA OPORA

Kakovostno življenje je v vseh življenjskih obdobjih odvisno od dobrega razmerja med osebno samostojnostjo in ustrežno vpetostjo v medčloveške povezave. Človek je bitje, ki niha med vpetostjo socialne mreže in osebne intimnosti. Energija človekovega življenjskega polja odpove, če slabi pol osebne avtonomije in intimnosti ali če slabi pol njegove vpetosti v dobre socialne mreže. V tretjem življenjskem obdobju je človek še posebno občutljiv na potrebno ravnatežje med tem, da je neodvisen in samostojen, ter tem, da je sprejet pri drugih ljudeh, svojcih, ustanovah itd. (Ramovš 2003, 181–182).

V drugi polovici življenja se število družbenih odnosov zmanjša. Veliko sprememb v osebem omrežju je povezanih z izgubami bližnjih ali ovdovelostjo. Starejši ljudje imajo v svojem življenjskem obdobju povprečno polovico manj družbenih vezi kot odrasli v svojih 20. ali 30. letih starosti (Lang 2001, 322).

Človek je družbeno bitje in medčloveške povezave so zanj nekaj temeljnega, kar potrebuje za preživetje. Medčloveška razmerja in odnosi so za človeka v resnici kot mreža, v katero so ujeti vse življenje. So socialna mreža, ki človeku pomaga, da uspeva, zadovoljuje svoje potrebe, ustvarja in napreduje, postavlja v življenju pravila igre za družbeno sožitje, preseje svoje vedenje in ravnanje v družbeno sprejemljive in nespremenljive vloge, omogoča varstvo pred pomanjkanjem in nevarnostmi, čeprav mu s svojimi omejitvami povzroča tudi nevšečnosti. Pri tem pa mu mogoča tudi to, da v trenutku svoje težave pomaga, da ne propade (Ramovš 2003, 198).

6.1 SOCIALNA OMREŽJA

Socialna omrežja so viri socialne opore starejših ljudi (Jelenc-Krašovec in Kump 2006, 14). Omrežja socialne opore ali osebna omrežja dajejo posamezniku različne vrste neformalne pomoči in opore. Skupnostna omrežja pa so usmerjena na kolektivno oziroma skupnostno raven, k prepoznavanju kolektivnih težav in rešitev. Pomembno vlogo pri vzpostavljanju in krepitvi socialnih omrežij ima kolektivno učenje, zlasti učenje drug od

drugega, pri katerem lahko udeleženci tega učenja izrazijo, izmenjajo in razširijo svoje izkušnje. V istem procesu socialnega učenja se oblikujejo individualne in kolektivne identitete (Jelenc-Krašovec in Kump 2006, 143). Socialno omrežje zajema stike, povezave med posameznikom in njegovim ožjim in širšim družbenim okoljem, iz katerega posameznik črpa pomoč. Vplivi podpornega omrežja so lahko pozitivni in negativni, na primer družina je lahko vir stresa, a tudi opore (Horvat 2007, 302-303).

Kot pojasnjuje A. Gildchrist (2004 v Mandič in Hlebec 2005, 264), narava socialnega omrežja omogoča:

- izmenjavo dobrin, storitev in informacij med člani,
- optimalno obdelavo informacij in reševanje težav v okoliščinah negotovosti in stalnega spreminjanja,
- združevanje, ki dopušča kolektivno odločanje in delovanje, in to na podlagi skupnih vrednot, ne pa formalnih pravil.

Socialna omrežja torej posameznikom omogočajo izmenjavo dobrin, storitev in informacij, obdelavo informacij in ustvarjanje pomenov, torej opredelitev situacij in odzivov nanjo (Mandič in Hlebec 2005, 264). »Vzajemnost je eden pomembnejših dejavnikov za proučevanje in razumevanje delovanja socialne opore, saj lahko vpliva na zadovoljstvo z življenjem in na občutek sreče. Ljudje, ki v odnosih uravnoteženo izmenjujejo oporo, so zadovoljnejši in srečnejši« (Hlebec in Kogovšek 2003, 104).

Tako kot drugi deli populacije tudi starejši potrebujejo neformalna socialna omrežja. Sestava takšnih omrežij je ključna za zadovoljevanje potreb starostnika po različnih razsežnostih socialne opore. Po Wenger neformalno socialno omrežje vključuje vse posameznike, ki so s starostnikom pomembno povezani. To so člani gospodinjstva, osebe, s katerimi se družijo in si izmenjujejo emocionalno in instrumentalno oporo, nasvete, osebno nego. Gre za krog ljudi, ki spadajo v zasebno in neformalno področje (Hlebec 2003, 171-180).

Ljudem, ki so drugače skoraj brez moči, kolektivna akcija omogoči, da množično in javno izrazijo in potrdijo svoj interes za neko stvar, tako okrepijo svojo moč in vplivajo na odločanje. Omrežja omogočajo krepitev moči tudi na psihološki ravni, saj lahko ljudje v njih primerjajo svoje izkušnje, se učijo drug od drugega o uspešnih korakih in so bolj ozaveščeni o širših razsežnostih neenakosti, izkoriščanja itd. Krepitev moči je mogoče razumeti kot kontinuiran proces večanja zmožnosti vplivanja na procese odločanja. Omrežja omogočajo učinkovit način doseganja kritične mase podpore, ki sama opogumlja k še širši udeležbi. Še več, omrežja imajo vlogo tudi v oblikovanju uspešnih koalicij in partnerstev, saj omogočajo povezave med ljudmi iz različnih okolij, torej čez meje institucij in skupin (Mandič in Hlebec 2005, 268).

Poslušanje, interpretiranje, primerjanje, pregledovanje in vrednotenje, ki ga posamezniki izvajajo v svojih komunikacijah v omrežju, so temelj za nastanek skupnega razumevanja in omogočajo razčiščevanje nejasnosti in dvomov. V omrežju voden dialog in razprava spremenijo informacije tako, da postanejo del posameznikovega razumevanja konkretne situacije in znanja o širšem kontekstu, kar je ključno za reševanje trenutnih vprašanj in prilagajanje spreminjajočemu se svetu. S komunikacijami v omrežju se gradi občutek kolektivne identitete, skupnosti in pojmovanje skupnega dobra, kar je temelj za kolektivno delovanje (Mandič in Hlebec 2005, 267).

6.2 SOCIALNA OPORA

Starejši človek potrebuje tesen medčloveški odnos in redno komunikacijo z nekom, ki ga doživlja kot svojega, lahko je to sorodnik, znanec ali prijatelj. Ključno je, da ima človek poleg osnovnih materialnih potreb zadovoljene tudi osnovne nematerialne socialne potrebe, zlasti osebne medčloveške odnose in komunikacijo. Če tega nima, je osamljen. Osamljenost pa je ena od najtežjih duševnih in socialnih tegob v starosti. Osamljenost pri starejšem človeku močno izniči učinke materialnega blagostanja, po psihosomatski poti povzroča ali povečuje telesna in duševna obolenja ter dela starejšega človeka težavnega za sožitje v družbenem okolju (Ramovš 2000, 3).

V splošnem je socialna opora dejavnik zaščite pred stresnimi dejavniki in okoliščinami v življenju in je vsota vseh dobrodejnih učinkov, ki pozitivno vplivajo na počutje in zdravje človeka, ne glede na to, ali je oseba pod stresom ali ne. Vključuje tudi pomoč pri konkretnih nalogah, učenju spretnosti, vodenju, zagotavljanju materialnih sredstev in premagovanju socialne stiske. Ti učinki niso sami sebi namen in so namenjeni prijetnemu preživljanju prostega časa (Rogelj in drugi 2004, 16).

Izobraževanje za starejše je pomembna podpora, spremljevalna in nasploh ključna dejavnost za vzpostavljanje omrežij socialne opore starejših ter pomemben dejavnik vključevanja starejših v družbo (Jelenc-Krašovec in Kump 2006, 143). V razpravah je mogoče zaslediti ločevanje socialnih omrežij v omrežje socialne opore in skupnostna omrežja (Mandič in Hlebec 2005, 265). Omrežja socialne opore ali osebna omrežja posamezniku omogočajo različne vrste neformalne pomoči in opore, skupnostna omrežja pa so usmerjena na kolektivno raven, prepoznavanju skupnih težav in rešitev. Pomembno vlogo pri vzpostavljanju in krepitvi socialnih omrežij ima kolektivno učenje, pri čemer lahko udeleženci tega učenja izrazijo, izmenjujejo in širijo svoje izkušnje, znanja in na podlagi tega delujejo. Člani omrežja ljudem zagotavljajo socialno, emocionalno, materialno in informacijsko podporo (Kump in Jelenc-Krašovec 2010, 37–39).

Socialna opora se nanaša na posameznikovo najbolj konkretno in neposredno umeščenost v družbeno okolje, ki ga sestavljajo osebe, s katerimi posameznik v določenem časovnem obdobju vzdržuje pripisane oziroma pridobljene družbene odnose. Ključna funkcija osebnega omrežja je izmenjava opore med posameznikom in člani omrežja. Čas, ki ga nekdo nameni poslušanju težav, skrbi, ki tarejo drugega, pogovor, dajanju nasvetov in spodbud, sočustvovanju, izkazovanju topline, razumevanja in spoštovanja, so primeri emocionalne opore. Ta opora zavzema vse načine pomoči, ki v prejemniku vzbujajo občutek njegove lastne vrednosti, občutek, da je slišan, razumljen, upoštevan, ljubljen in spoštovan. Starejši, ki so vključeni v aktivna socialna omrežja, imajo boljše fizično in duševno zdravje, kot tisti, ki imajo manj stikov z drugimi. Emocionalna opora deluje kot ščit, ki posameznike varuje pred negativnimi fizičnimi in psihičnimi težavami. Starejši kot prejemniki take opore najbolj pridobijo, ko so tovrstne menjave uravnotežene, ko so

spodobni vstopati v recipročne odnose in si drug drugemu zagotavljati čustveno razumevanje in ustrezno čustveno pomoč (Šadl 2005, 223–226).

6.2.1 VRSTE IN VIRI SOCIALNE OPORE

Zgodnejše opredelitve v sedemdesetih letih 20. stoletja so poudarjale pretežno emocionalne razsežnost socialne opore, torej socialno oporo kot občutek pripadnosti in sprejemanja ter skrbi pomembnih drugih. Med najpomembnejše začetnike sistematičnega raziskovanja socialne opore štejemo Cassela, Caplana in Cobba, ki so izhajali predvsem iz emocionalnega vidika opore. Cassel je menil, da stresno okolje rahlja in moti sprejemanje povratnih informacij iz okolja, saj je socialno oporo povezoval s stresom in boleznijo. Gre za ključni element socialne opore in ga posamezniku dajejo bližnji drugi. Cobb poudarja socialno oporo kot zaščito pred stresom, saj je zanj informacija, ki posamezniku omogoča, da je ljubljen, sprejet in spoštovan. Caplan izhaja iz prepričanja, da socialne vezi pomembno vplivajo na poteke in izide življenjskih prehodov in kriz (Hlebec in Kogovšek 2003, 103-104).

Socialne opore razdelimo v štiri skupine (Zemljič in Hlebec 2001, 203; Hlebec in Kogovšek 2003, 117):

- instrumentalna (tudi materialna) opora se nanaša na izmenjavo materialnih uslug, manjših storitev, denarja in podobno in omogoča izpolnitev obveznosti, kot so gospodinjske, finančne in delovne. Večina oseb, ki zagotavljajo materialno oporo, pomenijo manj stabilen del posameznikovega omrežja, saj jo zagotavljajo specializirane osebe, ki za posameznika niso nujno osebno pomembne in so funkcionalno zamenljive;
- informacijska opora se nanaša na informacije, ki jih posameznik po navadi potrebuje ob kakšni večji življenjski spremembi (npr. selitvi, iskanju nove službe); zagotavljajo jo osebe, ki so tesno povezane s posameznikom;
- emocionalna opora je pomoč ob večjih ali manjših življenjskih krizah (smrt bližnjega, ločitev, težave v družini ali na delovnem mestu itd.) in jo navadno zagotavljajo osebe, ki so s posameznikom močno povezane;

- druženje zagotavlja občutek pripadnosti in izpolnjuje potrebo po socialnih stikih; pomeni socialno oporo v obliki neformalnega občasnega druženja (izleti, obiskovanja, ogledi kinopredstav).

Vrsta socialne opore je odvisna od značilnosti in kakovosti odnosa. Emocionalno oporo zagotavljajo praviloma najbližje osebe, to so partner, najbližji sorodniki in najtesnejši prijatelji. Velik del te opore nudijo ženske, in to tako ženskam kot moškim. Obratno pa se ženske praviloma za emocionalno oporo ne obračajo na moške. Velik del instrumentalne in informacijske opore nudijo emocionalno oddaljeni znanci, sodelavci in sosedje (Hlebec in Kogovšek 2003, 117). Najpogostejši partnerji za druženje so prijatelji (Hlebec in Kogovšek 2003, 117; Mandič in Hlebec 2005, 274).

Novejše opredelitve socialne opore poudarjajo, da je ta opora celovit interakcijski in komunikacijski proces med člani omrežja ali pretok sredstev in dobrin med člani omrežja (Rogelj in drugi 2004, 16). Med novjšimi opredelitvami socialne opore je v empiričnih raziskavah najpogosteje omenjena tudi Vauxova (1985, 1988), ki socialno oporo opazuje skozi tri osnovne elemente: vire socialne opore, oblike socialne opore in posameznikovo subjektivno zaznavo oziroma oceno virov in oblik socialne opore. Posameznik si socialno oporo izmenjuje s svojim družbenim okoljem in izmenjavo tudi vrednoti. Viri socialne opore so tisti del socialnega omrežja posameznika, na katerega se obrača po pomoč in oporo (ali ki to pomoč nudi sam) –, to so tako imenovana omrežja socialne opore ali osebna omrežja, oblike socialne opore so konkretna oporna vedenja. Vrednotenje ali subjektivna zaznava socialne opore je opredeljevanje prisotnosti, *ali se lahko na koga obrnem v stiski*, *zadostnosti*, *ali mi opora zadostuje*, in kakovosti opornih dejanj, *kakšna je stopnja zadovoljstva*. Običajno so omrežja socialne opore stabilna (po velikosti in sestavi oziroma na koliko ljudi se posameznik obrne za pomoč in kateri so ti ljudje), razen v obdobjih večjih življenjskih prehodov in sprememb (Mandič in Hlebec 2005, 273; Hlebec 2009, 155).

7 METODOLOŠKI PRISTOP

7.1 OPREDELITEV PROBLEMA

Diplomska naloga se ukvarja s tematiko širjenja socialnih omrežij starejših odraslih z izobraževanjem. V empiričnem delu bom na podlagi analiz subjektivnih mnenj poizkušala odkriti, kateri so glavni razlogi, ki jih udeleženci navajajo kot razlog za vključitev v izobraževanje. Namen diplomske naloge je še odkriti, ali družbeno okolje udeležencev spodbudno vpliva na njihovo pripravljenost za izobraževanje, kakšni so odnosi med udeleženci v izobraževanju in kakšne spremembe je izobraževanje prineslo v njihovo družbeno življenje ter ali udeleženci dobijo socialno oporo in kakšno socialno oporo dobijo v skupini.

V teoretičnem delu sem predstavila, kako na to problematiko gledajo drugi avtorji. V empiričnem delu pa sem odgovor poskušala najti tudi sama, in to z intervjuji. Menim, da le udeleženci izobraževanja sami najbolje vedo, kaj jih motivira pri izobraževanju in kako njihovo družbeno okolje sprejema njihovo vključitev v izobraževanje. V pogovoru se lahko še pokaže, kakšni so odnosi med udeleženci izobraževanja in spremembe, ki jih je izobraževanje prineslo v njihovo družbeno življenje ter ali dobijo socialno oporo.

V diplomski nalogi proučujem naslednja vprašanja:

- Kateri so glavni razlogi, ki jih udeleženci navajajo za udeležbo v izobraževanju?
- Ali družbeno okolje udeležencev spodbudno vpliva na njihovo pripravljenost za izobraževanje?
- Kakšni so odnosi med udeleženci izobraževanja in spremembe, ki jo je udeležba v izobraževanju prinesla v njihovo družbeno življenje?
- Ali udeleženci izobraževanja prosti čas preživljajo dejavno?
- Ali udeleženci izobraževanja dobijo socialno oporo in kakšno socialno oporo dobijo od drugih udeležencev izobraževanja?

7.2 VRSTA RAZISKAVE

Odgovor na raziskovalna vprašanja sem dobila na podlagi kvalitativnih metod podatkov, pridobljenih s polstrukturiranimi intervjuji. Glede na obravnavano tematiko je najprimernejša kvalitativna analiza. Raziskavo o socialnih omrežjih sem izvedla v maju in juniju 2009. Izvedla sem polstrukturirane intervjuje s šestimi udeleženkami¹ izobraževanja na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Vsaki posameznici sem najprej razložila namen in postopek intervjuvanja, pogovore sem zaradi poznejšega prepisa snemala. Nobene od udeleženk izobraževanja prej nisem poznala, poznala sem le njihovo mentorico, ki mi je pomagala pri vzpostavitvi stikov z njimi. Nobena od udeleženk ni zavrnila pogovora, prav nasprotno, vse so bile zelo zainteresirane za pomoč pri nastajanju diplomske naloge.

Intervjuvanke živijo v večjem mestu ali obrobju mesta. V nadaljevanju so na kratko predstavljene, imena pa so izmišljena.

MAJDA, upokojena, 60 let

Vdova, končala je visoko šolo. Ima dva otroka, živijo skupaj, hčerka ima že svojo družino.

TEREZIJA, upokojena, 65 let

Poročena, končala je višjo šolo. Ima dva otroka, vendar ne živijo skupaj, saj imata otoka že svoji družini.

BRANKA, upokojena, 61 let

Vdova, končala je visoko šolo. Ima dva otroka, ki imata že svoji družini, in ne živijo skupaj.

CVETKA, upokojena, 64 let

Poročena, končala je visoko šolo. Ima dva otroka.

ANICA, upokojena, 65 let

Vdova, končala je višjo šolo. Ima hčer, s katero ne živita skupaj.

DARINKA, upokojena, 62 let

Poročena, končala je srednjo šolo. Ima dva otroka in ne živijo skupaj.

¹ V študijski skupini, v kateri sem opravila intervjuje, so bile samo ženske.

Od vseh intervjuvank so kar tri intervjuvanke končale visoko šolo, dve intervjuvanki sta končali višjo šolo in ena srednjo šolo. Kar tri od šestih intervjuvank so vdove, druge tri so poročene. Povprečna starost intervjuvank je 62,8 leta. Pet intervjuvank ima dva otroka, ena intervjuvanka pa enega.

7.3 OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

Analiza empiričnega gradiva je bila opravljena s kvalitativno analizo po naslednjem postopku:

- a) Izbor relevantnih delov besedila in določitev enot kodiranja

Iz celotnega intervjuja sem najprej izločila dele pogovora, ki so se mi zdeli pomembni, in jih izpisala. Iz izpisanega sem nato s podčrtovanjem izločila izjave, ki so se nanašale na zastavljene teme.

- b) Kodiranje izjav

Za vsako sogovornico sem oblikovala tabelo, v katero sem vnesla izbrane (podčrtane) dele besedila. Za tem sem vsakemu delu izjave pripisala vsebinsko odgovarjajoče pojme.

- c) Ureditev izjav in združitvev

Posamezne izjave, ki so sovpadale glede na vsebinske sklope, sem združila v kategorije in jih razvrstila v določene teme in podteme.

8 INTERPRETACIJA

RAZLOGI ZA VPIS

Raziskave kažejo, da se starejši odrasli, ki so udeleženci različnih programov izobraževanja, v izobraževanje vključujejo predvsem zaradi notranje motivacije. Vključevanje v te dejavnosti poleg samouresničevanja, zadostitve intelektualne radovednosti in obvladovanja lastnega življenja nudijo tudi možnosti za vzpostavljanje novih prijateljskih vezi in medsebojno pomoč (Fisher in Woolf 1998; Gaskell 1999; Findeisen 1999 v Kump in Jelenc-Krašovec 2005, 252). Potrebe, ki jih občutijo starejši ljudje, jih pogosto privedejo v izobraževanje. Med tistimi, ki jih navajajo kot najpogostejši vzrok za udeležbo, so: spoznavne potrebe (ali želja po znanju), potreba po druženju (potreba po pripadnosti in ljubezni) in potreba po odgovornosti do drugega, potreba po življenjskem ritmu (da se človek napravi in gre med ljudi) ali potreba po strukturiranju časa. K tem izraženim potrebam bi dodali še eno, ki jo starejši udeleženci občutijo, a redko izrazijo: potreba po estetiki, po doživljanju lepega (Findeisen 1999, 76).

Tudi v moji raziskavi na vprašanje o razlogih za vpis udeleženke odgovarjajo, da so imele željo po pridobivanju novega znanja (1),² željo po novem (2), željo po druženju (3), željo po telesni in umski aktivnosti (4) in željo po zapolnitvi prostega časa (5). Razlogi, ki jih udeleženke navajajo, izkazujejo njihove potrebe. Tako z udeležbo v izobraževanju zadovoljijo spoznavne potrebe, potrebe po samouresničevanju, potrebo po pripadnosti in ljubezni in samoizpopolnjevanju in potrebe po strukturiranju prostega časa.

(1)

A1 »Vedno sem se spogledovala z etnologijo.«

B1 »Predvsem zaradi ohranjanja stikov z ljudmi iste starosti, zanima me tudi tema, ki jo obiskujem.«

C1 »Zaradi zanimanja za temo.«

² S števkami so označene izjave po kodah, ki so razvidne iz priloge 11.2.

E1 *»Še ko sem hodila v službo, sem sklenila, da se bom vpisala na univerzo za tretje življenjsko obdobje in tako študirala tematiko, ki me zanima.«*

F1 *»Ja tako..., vedno sem se zanimala za jezike, zgodovino pa etnologijo.«*

(2)

A2 *»Potem sem se odločila za vpis na izročilo, saj rada berem knjige, rada spoznavam svet in nove stvari in zelo rada sem v družbi.«*

A3 *»Sicer sem tudi sama hodila na jezike, samo sem imela željo še po čem novem.«*

(3)

B1 *»Predvsem zaradi ohranjanja stikov z ljudmi iste starosti, zanima me tudi tema, ki jo obiskujem.«*

(4)

D1 *»Ja, po upokojitvi želim ostati čila in zdrava, tako telesno kot umsko. Zato plavam, hodim na jogo in aerobiko, se učim italijanskega jezika, utrjujem francoskega in hodim na slovensko ljudsko izročilo. Sem kar aktivna.«*

(5)

A2 *»Tako mi je rekla, naj verjamem, da bom v pokoju imela še manj časa, kot ga imam zdaj ko hodim v službo... Predstavila mi je misel, da bi se ji pridružila na univerzi in bi zapolnila prosti čas z obiskovanjem kakega krožka.«*

F1 *»No, saj sem se malo bala, kaj bom v penziji z vsem časom, ki ga prej nisem imela.«*

Število dejavnikov, ki jih odrasli občutijo kot ovire za izobraževanje, se s starostjo povečujejo. V raziskavi Udeležba prebivalcev Slovenije v izobraževanju odraslih se je izkazalo, da je čas največja ovira starejših odraslih. Kot najpogostejše ovire so navajali tudi družinske obveznosti, stroške izobraževanja, zdravstvene razloge in prejšnjo udeležbo v izobraževanju (Mohorčič Špolar in drugi 2001, 130). Tudi v moji raziskavi se je izkazalo, da intervjuvanke kot ovire na poti k novemu izobraževanju v preteklosti navajajo pomanjkanje časa (6) zaradi službenih obveznosti. Kot pomembno oviro

navajajo še družinske obveznosti (7) in skrb za gospodinjstvo (8). Ta opravila so jim v preteklosti jemala veliko energije in zapolnjevale večino časa, ki bi ga lahko namenile hobijem, izobraževanju oziroma osebnim interesom.

(6) in (7)

A1 »Samo potem nikoli zares nisem našla časa, zato sploh ob službi in odraščajočih otrocih.«

E1 »Ko sem bila še v službi, za to ni bilo časa.«

(8)

A1 »Pa še vsa gospodinjska opravila ti vzamejo ogromno časa. In za takšne hobije ni bilo nikoli časa.«

F1 »Ampak služba in domača opravila vzamejo človeku toliko časa in energije, da ni bilo nikoli časa za take reči.«

PRIDOBIVANJE INFORMACIJ

Prve informacije o univerzi za tretje življenjsko obdobje so intervjuvanke dobile od prijateljic (9) ali nekdanjih sodelavk (10). Nekatere intervjuvanke so se po podrobnejše informacije o vpisu na univerzo odpravile same, nekatere pa s prijateljico, ki jih je o tej možnosti seznanila. Glede na pridobljene odgovore intervjuvank lahko sklepam, da udeleženke izobraževanja za tretje življenjsko obdobje prve informacije o možnostih vpisa pridobijo v svojem družbenem okolju.

(9)

B2 »Prva me je seznanila moja prijateljica, ki se je zanimala za krožek in me povabila, da se ji pridružim. Tako sva se skupaj odpravili na sedež univerze po dodatne informacije.«

C4 »Slišala sem od prijateljice. Pozanimala sem se potem, kar sama na sedežu univerze in potem odločila za vpis.«

F1 »Potem sem slišala od kolegice za izobraževanja za starejše in sem tako načrtovala vpis.«

(10)

A2 »Predlagala mi je moja prijateljica, ki jo imam še iz časa, ko sva skupaj delali ... Predstavila mi je misel, da bi se ji pridružila na univerzi.«

E2 »Veliko mojih znank in znancev študira na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Za prvo vključitev me je pa nagovorila bivša sodelavka.«

D2 »Ja, moja nekdanja direktorica.«

Po moji raziskavi ima največji vpliv na udeležbo v izobraževanju starejših neformalno socialno omrežje, ki ga sestavljajo prijatelji in nekdanje sodelavke. Nobena od udeleženk ni pridobila informacije iz ožjega ali širšega družinskega kroga.

VPLIV DRUŽBENEGA OKOLJA NA PRIPRAVLJENOST ZA IZOBRAŽEVANJE

»Na odločitve starejših za izobraževanje pogosto vplivajo otroci in vnuki, lahko pa tudi prijatelji. Vpliv domačih je tem večji, čim bolj je starejši človek pred izobraževanjem socialno izoliran in čim bolj je v stanju odvisnosti oziroma v četrtem življenjskem obdobju.« (Findeisen 1999, 241) V moji raziskavi imajo vse intervjuvanke razvito socialno omrežje in niso socialno izolirane. Njihovo družbeno okolje tudi pozitivno pripomore k vključevanju v izobraževanje. K odločitvi o izobraževanju so jih najbolj spodbudili prijatelji in nekdanje sodelavke (11).

(11)

A2 »Predlagala mi je moja prijateljica, ki jo imam še iz časa, ko sva skupaj delali.«

F1 »Potem sem slišala od kolegice za izobraževanja za starejše in sem tako načrtovala vpis.«

F2 »Ta kolegica me je spodbudila in sem ji še danes zelo hvaležna.«

D2 »Ja, moja nekdanja direktorica. Hodi, že odkar je upokojena, na tuji jezik in umetnostno zgodovino.«

E2 »Veliko mojih znank in znancev študira na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Za prvo vključitev me je pa nagovorila bivša sodelavka.«

Ko so udeleženci že odločeni za vpis ali pa se že izobražujejo, prejemajo podporo tudi iz družinskega okolja (12).

(12)

A1 »Tako da odločitev ni bila težka pa še hčerka me je spodbujala.«

B5 »Spodbudno. Edino no mož se mi je sicer malo posmehoval na začetku.«

C3 »Odzivi so bili zelo pozitivni. So me kar spodbujali.«

E2A »V glavnem je bilo v smislu, da je prav, da ohranim stik z družbo, se družim z ljudmi svojih let, da lahko z njimi razpravljam o aktualnih dogodkih in se ukvarjam s konjički, za katere prej nikoli ni bilo časa.«

UPOKOJITEV

Ljudem, ki so delo občutili kot breme, upokojitev prinese olajšanje. Posvetijo se lahko dejavnostim, ki se jim v obdobju pred upokojitvijo niso mogli. Težje pa se s tem prehodom spopadajo tisti, ki so radi delali in so v svojem delu našli tudi smisel svojega življenja. Z vključitvijo v izobraževanje se še naprej lahko čutijo družbeno koristne. Izobraževanje za tretje življenjsko obdobje starejšim pomaga strukturirati čas in način življenja, kar je prav tako ena njegovih temeljnih potreb. Zaradi tega si mnogi že pred upokojitvijo zadajo nalogo, da se vključijo v izobraževanje, da jim bo pozneje lažje in ne bo nastala kriza odprtega urnika (Findeisen 1999, 170). V moji raziskavi se je izkazalo, da so nekatere intervjuvanke o prestrukturiranju prostega časa (13) razmišljale že pred upokojitvijo. Poleg pozitivnega pričakovanja ob misli na upokojitev so nekatere občutile tesnobo in negotovost (14), ob misli na obilico prostega časa, ki ga prej niso imele. Ena izmed intervjuvank si po upokojitvi želi ostati telesno in umsko aktivna (15).

(13)

A2 »Pa sem ji malo potožila o tem, da sploh še ne vem, kaj bom počela. No razen, da se bom končno spočila.«

F1 »No, saj sem se malo bala, kaj bom v penziji z vsem časom, ki ga prej nisem imela.«

(14)

A2 »Pa čeprav sem se upokojitve veselila, kot se marsikdo po toliko letih dela. Mi je bilo no kar malo tesnobno. Pa kar naenkrat bom imela toliko prostega časa.«

(15)

D1 »Ja, po upokojitvi želim ostati čila in zdrava, tako telesno kot umsko. Zato plavam, hodim na jogo in aerobiko, se učim italijanskega jezika, utrjujem francoskega in hodim na slovensko ljudsko izročilo. Sem kar aktivna.«

Oblike resnega preživljanja prostega časa omogočajo kulturno in moralno potrditev skupnosti, sredi katere se nekdo lahko prepozna kot pripadajoči ter delujoči član družbe (Findeisen 2008, 61–62). Kakovostno preživljanje prostega časa zato lahko ublaži naraščajoče občutke nezadovoljstva, depresije, omogoči beg iz avtomatizacije posameznika in spodbuja njegovo potrebo v iskanju ustrežnejših oblik življenja. S preživljanjem prostega časa posameznik doživlja zadovoljstvo in radost po opravljenem udejstvovanju v različnih dejavnostih, za katere se je odločil (Kristančič 2005, 175). Naključne oblike preživljanja prostega časa pa se zdijo bolj razširjene in priljubljene, zato so del življenja za obdobje po upokojitvi (Findeisen 2008, 61–62). Tako poleg resno strukturiranega prostega časa v okviru univerze za tretje življenjsko obdobje, v katero so vključene vse intervjuvanke, vsem še vedno ostaja dovolj naključnega prostega časa za hobije in telesno aktivnost. Med dejavnostmi, ki jih opravljajo v naključnem prostem času, intervjuvanke navajajo (16) potovanja, vrtičkanje, prebiranje knjig, izlete v hribe, varovanje vnukov, druženje s prijatelji, telesne aktivnosti. Prosti čas, ki intervjuvankam ostane poleg udeležbe v študijski skupini, opravljenih gospodinjskih opravil in drugih vsakdanjih obveznosti, vse intervjuvanke preživljajo bolj ali manj telesno in umsko aktivno.

(16)

A13 »Enkrat na teden grem v knjižnico, potem obiskujem mamo v domu, veliko potem berem pa tudi potujem. Jeseni in pomladi grem v hribe pa tudi na morje grem.«

B15 »Uh, kar veliko jih je. Vrtilkanje je že ena. (smeh) Včasih imam v varstvu vnuke. Pa potem kakšen izlet na hribčke okoli Ljubljane. Druženje s prijatelji, branje, peka peciva za prijatelje... tako.«

C18 »Z vrtilkanjem, pa vnuke imam v varstvu, da mladi malo počijejo. Potem se rada sprehajam in hodim na izlete na hribčke okoli Ljubljane. Družim se s prijatelji.«

D16 »Ukvarjam se z rožami, berem, se sprehajam, hribolazim, plavam, pozimi tečem na smučkah ... Izgleda zelo aktivno življenje, ampak je še dovolj časa za druženje z bivšimi sodelavci, pa s prijatelji iz mladosti in podobno. Kljub vsemu, veste, službe ni več in če si navajen vstajati med šesto in sedmo zjutraj, tudi zdaj ne gre drugače. Vnukov pa še nimava, tako da imava veliko časa zase. Poleti zelo rada potujeva po svetu, sama si organizirava pot za dva ali tri tedne in spoznavava tuje kulture.«

E17 »Predvsem veliko pišem in berem, hodim na krajše izlete in potovanja.«

F16 »Dosti se družim z ostalimi. Rada grem v naravo na sprehod, pa na kakšen bližnji izlet. Z možem rada kartava, če je slabo vreme. Včasih grem v knjižnico in si izberem kakšno knjigo.«

ODNOSI MED UDELEŽENKAMI IZOBRAŽEVANJA

Študijske skupine starejših so motivirane za skupno učenje tudi z nepotešeno lakoto za zrcaljenjem, pristnimi stiki in odnosi, pripadnostjo. Posamezniki izražajo potrebo po obvladovanju občutka odtujenosti, osamljenosti, razosebljenosti in samote. Ti občutki so posledica razpada tradicionalnih skupin, vse večje mobilnosti in pregrad med generacijami. V manjših učnih skupinah starejši lahko izražajo naklonjenost do sovrstnikov ali mentorjev. Sprejemajo čustva drugih in darujejo svoja. To čustveno ozračje v učnih skupinah starejših tudi vpliva na njihovo učenje. Tako potrjuje tezo, da so za učenje potrebni čustvena podlaga, občutek varnosti in zaupanja (Maslow 1982, 100 v Findeisen 1999, 85). V moji raziskavi se je pokazalo, da so intervjuvanke v učni skupini sklenile nova prijateljstva (17), nove družbene vezi, saj odgovarjajo, da so se z nekaterimi

v skupini spoprijateljile. Intervjuvanke namreč navajajo, da jim znanke postajajo prijateljice. Ker ustvarjajo nove prijateljstva, nove družbene vezi, širijo svojo socialno omrežje. S širjenjem socialnega omrežja pa krepijo vse vrste socialne opore. Z navezovanjem novih stikov v skupini so intervjuvanke vzpostavile stik z zunanjim svetom, našle ljudi s podobnimi interesi ter vzpostavile dobre socialne odnose.

(17)

B8 »*Ne samo z mojo prijateljico, ki mi je zelo blizu, tudi za druge lahko rečem, da mi postajajo prijatelji. Ne vsi ne, no tam trije ali štirje še posebej.*«

C14 »*Dve sta postali moji no novi prijateljici, smo si postale zelo blizu.*«

D12 »*Znanke postajajo prijateljice.*«

Kot navaja Gilchrist (2004 v Mandič in Hlebec 2005, 267), omrežja pomagajo ljudem, da se učijo na izkušnjah drugih, zaznavajo osebne težave kot skupna vprašanja in se organizirajo za kolektivno akcijo. Pri učenju od drugih imajo velik pomen razmerja, v katerih se izražajo človeška toplina, skrb in medsebojna podpora, ki ljudem omogočijo, da odpravijo ovire za učenje in pridobijo na samozavesti. »Oblike družbenega učenja in učenja odraslih nasploh poudarjajo pomen učenja od drugih. Učenje od drugih je eden ključnih procesov povezovanja in krepitve skupnosti.« (Mayo in Thompson 1995, v Mandič in Hlebec 2005, 267) Intervjuvanke v moji raziskavi navajajo, da je skupina, ki jo obiskujejo, med seboj povezana (18). Z vsemi se razumejo dobro. Nekatere navajajo, da se v skupini razumejo zelo dobro ali celo odlično, kar kaže na veliko povezanost skupine. V skupini jim je pomembno to, da se druga od druge učijo, si med seboj pomagajo in v sodelovanju dopolnjujejo (19). Ena udeleženka navaja, da so v eni skupini odnosi zelo zgledni, medtem ko so v drugi le formalni (20).

(18)

A5 »*Mislim, da z vsemi kar enako dobro.*«

B8 »*Če se razumem? Ja, seveda se. (smeh) Z večino se razumem zelo dobro.*«

C5 »*Z vsemi se odlično razumem.*«

D4 »Dekleta ..., hecno se sliši, ampak ko si spet v šolskih klopeh, leta odpadejo ..., se družimo tudi po srečanjih v šoli. Seveda se dobro razumemo.«

F4 »Se mi zdi, da zmeraj boljše. Gremo tudi na kavo po krožku. Če ne bi bilo prijetno verjetno, ne bi hodila.«

F6 »Se kar razumemo. Eni se malo nazaj držijo. No, s parimi pa smo si bolj blizu, ja.«

(19)

A4 »Ja, seveda mislim, da se dobro ali pa celo zelo odlično razumemo in se v sodelovanju tudi dopolnjujemo.«

D5 »Mislim, da, tudi na predavanjih dobro sodelujemo. Vedno bolj, se mi zdi.«

F5 »Ja, če katera česa ne ve.«

(20)

E5 »Na predavanjih zgodovine je skupina zgolj formalna a z veseljem opažam, da so se naši odnosi začeli izboljševati, pri gospe Dušici je pa skupina naravnost zgledna.«

SOCIALNA OPORA

EMOCIONALNA OPORA

Emocionalna opora zajema tiste načine pomoči, ki v prejemniku vzbujajo občutek lastne vrednosti, občutek, da je slišan in razumljen, upoštevan, ljubljen in spoštovan (Šadl 2005, 225). Čustvena pomoč, ki so jo starejši deležni, se povezuje z uspešnim staranjem in pozitivnim afektivnim profilom, v katerem so depresivni simptomi in negativni učinki minimalni, pozitivni učinki in zadovoljstvo z življenjem pa veliki. Tisti, ki imajo močna omrežja socialne opore, se učinkoviteje spopadajo s škodljivimi učinki stresnih situacij (Šadl in Hlebec 2009, 237). V moji raziskavi se je izkazalo, da imajo udeleženke v skupini emocionalno oporo (21), saj se med seboj pogovarjajo tudi o osebnih stvareh, težavah, ki jih pestijo, in si svetujejo, kako se z težavami spopasti. Njihovi pogovori potekajo brez zadržkov, odkrito in spoštljivo. Med seboj si izmenjujejo tudi osebne nasvete ali pa samo poslušajo, saj menijo, da tudi tako človek veliko koristnega spozna.

V skupini namreč srečujejo ljudi zunaj vsakdanjika, ki na težave gledajo drugače. Tako se tudi s pogovori učijo razmišljati drugače, pravijo pa tudi, da je po pogovoru potem lažje, saj povedo, kaj jim leži na duši. Nekateri še niso imele večjih težav in pomoči oziroma nasvetov niso potrebovale, a če bi imela katera od udeleženk kakšne težave, bi si med seboj že kako pomagale. Srečanja jim pomenijo veliko in jih pogrešajo, kadar odpadejo.

(21)

A8 »O seveda, tudi o osebnih stvareh se pogovarjamo. Smo brez zadržkov in se pogovarjamo zelo sproščeno.«

A9 »Srečanja mi zelo veliko pomenijo, zato se zelo veselim vsake sreče, ko se srečujemo. Tukaj srečam ljudi zunaj mojega vsakdanjika, ki včasih na različne težave tudi drugačno gledajo kot jaz. Kadar predavanja odpadejo, pogrešam naše srečanje in komaj čakam na nov teden, da se spet srečamo vse skupaj.«

B11 »Ja, seveda se. Vedno kakšna od nas potrebuje tudi kakšen nasvet, ki je bolj osebne narave. Veste, več glav več ve. (smeh) Se o vseh stvareh pogovarjamo zelo odkrito, brez zadržkov in zelo spoštljivo. Vsaka pove, kar si misli, in je nobena ne obsoja ali zasmehuje. Te kar potolaži malo, ko slišiš, kaj vse se dogaja nekaterim. Si misliš potem, da ti ni tako hudo.«

C13 »Z nekaterimi..., ja, se tudi osebne reči pomenimo. To s prijatelji. Vedno koga kaj matra. Pa si potem poskušamo pomagati z nasveti ali pa samo poslušamo. Tudi to dostikrat pomaga, da govoriš, če ti kaj leži na duši. Je potem lažje.«

C14 »Veliko se lahko pomenimo zelo odkrito ..., tudi resne stvari. Ni da bi skozi samo čvekali vsakdanje stvari. Se tako človek nauči dosti koristnega od drugih in potem tudi razmišlja bolj odprto. No drugače razmišlja.«

D11 »Osebne zadeve se tudi pogovarjamo. Ne vedno, če koga kaj teži ...«

D14 »Za enkrat takega primera še nismo imele. Kdo ve, kaj bo prinesel čas. Mislim, da bi si pri osebnih težavah med seboj že kako pomagale.«

E11 »O osebnih stvareh se tudi pogovarjamo, ja.«

E15 »Že me je nekdo prosil za nasvet, vendar sem bila z njim povezana že od prej.«

F12 »Ja, z enimi se tudi. Saj smo prijateljice, smo si kar blizu.«

F14 »Ja, k sreči ni imela še nobena takih problemov. Bi si pa verjetno pomagale med sabo, če bi prišlo do česa takega.«

DRUŽENJE

Zadovoljevanje potrebe po spoznanjih je mogoče, če je človeku dana svoboda izražanja in mnogi starejši prihajajo na univerzo za tretje življenjsko obdobje za pogovor, in to ne le v okviru izobraževalnega srečanja, ampak tudi pred njim in po njem. Ob izobraževanju tako izginejo znaki intelektualne praznine, ki lahko spremljajo starejše. Spoznavnih potreb človek namreč ne more rešiti sam (Findeisen 1999, 94). V moji raziskavi se je pokazalo, da udeleženke izobraževanja zadovoljijo tudi potrebo po druženju (22). Družijo se namreč po srečanjih na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Po krožku gredo skupaj na kavo, tedaj se pogovarjajo o aktualnih temah v zelo sproščenem vzdušju. Družijo se tudi zunaj šole, saj skupaj obišejo katero od prireditev ali razstav, se odpravijo na izlet ali na potep v naravo.

(22)

A6 »Ja seveda. S sošolkami se po krožku skupaj dobimo na kavi, kar obvezno, veste. (smeh) No včasih kakšna manjka zaradi obveznosti. Potem skupaj kam gremo. Letos smo skupaj obiskale etnografski muzej, pa narodno galerijo in Trubarjevo domačijo pa potem tudi razstave. Skupaj se zmenimo tudi za kakšen izlet. Ravno danes smo se končno dogovorile za izlet po vinski cesti, in to kar cela skupina.«

B10 »Ne seveda ne. Obvezno moramo po koncu predavanja na kavo. Pa veste pri takšnih, kot smo me, se to zavleče tudi po tri urce. Potem gremo skupaj tudi na izlet. To, veste, gremo kar cela skupina, tudi naša Dušica gre vedno z nami. Se pa že na predavanju zmenimo, kam bomo šle skupaj, in včasih povabimo še kakšno skupino, da nas je več. Se pa v prostem času veliko družim s prijateljico, s katero hodim na predavanje. Saj veste, klepet ob kavi in kakšni izleti.«

C11 »Tudi v prostem času se dobimo, gremo na kavo in klepetamo. Zmeraj ima katera od nas kaj novega za povedat. Gremo skupaj tudi na izlete in v naravo.«

C12 »Hodimo na izlete ..., potem se na kavi pogovarjamo o aktualnih temah, ampak se nič ne kregamo, kdo ima prav. Tako sproščeno vzdušje je. Po navadi se pogovarjamo o kakšnih starih običajih in potem primerjamo skupaj s časom, ki ga živimo sedaj.«

D9 »Po srečanjih sledi vedno druženje ob kavi, to se lahko zavleče tudi za uro in več. Gremo na kakšno razstavo ali v muzej. Pa na kakšne predstave hodimo skupaj, če je možno. No, če imamo čas.«

D10 »Kofetkamo in čvekamo o vsem mogočem, pa še najmanj o zdravju, veste, kot bi od priletnih gospa pričakovali.«

E9 »Predvsem v šoli, v prostem času pa dostikrat gremo na kavo in hodimo skupaj na izlete.«

F9 »Precej smo skupaj, tudi izven šole.«

F10 »Gremo na kavico, včasih, če je lepo vreme, gremo na Rožnik, pa na kakšno prireditev.«

INSTRUMENTALNA OPORA

Instrumentalno oporo zagotavljajo specializirane osebe, ki za posameznika niso nujno osebno pomembne in so funkcionalno zamenljive (Zemljič in Hlebec 2001, 203). Velik del instrumentalne opore nudijo čustveno oddaljeni znanci, sodelavci in sosedje (Hlebec in Kogovšek 2003, 117). Udeleženke v moji raziskavi si nudijo instrumentalno oporo (23) z izmenjavo receptov in knjig na skoraj vsakem srečanju. Med seboj si nudijo pomoč tudi z nasveti glede gospodinjskih opravil, pomagajo si tudi pri tehničnih stvareh, in sicer pomoč pri uporabi telefona in prepisovanje besedila sošolki, ki ne zna delati z računalnikom. S sošolkami so se tudi že dobile kar pri udeleženki doma, saj se je poškodovala in ni mogla priti na predavanje. Dve udeleženki še navajata, da sta sošolki pomagali urediti vrt. Udeleženke si pomagajo med sabo tudi tako, da prinesejo zdravilo iz tujine ali pa čistilo. Kot navajajo, je pomoč obojestranska.

(23)

A10 »Če velja izmenjava kuharskih receptov in knjig, potem ja, seveda, skoraj na vsakem srečanju.«

A12 »Tudi tudi. Tako kot jaz kdaj potrebujem nasvet, ker ne znam, veste, s telefonom pogledat, kdo me je klical (smeh), ga kdaj potrebuje tudi kakšna sošolka. No ne za telefon, jim pa pomagam pri drugih stvareh.«

B12 »Potem pri kakšnih gospodinjskih opravilih si pomagamo z nasveti. Sošolka mi je nekaj časa nazaj prinesla čistilo iz Italije, ker sem jamrala, da ne morem očistiti vodnega kamna iz banje. (smeh) No take stvari. Ja, včasih me sošolka prosi, če ji lahko na računalnik prepisem pesmi, ki jih piše, ker ne zna uporabljati računalnika.«

D13 »Če štejejo kuharski nasveti, si dobre kar izmenjujemo, pa tudi pokušine imamo potem v skupini ...«

E13 »Vsi smo odprti za dajanje in sprejemanje nasvetov. Večkrat smo si med seboj že pomagale z nasveti in podobno ... Tudi jaz sem že povprašala za nasvet, predvsem sem prosila za nasvete glede knjig, pa za recepte, kadar mi zmanjka idej za kuhanje. Pa tudi za kakšen bolj tehničen nasvet glede telefona, tega prenosnega mobilnika. Sošolki sem tudi pomagala urediti vrt pomladi.«

E14 »Mene pa so prosili, ja, da prinesem zdravila iz tujine, ker jih tukaj ni za dobit. Saj dosti potujem.«

F13 »Hmm, sem šla eni pomagat malo okoli vrta, večkrat. Si pomagamo tudi z nasveti, največ o kuhanju, vse rade kuhamo.«

INFORMACIJSKA OPORA

Pri informacijski opori gre za izmenjavo pomembnih informacij, ki so potrebne pri odločanju (Zemljič in Hlebec 2001, 203). Tudi informacijsko oporo v veliki meri nudijo čustveno oddaljeni znanci, sosedje in sodelavci (Hlebec in Kogovšek 2003, 117). V moji raziskavi se primer informacijske opore (24) kaže kot pomoč oziroma oskrbovanje s pomembnimi informacijami v primeru odsotnosti. Udeleženke navajajo, da si izmenjajo vse potrebne informacije po telefonu, če je katera odsotna. Tudi predavanja so že izvedle zunaj univerze, saj se je ena izmed udeleženk poškodovala in se ni mogla udeležiti predavanja. Izmenjajo si tudi veliko nasvetov, še največ glede vnukov, saj pravijo, da izkušnje drugih pridejo vedno prav. Kolland (1995) pravi, da v skupinah vrstnikov

vladajo drugačne vrednote kot v širši družbi. Te drugačne vrednote so vez med starejšimi. Izobraževalne in druge dejavnosti, v katerih starejši srečajo starejše vrstnike iz drugih starostnih skupin in v okviru dalj časa trajajočih učnih situacij, so okvir, v katerih starejši najdejo potrdila zase, in sicer tako, da z drugimi delijo izkušnje (Findeisen 1999, 84).

(24)

E13 » *A, če katera manjka pri pouku, se potem slišimo po telefonu in si vse povemo.*«

D13 »*Pa takrat, ko sem si zlomila nogo, sem mogla biti doma več kot mesec dni. In smo se s sošolkami namesto v šoli enkrat dobile kar pri meni doma. Ne veste, koliko take malenkosti pomenijo.*«

A11 »*Tudi po nasvet se obrnem, seveda. Sošolke, no, vsaj večina, imajo vnuke, tako kot jaz, in nasvet tistih s kakšno izkušnjo več vedno prav pride.*«

B12 »*Aha, ja, veliko se, recimo, pogovarjamo o vnukih, pa o naših otrocih, pa potem si med sabo delimo nasvete.*«

F13 »*Pa glede vnučkov si kaj povemo...*«

9 SKLEP

Prebivalstvo se stara in v prihodnje bo treba več pozornosti nameniti starejšim. Univerza za tretje življenjsko obdobje ponuja možnost, da se ljudje v tem obdobju posvetijo sebi in nadoknadijo čim več tega, kar so zaradi pomanjkanja časa v preteklosti zamudili.

Človek ima v življenju potrebe, ki jih mora zadovoljiti v različnih okoljih. V času poklicnega dela je zgradil trdno identiteto, ki jo mora po upokojitvi postaviti na druge temelje. Na delovnem mestu je zadovoljil veliko psiholoških potreb in je po upokojitvi prikrajšan za delovanje skupaj z drugimi in druženje. Ker so za starost posebej značilne socialne potrebe, tudi udeleženke v moji raziskavi z vključitvijo v izobraževalno dejavnost zadovoljijo spoznavne potrebe, potrebe po samouresničevanju in samoizpopolnjevanju, potrebo po druženju in tudi potrebo po strukturiranju prostega časa. Ovire, ki so v preteklosti udeleženke odvrčale od izobraževanja, saj so jim zapolnjevala večino časa, so pomanjkanje časa zaradi službenih obveznosti, družinske obveznosti in skrbi za gospodinjstvo. Kot glavne razloge, ki so jih privedle v izobraževanje, namreč navajajo željo po pridobivanju novega znanja, željo po novem, željo po druženju, željo po telesni in umski aktivnosti in željo po zapolnitvi prostega časa. Izkazalo se je, da udeleženke z vključitvijo v izobraževalno dejavnost zadovoljijo tako spoznavne potrebe, potrebe po samouresničevanju in samoizpopolnjevanju, potrebo po druženju in tudi potrebo po strukturiranju prostega časa.

Prve informacije o možnosti dejavnega preživljanja prostega časa so udeleženke dobile v svojem družbenem okolju. Za univerzo za tretje življenjsko obdobje so izvedele, ko so bile še delovno aktivne, od takratnih sodelavk in od prijateljic. Po podrobnejše informacije so se same odpravile na univerzo ali pa s prijateljico, ki jih je o tej možnosti seznanila. Ugotovila sem, da ima največji vpliv na udeležbo v izobraževanju socialno omrežje, ki ga sestavljajo nekdanje sodelavke in prijateljice. Nobena od intervjuvank ni pridobila informacij iz ožjega ali širšega družinskega kroga. Vse imajo tudi razvito socialno omrežje in niso socialno izolirane. K izobraževanju so jih najbolj spodbudile

nekdanje sodelavke in prijateljice. Podpore sicer dobivajo tudi iz družinskega kroga, vendar šele, ko so odločene za vpis.

Mnogi si že pred upokojitvijo zadajo nalogo, da se vključijo v izobraževanje, saj jim bo po njihovem mnenju lažje in ne bo nastala kriza kako dejavno preživljati prosti čas. Ob prehodu v poklicno nedejavno obdobje človek ostane brez širšega socialnega kroga, sodelavcev, nekateri izgubijo tudi življenjskega sopotnika. Ugotovila sem, da so udeleženke o prestrukturiranju prostega časa razmišljale že pred upokojitvijo. Poleg veselja ob misli na upokojitev so nekatere občutile tudi tesnobo, strah in negotovost ob misli na obilico prostega časa. Upokojitev je namreč velika življenjska prelomnica, ob kateri se zmanjšajo obseg dejavnosti in stiki z drugimi ljudmi. Predvsem za ženske je delo pomenilo eno od redkih možnih vstopov v javnost, zato se ob upokojitvi lahko počutijo osamljene, pogrešajo stike z drugimi ljudmi in delovno ozračje. Ta manko pa lahko nadomestijo z vpisom na univerzo za tretje življenjsko obdobje in tako dejavno preživljajo del prostega časa. Ob kakovostnem preživljanju prostega časa posameznik namreč doživlja zadovoljstvo. Ugotovila sem, da izobraževanje v tretjem življenjskem obdobju in prestrukturiranje prostega časa po upokojitvi ohranjata intervjuvanke družbeno in telesno aktivne in jim tako pomagata pri ohranjanju pozitivne samopodobe. Tako lahko označim izobraževanje kot premostitveno brv za vse ovire, ki nastanejo ob upokojitvi.

Izobraževanje v poznejših letih lahko pomeni pomemben vir vzpostavljanja nove identitete. Druženje daje človeku pomembno oporo, saj se posameznik znajde v isti situaciji z več različnimi ljudmi, ki doživljajo proces staranja podobno kot on. Starejšim odraslim učenje ne pomeni samo zadovoljitve po znanju, ampak gre bolj za način bivanja in druženja z vrstniki. V učnih skupinah udeleženke sprejemajo čustva drugih in tudi delijo svoje občutke. V skupini so namreč udeleženke sklenile nova prijateljstva ali drugače nove socialne vezi. V skupini se izražajo človeška toplina, skrb in medsebojna podpora. Skupina, ki jo obiskujejo, je med seboj povezana. Z vsemi v skupini se razumejo dobro, pomembno pa jim je to, da se druga od druge učijo, si med seboj pomagajo in se v sodelovanju dopolnjujejo.

Mandič in Hlebec (2005, 265) pravita, da je izobraževanje za starejše pomembna podpora, spremljevalna in tudi ključna dejavnost za vzpostavljanje omrežij socialne opore starejših in tudi pomemben dejavnik vključevanja starejših v družbo. Tudi moja raziskava to tezo potrjuje, saj vsem udeleženkam člani omrežja skupine, ki jo obiskujejo, zagotavljajo emocionalno, informacijsko, instrumentalno oporo in druženje. V skupini namreč udeleženke srečujejo ljudi zunaj vsakdana, ki imajo na različna vprašanja drugačne poglede. S pogovori se tako učijo razmišljati drugače in postajajo odprte za mnenje, ki je drugačno od njihovega. Pogovori med udeleženkami potekajo na spoštljiv način, brez zadržkov in obsojanja. Izmenjujejo si tudi osebne nasvete in si svetujejo ali pa samo poslušajo. Družijo se tudi po srečanjih, in sicer ob kavi, tedaj se pogovarjajo o aktualnih temah, skupaj obiskujejo tudi prireditve, razstave ali pa se odpravijo na izlet. Med sabo si izmenjujejo tudi recepte in knjige, si pomagajo pri tehničnih stvareh, kot je uporaba mobitela in računalnika. Če katera na predavanjih manjka, ji druge nudijo vse potrebne informacije.

Univerza za tretje življenjsko obdobje poleg izobraževanja starejših ljudi stori za svoje udeležence veliko več. Udeleženci se med seboj družijo, spodbujajo, izmenjujejo mnenja in informacije in si širijo socialno omrežje. Starejše ljudi na univerzi posredno pripravijo do tega, da v svojem življenju najdejo neki nov smisel. Tisti, ki svoj smisel najde prav s pomočjo izobraževanja, lahko zaživi v novi obliki življenja, saj mu študij ponuja možnost osebnega razvoja, druženja, razvedrila, prijateljstva in medsebojne pomoči.

10 LITERATURA

- Brečko, Daniela. 1998. *Kako se odrasli spreminjamo*. Radovljica: Didakta.
- Černigoj Sadar, Nevenka. 1998. Od časa, ki ostaja do blagostanja. *Družboslovne razprave* 14 (27/28): 86–97.
- Delors, Jaques. 1996. *Učenje: skriti zaklad*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport.
- --- 2006. *Learning: The treasure within*. Paris: Unesco Publishing.
- Findeisen, Dušana. 1999. *Izobraževanje odraslih za življenje v njihovih poznejših letih*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- --- 2002. Educating the 45+ to understand and change their social position. V *Education of the elderly : international seminar, Žalec, 08.-11. 03. 2002 = Izobraževanje starejših odraslih : mednarodni seminar, Žalec, 08.-11.03.2002*, ur. Metka Rečnik. Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
- --- 2008. *Prosti čas upokojencev, izobraževanje in/za dejavno staranje*. Dostopno prek: http://www.kapitalskadruzba.si/_files/814/KAD_zbornik_2008_dusana_findeisen.pdf. (25. junij 2010).
- --- 2009. *Med delom, upokojitvijo in starostjo – pomen izobraževanja starejših odraslih*. Ljubljana: ACS, Andragoški kolokvij.
- --- 2010. *Slovenska univerza za tretje življenjsko obdobje je oblika socialnega kapitala in je primer trajnega sožitja generacij*. Dostopno prek: <http://www.univerzazatretjeobddrustvo.si/strokovniClanki/FindeisenU3%20socialni%20kapital.pdf>. (10. avgust 2010)
- Hojnik-Zupanc, Ida. 1997a. *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- --- 1997b. Uravnovešeno staranje kot izziv (post)moderne družbe. *Družboslovne razprave* 23 (24/25): 49–58.
- --- 1999. *Samostojnost starega človeka v družbeno prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Horvat, Zlatka 2003. Paradigma vseživljenjskega razvoja in spoprijemanja s spremembami. *Socialna pedagogika* 7 (3): 275–314.

- Hlebec, Valentina in Tina Kogovšek. 2003. Konceptualizacija socialne opore. *Družboslovne razprave* 19 (43): 103–125.
- Hlebec, Valentina. 2003. Socialna omrežja starostnikov v Sloveniji. *Družboslovne razprave* 19 (43): 171-182.
- --- 2009. Starejši ljudje v družbi sprememb. V *Starejši ljudje v družbi sprememb*, ur. Valentina Hlebec, 7–23. Maribor: Aristej.
- Hvalič, Simona. 2000. Podobe staranja: neenakost med spoloma. *Kakovostna starost* 3 (1–4): 31–39.
- Hvalič-Touzery, Simona. 2003. Stereotipi in dejstva o staranju in starih ljudeh. *Kakovostna starost* 6 (3): 52-56.
- Jarvis, Peter. 1990. *An International Dictionary of Adult and Continuing Education*. London: Routledge.
- Jelenc, Sabina. 1996. *ABC izobraževanja odraslih*. Ljubljana: Andragoški center Republike Slovenije.
- Jelenc-Krašovec, Sabina in Sonja Kump. 2006. Širjenje socialnih mrež starejših ljudi s pomočjo izobraževanja. *Socialno delo* 45 (3–5): 143–153.
- --- 2009. Udeležba starejših odraslih v izobraževanju v Sloveniji. V *Starejši ljudje v družbi sprememb*, ur. Valentina Hlebec, 203-220. Maribor: Aristej.
- Kranjc, Ana. 1982. *Motivacija za izobraževanje*. Ljubljana: Delavska enotnost.
- --- 1992. *Kako smo snovali univerzo za tretje življenjsko obdobje*. Ljubljana: Slovenska univerza za tretje življenjsko obdobje.
- --- 2005. Staranje družbe – privilegij ali slabost. *Revija Prepletanja* 16: 9-13.
- Kristančič, Azra. 2005. *Nova podoba staranja – siva revolucija*. Ljubljana: AA Inserco.
- Kobentar, Radojka 2008. Socialni odnosi v starosti. *Socialna pedagogika* 12 (2): 146–160.
- Kladnik, Tone. 2003a. Skupine za samopomoč – prostor za zadovoljevanje nematerialnih potreb starih ljudi. *Revija Prepletanja* 8: 11–17.
- --- 2003b. Starost. *Glasiilo Okno* 17 (1): 29-31.

- Kuhar, Metka. 2007. Sociološki vidiki: prevrednotenje staranja in starosti. V *Odnos Slovencev do starosti, pokojninskega sistema in varčevanja za starost*, ur. Vesna Razpotnik, 36-47 Ljubljana: Kapitalska družba.
- Kump, Sonja in Sabina Jelenc-Krašovec. 2005 Izobraževanje – možni dejavnik krepitve moči in vpliva starejših odraslih. *Družboslovne razprave* 21 (49/50): 243–261.
- --- 2006. Širjenje socialnih mrež starejših ljudi s pomočjo izobraževanja. *Socialno delo* 45 (3-5): 143–151.
- --- 2009. *Vseživljenjsko učenje – izobraževanje starejših odraslih*. Dostopno prek: http://www.pei.si/UserFilesUpload/file/zalozba/ZnanstvenaPorocila/04_09_vsezivljenskoucenje,izobrazevanjestarejsihodraslih.pdf. (14. junij 2010).
- --- 2010. *Prestari za učenje?*. Ljubljana: Pedagoški inštitut. Znanstvena založba Filozofske fakultete.
- Kump, Nataša in Nada Stropnik. 2009. Socialno ekonomski položaj starejšega prebivalstva. V *Starejši ljudje v družbi sprememb*, ur. Valentina Hlebec, 77–93. Maribor: Aristej.
- Lang R., Frieder. 2001. Regulation of Social Relationships in Later Adulthood. *Journal of gerontology: Psychological sciences*. 58B (6). Dostopno prek: <http://psychogerontology.oxfordjournals.org/content/56/6/P321.full.pdf+html>. (15. julij 2010).
- Mali, Jana. 2008. Upokojitev in starost – pomen priprav na te spremembe. V 8. Festival za tretje življenjsko obdobje, ur. 8. Festival za tretje življenjsko obdobje Ljubljana: Inštitut Hevreaka. Dostopno prek: http://www.f3zo.si/data/upload/Zbornik_2008.pdf. (16. junij 2010).
- Mandič, Srna in Valentina Hlebec. 2005. Socialno omrežje kot okvir upravljanja s kakovostjo življenja in sprememb v Sloveniji med letoma 1987 in 2002. *Družboslovne razprave* 21 (49/50): 263–285.
- Mijoč, Nena, Ana Kranjc in Dušana Findeisen. 1993. *Študijski krožki*. Ljubljana: Andragoški center Republike Slovenije.
- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve Republike Slovenije. 2006. *Strategija varstva starejših do leta 2010 – solidarnost, sožitje in kakovostno staranje*. Dostopno

prek: [http://www.skupine.si/mma_bin.php/\\$fId/2007112214370490/\\$fName/strategija_varstva_starejsih_do+leta+2010.pdf](http://www.skupine.si/mma_bin.php/$fId/2007112214370490/$fName/strategija_varstva_starejsih_do+leta+2010.pdf). (10. september 2010).

- Mohorčič Špolar, Vida A., Angela Ivančič, Jasmina Mirčeva, Ester Možina, Marko Radovan, Tanja Vilič Klenovšek, Zvonka Pangerc Pahornik in Marijan Manoilov. 2001. *Udeležba prebivalstva Slovenije v izobraževanju odraslih*. Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
- Pajek, Helena. 2005. Zgodbe so darilo. *Revija Prepletanja* 16: 13-14.
- Pečjak, Vid. 1998. *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- --- 2007. *Psihologija staranja*. Bled: samozaložba.
- Požarnik, Hubert. 1981. *Umetnost staranja*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Ramovš Jože. 1992. *Skupine starih za samopomoč*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- --- 2000. Krajevna mreža medgeneracijskih programov. *Kakovostna starost* 3 (1–4): 2–18.
- --- 2003. *Kakovostna starost*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in SAZU.
- --- 2004. Specifikacija potreb in oskrbe starih ljudi s stališča socialnega dela. *Zdravstveni vestnik* 73: 721–730.
- Rener Tanja. 1997. Rastoča manjšina: problem negovalnega dela. *Družboslovne razprave* 13 (24/25): 40–48.
- Rogelj, Tanja, Mirjana Ule in Valentina Hlebec. 2004. Socialna opora med dijaki glede na njihov individualni položaj v strukturi popolnega omrežja v razredu. *Družboslovne razprave* 20 (45): 13–32.
- Schuller, Tom, Angela Brassett Grundy, Andy Green, Cathie Hammond in John Preston. (2002). *Learning, Continuity and Change in Adult Life: Wider Benefits of Learning Research Report*. London: The Centre for Research on the Wider Benefits of Learning.
- Stoppard, Miriam. 1991. *Življenje po petdesetem*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Šadl, Zdenka. 2005. Družboslovne spremembe, travmatične emocije in emocionalna opora. *Družboslovne razprave* 21 (49/50): 223–242.

- Šadl, Zdenka in Valentina Hlebec. 2009. »Saj veš, se najprej na domačega obrneš« – Emocionalna opora v družinskih omrežij. V *Starejši ljudje v družbi sprememb*, ur. Valentina Hlebec, 237–253. Maribor: Aristej.
- Šantej, Alijana. 2003. *Slovenska univerza za tretje življenjsko obdobje skozi svojih dvajset let*. Dostopno prek: <http://www.univerzazatretjeobddrustvo.si/strokovniClanki/SantejUTZO%20skozi%2020%20let.pdf>. (24. junij 2010).
- --- 2010. *Starejši – neizkoriščen zaklad človeških virov: Starost je lahko nova priložnost v življenju*. Dostopno prek: <http://www.univerzazatretjeobd-drustvo.si/strokovniClanki/Santej-Starejsi%20neizkorisen%20zaklad.pdf>. (24. junij 2010).
- Šiplič, Vesna in Darja Kadiš. 2002. Psihološki vidiki staranja. *Socialno delo* 41 (5): 295–299.
- Šircelj, Milivoja. 2009. Staranje prebivalstva v Sloveniji. V *Starejši ljudje v družbi sprememb*, ur. Valentina Hlebec, 15–43. Maribor: Aristej.
- Tyler John, Martha. 1988. *Geragogy. A theory for teaching the elderly*. New York. London. The Haworth Press.
- Univerza za tretje življenjsko obdobje. 2010. Zgodovina Univerze za tretje življenjsko obdobje. Dostopno prek: <http://www.univerzazatretjeobd-drustvo.si/zgodovina.htm>. (15. junij 2010).
- --- 2010. Univerza za tretje življenjsko obdobje se predstavi. Dostopno prek: <http://www.univerzazatretjeobd-drustvo.si/predstavitev.htm>. (15. junij 2010).
- Zemljič, Barbara in Valentina Hlebec. 2001. Zanesljivost mer središčnosti in pomembnosti v socialnih omrežjih. *Družboslovne razprave* 12 (37–38): 191–212.

11 PRILOGE

PRILOGA A: Vsebinsko kodiranje

MAJDA, upokojena, 60 let

| Postavka | Pojem |
|--|---|
| (A1)Vedno se je spogledovala z etnologijo. In za takšne hobije ob službi, odraščajočih otrocih in gospodinjskih delih ni bilo časa. | Želja po znanju (1) Pomanjkanje časa zaradi službenih (6), družinskih obveznosti (7), gospodinjskih opravil (8) |
| (A2)Predlagala ji je prijateljica, ki jo ima še iz časa ko sta skupaj delali. Bilo ji je kar malo tesnobo pa kar naenkrat bo imela toliko prostega časa. Pa ji je malo potožila o tem, da sploh še ne ve kaj bo počela. Prijateljica ji predlaga zapolnjevanje prostega časa z obiskovanjem kakega krožka na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Rada bere knjige, spoznava svet in nove stvari se rada druži. K izobraževanju jo je spodbudila tudi hčer. | Pridobivanje informacij od bivše sodelavke (10) Tesnoba, strah, negotovost (14) potreba po strukturiranju prostega časa (13) Spodbuda prijateljev, bivših sodelavk (11) Zapolnitev prostega časa (5) Izobraževanje, druženje, želja po novem(2) Spodbuda družine (12) |
| (A3)Ima znance, ki obiskujejo univerzo, vendar niso njeni prijatelji in ne obiskujejo istih krožkov. Hodila je tudi na jezike, vendar je imela željo po nečem novem. | Znanci Želja po novem (2) |
| (A4)Vsi udeleženci se med seboj dobro razumejo oz. zelo odlično razumejo in se med seboj dopolnjujejo. | Pozitivno sodelovanje znotraj skupine Učenje drug od drugega (19) |
| (A5)Z vsemi v skupni se enako dobro razume | Povezanost skupine (18) |
| (A6)S sošolkami se po krožku obvezno dobijo na kavi, skupaj so obiskale etnografski muzej, narodno galerijo, Trubarjevo domačijo in razne razstave. Skupaj se dogovorijo za izlet. | Druženje tudi v prostem času (22) Dogovarjanje in usklajeno sodelovanje, poglobljanje vezi z drugimi ljudmi, Želja po doživljanju lepega, skupni interesi, skupno preživljanje prostega časa |
| (A7)Med seboj se posvetujejo in marsikaj pogovorijo. | Izmenjava mnenj in izkušenj, izmenjava informacij |
| (A8)O osebnih stvareh se pogovarjajo sproščeno in brez zadržkov | Osebnih pogovori (21) |
| (A9)Srečanja ji veliko pomenijo, saj srečuje ljudi izven njenega vsakdanjika, ki včasih ne različne probleme gledajo drugače kot ona. | občutek sreče in zadovoljstva ob srečanjih (21) |

| | |
|--|--|
| Veseli se vsakega ponovnega srečanja. | |
| (A10)Skoraj na vsakem srečanju si izmenjajo knjigo ali kuharski recept. | Izmenjava knjig, kuharskih receptov (23) |
| (A11)Na sošolke se obrača po nasvete predvsem glede vnukov , saj imajo skoraj vse sošolke vnuke. | Medsebojno svetovanje, informiranje (24) |
| (A12)Tudi sama kdaj potrebuje nasvet, ker ne zna dobro upravljati s telefonom prosi za pomoč sošolke. Tudi sošolke kdaj potrebujejo njeno pomoč pri drugih stvareh | Izmenjava opore (23) Vzajemnost odnosa |
| (A13)Zjutraj postori stvari po hiši, pripravi zajtrk ga v miru poje in zraven prebira časopis. Vedno je vstajala zgodaj, ker se ji zdi dan potem daljši. Kosilo pripravi za celo družino razen kadar je na predavanju, takrat si kosilo pripravijo sami. Opravi dnevna opravila. Živi v hiši s hčerkino družino in s sinom zato ima domačega dela vedno dovolj. Obiskuje mamo v domu in enkrat tedensko knjižnico. Veliko bere in potuje. Hodi tudi v hribe in na morje. | Prosti čas (16) Skrb za družino Gospodinjska opravila Skrb za mamo Aktivno življenje |

TEREZIJA, upokojena, 65 let

| Postavka | Pojem |
|--|--|
| (B1)Na univerzo se je vpisala zaradi ohranjanja stikov z vrstniki. Zanima jo tudi izročilo. | Želja po druženju (3), želja po znanju (1) |
| (B2)Seznanila jo je prijateljica in jo povabila, da se ji pridruži. Skupaj sta se informirali na sedežu univerze za tretje življenjsko obdobje. | Pridobivanje informacij od prijateljic (9) |
| (B3)Vpisali sta se skupaj in nobeni ni žal. | Zadovoljstvo |
| (B4)Na isto predavanje sta se vpisali zaradi zelo podobnih interesov, saj ju zanimajo razstave, zgodovina, izročilo, radi bereta, hodita na balet in v gledališče. | Želja po znanju Skupni interesi Druženje |
| (B5)Bližnji so na njeno odločitev gledali spodbudno, mož se je malo posmehoval. | Spodbuda družine (12) |
| (B6)Pred vpisom ni poznala nikogar, ki bi obiskoval krožek. | Nova poznanstva |
| (B7)Z ostalimi udeleženci se odlično razume. | Dobri odnosi |
| (B8)Z večino se zelo dobro razume ne samo s prijateljico. Za tri oziroma 4 pravi da ji postajajo prijatelji. Včasih se kakšna | nova prijateljstva (17) povezanost skupine (18) |

| | |
|---|---|
| pridruži pri obisku gledališča. | |
| (B9)V skupini imajo podobne interese, podoben pogled na svet, dogajanje okoli njih, vse imajo vnuke in o tem razpravljajo. | Skupni interesi |
| (B10)Po koncu predavanja hodijo na kavo, ki se ponavadi zavleče. S skupino se odpravijo na izlet, včasih povabijo še kakšno skupino in tudi mentorica gre z njimi. V prostem času se veliko družijo s prijateljico s katero obiskuje predavanje. | Druženje tudi v prostem času (22) Dogovarjanje in usklajeno sodelovanje, poglobljanje vezi z drugimi ljudmi, skupni interesi, aktivno in kvalitetno preživljanje prostega časa |
| (B11)S sošolci se pogovarja tudi o osebnih stvareh, saj vedno katera potrebuje kakšen nasvet »več glav več ve«. Pogovarjajo se zelo odkrito brez zadržkov in spoštljivo. Nobena ne obsoja ali zasmehuje, ampak pove kar si misli. Potolaži jo ko sliši kaj vse se nekaterim dogaja in ji ni več tako hudo. | Osebnih odnosi, svetovanje, odkriti in spoštljivi odnosi, nasveti, sočutje, tolažba (21) |
| (B12)Prepričana je, da je že koga prosila za pomoč in da je tudi njo že kdo prosil. Izmenjajo si knjige, veliko se pogovarjajo o vnukih in otrocih in si o tem delijo nasvete. Pomagajo si z nasveti o gospodinjskih opravilih. Sošolka ji je prinesla čistilo iz Italije. Sošolka jo prosi, da ji prepíše pesmi, ki jih piše, na računalnik, saj ne zna uporabljati računalnika. | Izmenjava knjig, pomoč pri računalniku, nasveti (23) Pogovori o vnukih (24) |
| (B13)Sošolke ji pomenijo veliko, vedno več. Nekatere so ji postale prijateljice. | Sklepanje novih prijateljskih vezi, povezovanje, Poglobljanje odnosov |
| (B14)Zjutraj se umije in skuha kavo. Pripravi si zajtrk in prebere časopis. Odpravi se na tržnico in v trgovino. Če ima čas se s prijateljico dobi na kavi. Včasih se jima pridruži tudi kakšna sošolka. Skuha kosilo in gre proti večeru na sprehod. Če ima čas prebere kakšno knjigo ali pa gre v vrt. Če je slabo vreme speče pecivo. | Rutina Druženje Skrb za gospodinjstvo |
| (B15)V prostem času vrtička, varuje vnuke, gre na izlet v okolico Ljubljane, se družijo s prijatelji, peče pecivo za prijatelje. | Prosti čas (16) |

BRANKA, upokojena, 61 let

| | |
|----------|-------|
| Postavka | Pojem |
|----------|-------|

| | |
|---|---|
| (C1)Vpisala se je zaradi zanimanja za temo. | Zanimanje za temo (1) |
| (C2)Informacije je dobila na sedežu univerze. | Pridobivanje informacij |
| (C3)Odzivi bližnjih so bili spodbudni in pozitivni. | Spodbuda družine (12) |
| (C4)Za univerzo je slišala od prijateljice. Vendar se je pozanimala potem sama na univerzi in se odločila za vpis. | Pridobivanje informacij od prijateljic (9) Želja po znanju |
| (C5)S sošolkami se odlično razume. | Povezanost skupine (18), dobri odnosi |
| (C6)Med sabo dobro sodelujejo in si med sabo pomagajo. | Pozitivno sodelovanje znotraj skupine |
| (C7)Izven univerze se družijo z dvema sošolkama. Skupaj hodijo v knjižnico, saj jih zanimajo iste stvari. | Druženje tudi v prostem času, Dogovarjanje in usklajeno sodelovanje, poglobljanje vezi z drugimi ljudmi, skupni interesi |
| (C8)S petimi ali šestimi sošolci se super ujame. | Poglobljeni odnosi |
| (C9)Dve sta postali njeni že kar dobri prijateljici, za ostale pa misli, da bodo še postali. | Prijateljstvo, odprtost za sklepanje novih prijateljstev |
| (C10)Imajo podobne interese in podobno gledajo na svet in dogajanje. Zanimajo jih take stvari, ki jih imajo vse rade. | Podobni interesi in gledanje na svet |
| (C11)Z njimi se družijo tudi v prostem času. Grejo skupaj na kavo in klepet, skupaj grejo tudi v naravo in izlete. | Druženje v prostem času (22), izleti, pogovori |
| (C12)Skupaj hodijo na izlete. Na kavi se pogovarjajo o aktualnih temah, vendar se ne kregajo kdo ima prav. Vzdušje je sproščeno. Pogovarjajo se o starih običajih in primerjajo z današnjim časom. | Sproščeno vzdušje, pogovori, zanimanje za aktualno dogajanje, izleti Druženje v prostem času (22) |
| (C13)S prijatelji se pogovarjajo tudi osebne stvari. Pravi, da vedno koga kaj muči. Med sabo si potem skušajo pomagati z nasveti ali pa samo poslušajo, saj tudi to dostikrat pomaga. Pravi, da je potem lažje. | Pogovori o osebnih stvareh, svetovanje, poslušanje, sočutje, olajšanje, tolažba (21) |
| (C14)Te osebe ji veliko pomenijo. Dve sta postali novi prijateljici, saj so si postale zelo blizu. Vedno se lahko pomenijo zelo odkrito tudi o resnih stvareh. Človek potem razmišlja drugače, bolj odprto. | Nova prijateljstva (17), odkritost pogovorov, odprtost za poslušanje drugih in njihovih mnenj (21) |
| (C15)Na sošolko se je že obrnila po nasvet, saj pravi, da se o vsem pogovarjajo zelo odkrito in si pomagajo. | Pomoč, svetovanje, odkriti pogovori |
| (C16)Med seboj si radi pomagajo z nasveti. | Vzajemnost odnosov, svetovanje |

| | |
|--|--|
| Če kdo česa ne ve pogumno vpraša, saj si morajo pomagati, drugače ne gre. | Skrb za sočloveka |
| (C17)Dopoldan se navadno dobi na kavi s prijateljicami. Nabavi hrano, skuha kosilo, to navadno vsak dan. Prebere kakšno dobro knjigo, časopis pa prebere vsak dan. Rešuje sudoku, da malo miga možgane, ureja vrtiček, potem pa opravlja še dnevna opravila, kot so pranje perila in pomivanje posode. Proti večeru gre navadno na rožnik. | Rutina, druženje Gospodinjska opravila Branje, miselne igre, prosti čas Telesna aktivnost |
| (C18)Ukvarja se z vrtičkanjem, varuje vnuke, hodi na sprehode in izlete, družijo se s prijatelji | Prosti čas (16), druženje, izleti, varstvo vnukov |

CVETKA, upokojena, 64 let

| | |
|--|--|
| (D1)Po upokojitvi želi ostati čila in zdrava, tako telesno kot umsko. Zato plava, hodi na jogo in aerobiko, se uči italijanskega jezika, utrjuje francoskega in hodi na slovensko ljudsko izročilo. Zase pravi, da je aktivna. | Telesna in umska aktivnost (15), izobraževanje Aktivno življenje(4) |
| (D2)Vpis ji je predlagala njena nekdanja direktorica, ki univerzo obiskuje že od upokojitve, in sicer na tuj jezik in umetnostno zgodovino. | Pridobivanje informacij od bivše sodelavke (10) Spodbuda bivše sodelavke (11) |
| (D3)Ta oseba se še vedno izobražuje. | Izobraževanje |
| (D4)Z dekletimi se dobro razumejo. Pravi, da leta v šolskih klopih odpadejo. Družijo se tudi po srečanjih v šoli. | Povezanost skupine (18), dobri odnosi, druženja po šoli, mladostno (vedro) vzdušje |
| (D5)Na predavanjih dobro sodelujejo. Zdi se ji, da vedno bolj. | Učenja drug od drugega (19) |
| (D6)V razredu se z vsem dobro razume in pravi, da je njihova skupina zelo homogena. | Dobri medsebojni odnosi, povezanost skupine, homogenost |
| (D7)Te osebe smatra kot prijatelje in misli, da tudi one njo smatrajo za prijateljico. | Sklepanje prijateljstev |
| (D8)Razumejo se super ne le dobro, verjetno zato ker jih zanimajo enake stvari in se pogovarjajo o tem in onem. Pravi, da je vedno živahno, ko se dobijo. | Poglabljanje odnosov, skupni interesi, pogovor Živahno vzdušje, druženje |
| (D9)Po srečanjih se vedno družijo na kavi, kar se lahko zavleče na uro in več. Grejo na kašno razstavo ali muzej. Skupaj hodijo tudi na predstave, če imajo čas. | Druženje v prostem času (22) Poglabljanje vezi z drugimi ljudmi Želja po doživljanju lepega, druženje, prostega časa |
| (D10)Ponavadi skupaj kofetkajo in | Druženje (22), pogovori |

| | |
|--|--|
| klepetajo. Najmanj govorijo o zdravju. | |
| (D11)Osebnosti stvari se tudi pogovarjajo, ampak ne vedno, če katero kaj teži. | Osebni pogovori (21) |
| (D12)Znanke ji postajajo prijateljice in pravi, da ji pomenijo vedno več | Nova prijateljstva (17), poglobljanje odnosov |
| (D13)Izmenjuje si kuharske recepte, imajo tudi pokušine v skupini. Ko si je zlomila nogo so in so se s sošolkami enkrat namesto v šoli dobile pri njeni doma. Ta malenkost ji veliko pomeni. | izmenjava receptov (23), obiski na domu (24) |
| (D14)Pri osebnih težavah misli, da bi si med seboj pomagale. Za enkrat takega primera še niso imele. | Pomoč v stiski, zanašanje na druge (21) |
| (D15)Po zdravem zajtrku s kosmiči z možem pokofatkata in prebereta vsak svoj časopis. Če nima predavanja sledi pospravljanje in delo na vrtu, po potrebi nakupi živila za kosilo, potem skuha, z možem jesta, nato malo pospravi po kuhinji. Popoldan se uči jezika ali pa bere. Zvečer dostikrat plava ali gre na aerobiko ali jogo, če ne pa gre na sprehod ali prebere kakšno knjigo. Po večerji lahko hrano, po tem pa malo gleda televizijo in gre spat. Dan ji hitro mine. | Zdrava prehrana, ritual Gospodinjska opravila, delo na vrtu Telesna in umska aktivnost Aktivno preživljanje prostega časa Branje |
| (D16)Ukvarja se z rožami, bere, se sprehaja, hribolazi, plava, teče na smučeh. Zgleda aktivno življenje vendar se vedno najde čas za druženje s prijatelji iz mladosti in podobno. Poleti zelo rada potujeta po svetu, sama si organizirata pot in spoznavata tuje kulture. | Telesna aktivnost, branje Prosti čas (16) Druženje, potovanje, spoznavanje tujih kultur |

ANICA, upokojena, 65 let

| | |
|---|--|
| (E1)Še ko je hodila v službo je sklenila, da se bo vpisala na univerzo na tretje življenjsko obdobje in študirala tematiko, ki jo zanima. Ko je hodila v službo zato ni imela časa. | Želja po znanju (1), izobraževanje prezaposlenost |
| (E2)Veliko njenih znancev in znank študira na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Za prvo vključitev jo je nagovorila sodelavka. | Pridobivanje informacij od bivše sodelavke (10) Spodbuda bivše sodelavke (11) |
| (E2a)V glavnem je bilo v smislu, da je prav, da ohranim stik z družbo, se družim z ljudmi svojih let, da lahko z njimi razpravljam o aktualnih dogodkih in se | Spodbuda družine (12) Ohranjanje stikov z ljudmi iste starosti Ukvarjanje s konjički za katere prej ni bilo časa |

| | |
|---|---|
| ukvarjam s konjički za katere prej nikoli ni bilo časa. | |
| (E3)Oseba, ki je predlagala vpis se še vedno izobražuje. | Izobraževanje |
| (E4)Pravi, da so v eni skupini odnosi naravnost zgledni v drugi pa zgolj formalni. | Povezanost skupine, homogena skupina, formalni odnosi v skupini |
| (E4a)Sama spada v obe skupine. A opaža da so se v formalni skupini medsebojni odnosi začeli izboljševati. | Odnosi med udeleženkami (20) |
| (E5)Misli, da v okviru študija sodelujejo zelo dobro. | Pozitivno sodelovanje znotraj skupine Učenje drug od drugega Povezanost skupine |
| (E6)V razredu se z nekaterimi še posebej dobro razume. | Dobri medsebojni odnosi, povezanost skupine |
| (E7)Te osebe niso njeni prijatelji in pravi, da se dobro razume tudi z ostalimi. | Homogenost skupine, niso prijatelji |
| (E8) Z osebami se dobro razume, ker imajo sličen pogled na družbeno dogajanje. Imajo konstruktivne debate in si izmenjavajo potrebe informacije. | Konstruktivne debate, podoben pogled na svet, izmenjava informacij |
| (E9)S temi osebami se predvsem družijo znotraj univerze, v prostem času pa gredo na kavo ter na izlete. | Druženje v prostem času (22), izleti |
| (E10)Veliko se pogovarjajo o vsakdanjih stvareh, si povedo kaj je novega, izmenjujejo si tudi nasvete. | Izmenjava nasvetov, pogovori (21) |
| (E11)Pogovarjajo se tudi o osebnih stvareh. | Osebnih pogovorih |
| (E12)Te osebe ji precej pomenijo, mnogo več kot sošolka ali znanka. | Prijateljstvo |
| (E13) Vse so odprte za dajanje in sprejemanje nasvetov, med seboj so si že večkrat pomagale z nasveti in podobno. Če katera manjka pri pouku se slišijo po telefonu in si vse povejo. Tudi ona je že vprašala za nasvet, predvsem pa sem prosila za nasvet glede knjig, za recepte in kakšen tehničen nasvet prenosnega mobilnika. Sošolki je pomagala urediti vrt. | Izmenjava nasvetov (24) pomoč pri urejanju vrta, pomoč pri uporabi mobilnega telefona, obveščanje (23) prosila za nasvet (21) |
| (E14)Prosili so jo, da prinese zdravila iz tujine, saj dosti potuje. | Pomoč (23) |
| (E16)Vstane okrog sedme ure in si po jutranji toaleti pripravi zajtrk in prebere novice. Odpravi se po dnevnih nakupih, pospravi stanovanje, sledi delo na vrtu ali pa gospodinjska opravila kot so šivanje, likanje, dvakrat na teden pa šola. Kadar | Rutina Gospodinjska opravila, delo na vrtu, izobraževanje Pogrešanje obveznosti |

| | |
|--|---|
| šola odpade ji nekaj manjka. Pravi, da potem ni obveznosti. Preden pripravi kosilo prebere tednike in rešuje križanke. Po kosilu piše pisma in bere knjige, gre tudi na kratek sprehod. Sledi ji še lahek prigrizek. Nato gleda televizijo, se ukvarja z internetom, elektronsko pošto in piše razne stvari, kratke sestavke in posluša glasbo. Pogosto se zvečer dobijo s sosedi, da se malo naklepetajo. | Branje, telesna in umska aktivnost Druženje s sosedi |
| (E17)V prostem času veliko piše in bere, hodi na krajše izlete in potovanja. | Prosti čas (16), branje, pisanje, izleti, potovanja |

DARINKA, upokojena, 62 let

| | |
|--|--|
| (F1)Za vpis na univerzo se je odločila, ker se je vedno zanimala za jezike in zgodovino, vendar zaradi službe in domačih opravil ni imela nikoli časa. Malo se je bala kaj bo v penziji z vsem tem časom, ki ga prej ni imela. Od kolegice je slišala za izobraževanja za starejše in je tako načrtovala vpis. | Želja po znanju (1) Pomanjkanje časa zaradi gospodinjskih opravil (8) zapolnitev prostega časa (5) Negotovost Pridobivanje informacij od prijateljic (9) Spodbuda prijateljice (11) Potreba po strukturiranju prostega časa (13) |
| (F2)K vpisu jo je spodbudila kolegica, ki ji je še danes zelo hvaležna. | Spodbuda prijateljice (11) |
| (F3)S to prijateljico skupaj hodita le na izročilo. Sama pa obiskuje še angleščino, prijateljica pa obiskuje računalništvo. | Skupni interesi |
| (F4)Zdi se ji, da se z ostalimi udeleženci vedno bolje razumejo. Po krožku gredo tudi na kavo. Če ne bi bilo prijetno krožkov verjetno ne bi obiskovala. | Povezanost skupine (4), Poglobljanje odnosov, skupni prosti čas, prijetno okolje, druženje, ritual |
| (F5)V okviru študija dobro sodelujejo, če katera česa ne ve. | Učenje drug od drugega (19), homogenost skupine |
| (F6)V razredu se kar dobro razumejo, nekateri se držijo bolj nazaj z nekaterimi pa so si bolj blizu. | Povezanost skupine (18) |
| (F7)Nekaj teh oseb je tudi njenih prijateljev, bivša sodelavka in še nekatere. Kar precej se družijo. | Prijateljstvo, poglobljanje odnosov, druženje |
| (F8)S temi osebami se dobro razume, ker jih zanimajo iste stvari, zelo podobno mislijo, vse imajo vnuke in otroke, tako da imajo vedno temo za klepet. Pravi, da so si podobne. | Skupni interesi, podobno mišljenje Pogovori, podobnost z drugimi |
| (F9)S temi osebami se precej družijo tudi | Druženje v prostem času (22) |

| | |
|--|---|
| izven šole. | |
| (F10)Ponavadi gredo skupaj na kavico, če je lepo vreme gredo na Rožnik ter na kakšno prireditev. | Druženje v prostem času (22), izleti, obiskovanje prireditev |
| (F11)Te osebe ji veliko pomenijo, ker so dosti skupaj in se veliko pomenijo. | Globina odnosa, izmenjava mnenj, pogovori |
| (F12)Z nekaterimi se pogovarja tudi o osebnih stvareh, saj so prijateljice in so si kar blizu. | Osebni pogovori, prijateljstvo, zaupanje (21) |
| (F13)Večkrat je pomagala sošolki okoli vrta. Pomagajo si tudi z nasveti, največ o kuhanju, saj vse rade kuhajo. Tudi glede vnučkov si kaj povedo, večinoma vsakdanje stvari, kaj je katera prebrala, spekla, skuhala. | Pomoč na vrtu, izmenjava nasvetov kuhanju (23) Pogovor o vnukih (24) |
| (F14)K sreči še nobena od sošolk ni imela hujšega problema(smrt, ločitev, življenjska kriza itd.) Verjetno bi si med seboj pomagale če bi prišlo do česa takega. | Zaupanje Skrb za druge (21) |
| (F15)Zjutraj se zbuja še kar zgodaj, naredi zajtrk in skuha kavo ter malo pospravi po stanovanju. Če je potreba gre na trg, včasih gre z njo tudi njen mož. Skuha kosilo in prebere kakšen časopis, včasih čuva vnučka, hodi na sprehod ali na kavico s prijateljico, zvečer gleda televizijo ali kaj prebere. | Rutina Gospodinjska opravila Branje, skrb za vnuka, telesna aktivnost, druženje |
| (F16)V prostem času se dosti družijo z ostalimi. Rada se sprehaja v naravi ali gre na kakšen bližnji izlet. Če je slabo vreme z možem rada karta. Včasih gre v knjižnico in si izbere kakšno knjigo. | Prosti čas (16), druženje Telesna aktivnost, izleti |

PRILOGA B: Ureditev izjav po kodah in združevanje

| IZOBRAŽEVANJE | |
|---|--|
| 1) Želja po znanju – spoznavna potreba | |
| A1 | Vedno sem se spogledovala z etnologijo. |
| B1 | Predvsem zaradi ohranjanja stikov z ljudmi iste starosti, zanima me tudi tema, ki jo obiskujem. |
| C1 | Zaradi zanimanja za temo. |
| E1 | Še ko sem hodila v službo, sem sklenila, da se bom vpisala na univerzo za tretje življenjsko obdobje in tako študirala tematiko, ki me zanima. |
| F1 | Ja tako..., vedno sem se zanimala za jezike, zgodovino pa etnologijo. |
| 2) Želja po novem | |
| A2 | Potem sem se odločila za vpis na izročilo, saj rada berem knjige, rada spoznavam svet in nove stvari in zelo rada sem v družbi. |
| A3 | Sicer sem tudi sama hodila na jezike, samo sem imela željo še po čem novem. |
| 3) Želja po druženju – potreba po pripadnosti in ljubezni | |
| B1 | Predvsem zaradi ohranjanja stikov z ljudmi iste starosti, zanima me tudi tema, ki jo obiskujem. |
| 4) Telesna in umska aktivnost – potreba po samouresničevanju in samoizpopolnjevanju | |
| D1 | Ja, po upokojitvi želim ostati čila in zdrava, tako telesno kot umsko. Zato plavam, hodim na jogo in aerobiko, se učim italijanskega jezika, utrjujem francoskega in hodim na slovensko ljudsko izročilo. Sem kar aktivna. |
| 5) Zapolnitev prostega časa – potreba po strukturiranju | |
| A2 | Tako mi je rekla naj verjamem, da bom v pokoju imela še manj časa, kot ga imam zdaj, ko hodim v službo. Predstavila mi je misel, da bi se ji pridružila na univerzi in bi zapolnila prosti čas z obiskovanjem kakega krožka. |
| F1 | No, saj sem se malo bala, kaj bom v penziji z vsem časom, ki ga prej nisem imela. |
| 6,7,8) Ovire pri izobraževanju | |
| A1 | Samo potem nikoli zares nisem našla časa, zato sploh ob službi in odraščajočih otrocih. |
| E1 | Ko sem bila še v službi, za to ni bilo časa. |
| A1 | Pa še vsa gospodinjska opravila ti vzamejo ogromno časa. In za takšne hobije ni bilo nikoli časa. |
| F1 | Ampak služba in domača opravila vzamejo človeku toliko časa in energije, da ni bilo nikoli časa za take reči. |
| PRIDOBIVANJE INFORMACIJ | |
| 9) Prijatelji in znanci | |
| B2 | Prva me je seznanila moja prijateljica, ki se je zanimala za krožek in me povabila, da se ji pridružim. Tako sva se skupaj odpravili na sedež univerze po dodatne informacije. |
| C4 | Slišala sem od prijateljice. Pozanimala sem se potem, kar sama na sedežu univerze in |

| | |
|-----|--|
| | potem odločila za vpis. |
| F1 | Potem sem slišala od kolegice za izobraževanja za starejše in sem tako načrtovala vpis. |
| E2 | Veliko mojih znank in znancev študira na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Za prvo vključitev me je pa nagovorila bivša sodelavka. |
| | 10) Bivše sodelavke |
| A2 | Predlagala mi je moja prijateljica, ki jo imam še iz časa, ko sva skupaj delali... Predstavila mi je misel, da bi se ji pridružila na univerzi. |
| D2 | Ja, moja nekdanja direktorica. |
| | VPLIV DRUŽBENEGA OKOLJA |
| | 11) Spodbuda prijateljev, bivših sodelavk |
| F1 | Potem sem slišala od kolegice za izobraževanja za starejše in sem tako načrtovala vpis. |
| A2 | Predlagala mi je moja prijateljica, ki jo imam še iz časa, ko sva skupaj delali... Predstavila mi je misel, da bi se ji pridružila na univerzi in bi zapolnila prosti čas z obiskovanjem kakega krožka. |
| F2 | Ta kolegica me je spodbudila in sem ji še danes zelo hvaležna. |
| D2 | Ja, moja nekdanja direktorica. Hodi že odkar je upokojena na tuj jezik in umetnostno zgodovino. |
| E2 | Veliko mojih znank in znancev študira na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Za prvo vključitev me je pa nagovorila bivša sodelavka. |
| | 12) Spodbuda domačega okolja |
| A2 | Tako da odločitev ni bila težka pa še hčera me je spodbujala |
| B5 | Spodbudno. Edino no mož se mi je sicer malo posmehoval na začetku. |
| C3 | Odzivi so bili zelo pozitivni. So me kar spodbujali. |
| E2A | V glavnem je bilo v smislu da je prav da ohranim stik z družbo, se družim z ljudmi mojih let, da lahko z njimi razpravljam o aktualnih dogodkih in se ukvarjam s konjički, za katere prej nikoli ni bilo časa. |
| | UPOKOJITEV |
| | 13) Potreba po strukturiranju prostega časa |
| A2 | Pa sem ji malo potožila o tem, da sploh še ne vem kaj bom počela. No razen, da se bom končno spočila. |
| F1 | No, saj sem se malo bala, kaj bom v penziji z vsem časom, ki ga prej nisem imela. |
| | 14) Tesnoba, negotovost, strah |
| A2 | Pa čeprav sem se upokojitve veselila, kot se marsikdo po toliko letih dela. Mi je bilo no kar malo tesnobno. Pa kar naenkrat bom imela toliko prostega časa. |
| | 15) Telesna in umska aktivnost |
| D1 | Ja, po upokojitvi želim ostati čila in zdrava, tako telesno kot umsko. Zato plavam, hodim na jogo in aerobiko, se učim italijanskega jezika, utrjujem francoskega in hodim na slovensko ljudsko izročilo. Sem kar aktivna. |
| | 16) Prosti čas |
| A13 | Enkrat na teden grem v knjižnico, potem obiskujem mamó v domu, veliko potem berem pa tudi potujem. Jeseni in pomladi grem v hribe pa tudi na morje grem. |
| B15 | Uh, kar veliko jih je. Vrčkanje je že ena (smeh). Včasih imam v varstvu vnuke. Pa potem kakšen izlet na hribčke okoli Ljubljane. Druženje s prijatelji, branje, peka peciva za prijatelje ... tako. |
| C18 | Z vrčkanjem, pa vnuke imam v varstvu, da mladi mal počijejo. Potem se rada |

| | |
|--|---|
| | sprehajam in hodim na izlete na hribčke okoli Ljubljane, družim se s prijatelji. |
| D16 | Ukvarjam se z rožami, berem, se sprehajam, hribolazim, plavam, pozimi tečem na smučkah... Izgleda zelo aktivno življenje, ampak je še dovolj časa za druženje z bivšimi sodelavci, pa s prijatelji iz mladosti in podobno. Kljub vsemu, veste, službe ni več in če si navajen vstajati med šesto in sedmo zjutraj, tudi zdaj ne gre drugače. Vnukov pa še nimava, tako da imava veliko časa zase. Poleti zelo rada potujeva po svetu, sama si organizirava pot za dva ali tri tedne in spoznavava tuje kulture. |
| E17 | Predvsem veliko pišem in berem, hodim na krajše izlete in potovanja. |
| F16 | Dosti se družim z ostalimi. Rada grem v naravo na sprehod, pa na kakšen bližnji izlet. Z možem rada kartava, če je slabo vreme. Včasih grem v knjižnico in si izberem kakšno knjigo. |
| ODNOSI MED UDELEŽENCI IZOBRAŽEVANJA | |
| 17) Nova prijateljstva | |
| B8 | Ne samo z mojo prijateljico, ki mi je zelo blizu, tudi za druge lahko rečem, da mi postajajo prijatelji. Ne vsi ne, no tam trije ali štirje še posebej. |
| C14 | Dve sta postali moji no novi prijateljici. Smo si postale zelo blizu. |
| D12 | Znanke postajajo prijateljice. |
| 18) Povezanost skupine | |
| A5 | Mislím, da z vsemi kar enako dobro. |
| B8 | Če se razumem? Ja seveda se (smeh). Z večino se razumem zelo dobro. |
| C5 | Z vsemi se odlično razumem. |
| D4 | Dekleta... hecno se sliši, ampak, ko si spet v šolskih klopeh leta odpadejo...Se družimo tudi po srečanjih v šoli. Seveda se dobro razumemo. |
| F4 | Se mi zdi, da zmeraj boljše. Gremo tudi na kavo po krožku. Če ne bi bilo prijetno verjetno, ne bi hodila. |
| F6 | Se kar razumemo. Eni se malo nazaj držijo. No, s parimi pa smo si bolj blizu ja. |
| 19) Učenje drug od drugega | |
| A4 | Ja, seveda mislim, da se dobro ali pa celo zelo odlično razumemo in se v sodelovanju tudi dopolnjujemo. |
| D5 | Mislím, da, tudi na predavanjih dobro sodelujemo. Vedno bolj, se mi zdi. |
| F5 | Ja, če katera česa ne ve. |
| 20) Odnosi v skupinah | |
| E4a | Na predavanjih zgodovine je skupina zgolj formalna a z veseljem opažam, da so se naši odnosi začeli izboljševati, pri gospe Dušici je pa skupina naravnost zgledna. |
| SOCIALNA OPORA | |
| 22) Druženje | |
| A6 | Ja seveda. S sošolkami se po krožku skupaj dobimo na kavi, kar obvezno veste (smeh). No včasih kakšna manjka zaradi obveznosti. Potem skupaj kam gremo. Letos smo skupaj obiskale etnografski muzej, pa narodno galerijo in Trubarjevo domačijo, pa potem tudi razstave. Skupaj se zmenimo tudi za kakšen izlet. Ravno danes smo se končno dogovorile za izlet po vinski cesti, in to kar cela skupina (smeh). |
| B10 | Ne, seveda ne. Obvezno moramo po koncu predavanja na kavo. Pa veste, pri takšnih kot smo me, se to zavleče tudi po tri urice. Potem gremo skupaj tudi na izlet. To, veste, gremo kar cela skupina, tudi naša Dušica gre vedno z nami. Se pa že na predavanju zmenimo, kam bomo šle skupaj, in včasih povabimo še kakšno skupino, da nas je več. Se pa v prostem času veliko družim s prijateljico, s katero hodim na predavanje. Saj |

| | |
|--------------------------|---|
| | veste, klepet ob kavi in kakšni izleti. |
| C11 | Tudi v prostem času se dobimo, gremo na kavo in klepetamo. Zmeraj ima katera od nas kaj novega za povedat. Gremo skupaj tudi na izlete in v naravo. |
| C12 | Hodimo na izlete...potem se na kavi pogovarjamo o aktualnih temah, ampak se nič ne kregamo, kdo ima prav. Tako sproščeno vzdušje je. Po navadi se pogovarjamo o kakšnih starih običajih in potem primerjamo skupaj s časom, ki ga živimo sedaj. |
| D9 | Po srečanjih sledi vedno druženje ob kavi, to se lahko zavleče tudi za uro in več. Gremo na kakšno razstavo ali v muzej. Pa na kakšne predstave hodimo skupaj, če je možno, no, če imamo čas. |
| D10 | Kofetkamo in čvekamo o vsem mogočem, pa še najmanj o zdravju, veste, kot bi od priletnih gospa pričakovali. |
| E9 | Predvsem v šoli, v prostem času pa dostikrat gremo na kavo in hodimo skupaj na izlete. |
| F9 | Precej smo skupaj, tudi izven šole. |
| F10 | Gremo na kavico, včasih, če je lepo vreme, gremo na Rožnik, pa na kakšno prireditev. |
| 23) Instrumentalna opora | |
| A10 | Če velja izmenjava kuharskih receptov in knjig, potem ja, seveda, skoraj na vsakem srečanju (smeh). |
| A12 | Tudi tudi. Tako kot jaz kdaj potrebujem nasvet, ker ne znam, veste, s telefonom pogledat, kdo me je klical (smeh), ga kdaj potrebuje tudi kakšna sošolka. No, ne za telefon, jim pa pomagam pri drugih stvareh. |
| B12 | Potem pri kakšnih gospodinjskih opravilih si pomagamo z nasveti. Sošolka mi je nekaj časa nazaj prinesla čistilo iz Italije, ker sem jamrala, da ne morem očistiti vodnega kamna iz banje (smeh). No take stvari. Ja, včasih me sošolka prosi, če ji lahko na računalnik prepisem pesmi, ki jih piše, ker ne zna uporabljati računalnika. |
| D13 | Če štejejo kuharski nasveti, si dobre kar izmenjujemo, pa tudi pokušine imamo potem v skupini. |
| E13 | Vsi smo odprti za dajanje in sprejemanje nasvetov. Večkrat smo si med seboj že pomagale z nasveti in podobno... Tudi jaz sem že povprašala za nasvet, predvsem sem prosila za nasvete glede knjig, pa za recepte kadar mi zmanjka idej za kuhanje. Pa tudi za kakšen bolj tehničen nasvet glede telefona, tega prenosnega mobilnika. Sošolki sem tudi pomagala urediti vrt pomladi. |
| E14 | Mene pa so prosili, ja, da prinesem zdravila iz tujine, ker jih tukaj ni za dobit. Saj dosti potujem. |
| F13 | Hmm, sem šla eni pomagat malo okoli vrta, večkrat. Si pomagamo tudi z nasveti, največ o kuhanju, vse rade kuhamo. |
| 24) Informacijska opora | |
| A11 | Tudi po nasvet se obrnem, seveda. Sošolke, no, vsaj večina, imajo vnuke, tako kot jaz, in nasvet tistih s kakšno izkušnjo več vedno prav pride. |
| B12 | Aha, ja, veliko se recimo pogovarjamo o vnukih, pa o naših otrocih, pa potem si med sabo delimo nasvete. |
| F13 | Pa glede vnučkov si kaj povemo. |
| E13 | A če katera manjka pri pouku se potem slišimo po telefonu in si vse povemo. |
| D13 | Pa takrat, ko sem si zlomila nogo, sem mogla biti doma več kot mesec dni. In smo se s sošolkami namesto v šoli, enkrat dobile kar pri meni doma. Ne veste, koliko take malenkosti pomenijo. |

| 21) Emocionalna opora | |
|-----------------------|---|
| A8 | O seveda, tudi o osebnih stvareh se pogovarjamo. Smo brez zadržkov in se pogovarjamo zelo sproščeno. |
| A9 | Srečanja mi zelo veliko pomenijo, zato se zelo veselim vsake srede, ko se srečujemo. Tukaj srečam ljudi izven mojega vsakdanjika, ki včasih na različne težave tudi drugačno gledajo kot jaz. Kadar predavanja odpadejo, pogrešam naše srečanje in komaj čakam na nov teden, da se spet srečamo vse skupaj. |
| B11 | Ja, seveda se. Vedno kakšna od nas potrebuje tudi kakšen nasvet, ki je bolj osebne narave. Veste, več glav več ve (smeh) Se o vseh stvareh pogovarjamo zelo odkrito, brez zadržkov in zelo spoštljivo. Vsaka pove, kar si misli in je nobena ne obsoja ali zasmehuje. Te kar potolaži malo, ko slišiš kaj vse se dogaja nekaterim. Si misliš potem, da ti ni tako hudo. |
| C13 | Z nekaterimi..., ja, se tudi osebne reči pomenimo. To s prijatelji. Vedno koga kaj matra. Pa si potem poskušamo pomagat z nasveti ali pa samo poslušamo. Tudi to dostikrat pomaga, da govoriš, če ti kaj leži na duši. Je potem lažje. |
| C14 | Veliko se lahko pomenimo zelo odkrito... tudi resne stvari, ni da bi skoz samo čvekali vsakdanje stvari. Se tako človek nauči dosti koristnega od drugih in potem tudi razmišlja bolj odprto no drugače razmišlja. |
| D11 | Osebne zadeve se tudi pogovarjamo. Ne vedno, če koga kaj teži. |
| D14 | Za enkrat takega primera še nismo imele. Kdo ve, kaj bo prinesel čas. Mislim, da bi si pri osebnih težavah med seboj že kako pomagale. |
| E11 | O osebnih stvareh se tudi pogovarjamo, ja. |
| E15 | Že me je nekdo prosil za nasvet, vendar sem bila z njim povezana že od prej. |
| F12 | Ja, z enimi se tudi. Saj smo prijateljice, smo si kar blizu. |
| F14 | Ja, k sreči ni imela še nobena takih problemov. Bi si pa verjetno pomagale med sabo če bi prišlo do česa takega. |

PRILOGA C: Prepis intervjujev

OSEBA A: Majda

1. Zakaj ste se odločili za vpis na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Vedno sem se spogledovala z etnologijo. Samo potem nikoli zares nisem našla časa zato, sploh ob službi in odraščajočih otrocih. Pa še vsa gospodinjska opravila ti vzamejo ogromno časa. In za takšne hobije ni bilo nikoli časa. Sem bila zelo vesela, ko sem se lahko vpisala v to skupino.

2. Ali vam je kdo predlagal, da ste se vpisali v univerzo za tretje življenjsko obdobje?

(smeh) Ja hecna zgodba. Predlagala mi je moja prijateljica, ki jo imam še iz časa, ko sva skupaj delali. Upokojila se je par nekaj let pred mano. Še dobro se spominjam, kako sva sedeli v tistem najinem lokalčku, kjer sva vsako jutro pred službo spili kavico in malo

poklepetali. Pa je med tem ko je bila že v pokoju še vedno kdaj pa kdaj prišla v ta najin lokalček pred začetkom službe. No pa sem zašla (smeh). Hotela sem povedati to, da je bila tistega dne tako na obisku in načela temo o tem, da kmalu pridem na vrsto tudi jaz. Pa čeprav sem se upokojitve veselila, kot se marsikdo po toliko letih dela. Mi je bilo no kar malo tesnobno. Pa kar naenkrat bom imela toliko prostega časa. Pa sem ji malo potožila o tem, da sploh še ne vem kaj bom počela. No razen, da se bom končno spočila (smeh). Tako mi je rekla naj verjamem, da bom v pokoju imela še manj časa, kot ga imam sedaj, ko hodim v službo. Predstavila mi je misel, da bi se ji pridružila na univerzi in bi zapolnila prosti čas z obiskovanjem kakega krožka. Potem sem se odločila za vpis na izročilo, saj rada berem knjige, rada spoznavam svet in nove stvari in zelo rada sem v družbi. Tako da odločitev ni bila težka pa še hčera me je spodbujala. Da ne pozabim, da sedaj, ko sva s prijateljico obe spet študentki, (smeh) pijeva kavo pred začetkom krožka.

3. Poznate še koga, ki je bil že pred tem vključen v univerzo za tretje življenjsko obdobje, ali je ta vaša prijateljica edina znanka ?

Ja poznam kar nekaj ljudi, ki tudi obiskujejo univerzo. Samo to niso moji prijatelji, ampak bolj znanci. Pa tudi ne obiskujejo istih krožkov kot jaz. Veliko jih hodi na računalništvo in jezike. Sicer sem tudi sama hodila na jezike, samo sem imela željo še po čem novem.

4. Kako se razumete s sošolci? Z njimi dobro sodelujete v okviru študija?

Ja, seveda mislim, da se dobro ali pa celo zelo odlično razumemo in se v sodelovanju tudi dopolnjujemo.

5. Ali se v razredu s kom še posebej dobro razumete?

Mislim, da z vsemi kar enako dobro.

6. Ali se z njimi družite samo na univerzi ali tudi izven univerze?

Ja seveda. S sošolkami se po krožku skupaj dobimo na kavi, kar obvezno, veste. (smeh). No včasih kakšna manjka zaradi obveznosti. Potem skupaj kam gremo. Letos smo skupaj obiskale etnografski muzej, pa narodno galerijo in Trubarjevo domačijo, pa potem tudi razstave. Skupaj se zmenimo tudi za kakšen izlet. Ravno danes, smo se končno dogovorile za izlet po vinski cesti, in to kar cela skupina.(smeh)

7. Kako zgleda vaše druženje, kaj skupaj počnete?

Marsikaj se pogovarjamo in posvetujemo pa nasvete si dajemo.

8. Ali se kdaj z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh?

O seveda, tudi o osebnih stvareh se pogovarjamo. Smo brez zadržkov in se pogovarjamo zelo sproščeno.

9. Koliko vam pomenijo ta srečanja?

Srečanja mi zelo veliko pomenijo, zato se zelo veselim vsake srede, ko se srečujemo. Tukaj srečam ljudi izven mojega vsakdanjika, ki včasih na različne težave tudi drugačno gledajo kot jaz. Kadar predavanja odpadejo, pogrešam naše srečanje in komaj čakam na nov teden, da se spet srečamo vse skupaj.

10. Ali bi se, ali pa ste se morda že, obrnili na kakšno sošolko za nasvet, ali pa mogoče za kakšno pomoč na vrtu, pri gospodinjskih opravilih, posojanju orodja?

Če velja izmenjava kuharskih receptov in knjig, potem ja, seveda, skoraj na vsakem srečanju (smeh).

11. Pa mogoče za kakšen nasvet?

Tudi po nasvet se obrnem, seveda. Sošolke, no, vsaj večina, imajo vnuke, tako kot jaz, in nasvet tistih s kakšno izkušnjo več, vedno prav pride.

12. Ali se je kdo obrnil na vas za kakšno pomoč?

Tudi tudi. Tako kot jaz kdaj potrebujem nasvet, ker ne znam, veste, s telefonom pogledat, kdo me je klical (smeh), ga kdaj potrebuje tudi kakšna sošolka. No, ne za telefon, jim pa pomagam pri drugih stvareh.

13. Prosim, zamislite si vaš tipičen dan in ga opišite.

Ja zjutraj vstanem postorim stvari po hiši. Si pripravim zajtrk ga v miru pojem, zraven pa prebiram časopis. Vstajam zgodaj no vedno sem, saj se mi zdi, da je dan potem malo daljši. Potem počasi pripravim za kosilo, kar za celo družino. No razen takrat, ko sem na predavanju. Takrat si potem kosilo pripravijo sami. Potem pa razna dnevna opravila. Ker živim v hiši s hčerkino družino in s sinom imam domačega dela vedno dovolj. Enkrat na teden grem v knjižnico, potem obiskujem mamo v domu, veliko potem berem pa tudi potujem. Jeseni in pomladi grem v hribe pa tudi na morje grem.

OSEBA B: Terezija

1. Zakaj ste se odločili za vpis na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Predvsem zaradi ohranjanja stikov z ljudmi iste starosti, zanima me tudi tema, ki jo obiskujem. Obiskujem pa izročilo.

2. Kje ste dobili informacije o univerzi za tretje življenjsko obdobje?

Prva me je seznanila moja prijateljica, ki se je zanimala za krožek in me povabila, da se ji pridružim. Tako sva se skupaj odpravili na sedež univerze po dodatne informacije.

3. Se je potem vaša prijateljica tudi vključila v krožek?

Ja seveda. Skupaj sva se. Mislim, da ni nobeni od naju žal.

4. Kako to, da sta se vpisale na isto predavanje?

(smeh) Ne misliti, da zaradi tega, ker sva skoraj nerazdružljive zadnje čase (smeh). Ne, ne... imava zelo podobne interese. Zanimajo naju razne razstave, zgodovina, izročilo, pa tudi zelo radi bereva knjige. Skupaj si tudi rade ogledava kakšno baletno predstavo in hodiva skupaj v gledališče. No zanimajo naju podobne teme.

5. Kako so na vašo odločitev gledali bližnji?

Spodbudno. Edino no mož se mi je sicer malo posmehoval na začetku (smeh). Predvsem zaradi tega, ker sem se vpisala skupaj s prijateljico. Napovedoval je dež za naslednjih deset let. On kar misli, da skoz samo čebļava (smeh). No, pa sedaj se je že navadil.

6. Poznate koga, ki je bil že pred tem vključen v kakšen krožek?

Ne nisem poznala nobenega.

7. Kako se razumete z ostalimi v skupini?

Odlično.

8. Se s kom še posebej dobro razumete?

Če se razumem? Ja seveda se (smeh). Z večino se razumem zelo dobro. Ne samo z mojo prijateljico, ki mi je zelo blizu, tudi za druge lahko rečem, da mi postajajo prijatelji. Ne vsi ne, no tam trije ali štirje še posebej. Včasih se kakšna pridruži tudi pri kakšnem ogledu predstave v gledališču.

9. So kakšni posebni razlogi zaradi katerih se dobro razumete z njimi?

Posebno, no ne vem zdaj, tako, gre nam skupaj. Imamo podobne interese, podobno gledamo na svet, na dogajanje okoli nas, vse imamo že vnuke, pa potem lahko razpravljamo o tem ure in ure (smeh).

10. Se v vaši skupini družite samo znotraj univerze?

Ne, seveda ne. Obvezno moramo po koncu predavanja na kavo. Pa veste, pri takšnih kot smo me, se to zavleče tudi po tri urice. Potem gremo skupaj tudi na izlet. To, veste, gremo kar cela skupina, tudi naša Dušica gre vedno z nami. Se pa že na predavanju zmenimo, kam bomo šle skupaj, in včasih povabimo še kakšno skupino, da nas je več. Se pa v prostem času veliko družim s prijateljico, s katero hodim na predavanje. Saj veste, klepet ob kavi in kakšni izleti.

11. Se potem recimo na kavi z vašimi sošolci pogovarjate tudi o osebnih stvareh?

Ja, seveda se. Vedno kakšna od nas potrebuje tudi kakšen nasvet, ki je bolj osebne narave. Veste, več glav več ve. (smeh) Se o vseh stvareh pogovarjamo zelo odkrito, brez zadržkov in zelo spoštljivo. Vsaka pove, kar si misli in jo nobena ne obsoja ali zasmehuje. Te kar potolaži malo, ko slišiš, kaj vse se dogaja nekaterim. Si misliš potem, da ti ni tako hudo.

12. Ste kdaj koga od sošolcev prosili za kakšen nasvet ali kakršnokoli pomoč? Ali pa je morda kdo vas to prosil?

Sedaj iz glave, da bi se spomnila... sigurno sem ga. Pa sigurno je tudi mene že kdo kaj prosil, samo sedaj ne vem...

No kakšno knjigo si izmenjamo. Pa sigurno je še kaj. Samo malo, da se spomnim še česa. Aha, ja, veliko se recimo pogovarjamo o vnukih, pa o naših otrocih, pa potem si med sabo delimo nasvete. Potem pri kakšnih gospodinjskih opravilih si pomagamo z nasveti. Sošolka mi je nekaj časa nazaj prinesla čistilo iz Italije, ker sem jamrala, da ne morem očistiti vodnega kamna iz banje (smeh). No take stvari. Ja, včasih me sošolka prosi, če ji lahko na računalnik prepisem pesmi, k jih piše, ker ne zna uporabljati računalnika. No evo, saj nekaj sem jih pa naštel (smeh).

13. Koliko vam pomenijo te osebe?

Moram reči da veliko, vedno več. Nekatere so postale moje prijateljice.

14. Prosim zamislite si svoj tipičen dan in ga opišite.

Zjutraj se umijem in si skuham kavo. Potem si pripravim zajtrk in preberem časopis. Po zajtrku se odpravim na tržnico in v trgovino. S prijateljico, če ima čas, se dobiva tudi na kavici, da malo poklepetava. Včasih se nama pridruži tudi kakšna iz skupine. Potem skuham kosilo in proti večeru grem na sprehod po Rožniku. Vmes če imam čas, preberem kakšno knjigo ali pa grem v vrt, kadar je pa slabo vreme pa spečem kakšno pecivo.

15. S katerimi dejavnostmi se še ukvarjate v prostem času?

Uh, kar veliko jih je. Vrtilkanje je že ena (smeh). Včasih imam v varstvu vnuke. Pa potem kakšen izlet na hribčke okoli Ljubljane. Druženje s prijatelji, branje, peka peciva za prijatelje.

OSEBA C: Branka

1. Zakaj ste se odločili za vpis na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Zaradi zanimanja za temo.

2. Kje ste dobili informacije o univerzi za tretje življenjsko obdobje?

Kar na sedežu univerze za tretje življenjsko obdobje.

3. Kakšni so bili odzivi vaših bližnjih glede vpisa?

Odzivi so bili zelo pozitivni. So me kar spodbujali.

4. Ali vam je kdo predlagal, da ste se vključili v univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Slišala sem od prijateljice. Pozanimala sem se potem, kar sama na sedežu univerze in potem odločila za vpis.

5. Kako se razumete s sošolkami?

Z vsemi se odlično razumem.

6. Ali z njimi dobro sodelujete v okviru študija?

Mislím, da dobro sodelujemo. Veliko si pomagamo med sabo.

7. Ali sodelujete s kakšno sošolko tudi izven univerze?

Posebej sodelujem z dvema... skupaj hodimo v knjižnico. Zanimajo nas no iste stvari.

8. Ali se v skupini s kom še posebej dobro razumete?

S petimi ali šestimi sošolkami, mislim, se super ujamem.

9. Ali so te osebe tudi vaši prijatelji?

Dve sta postali moji že kar dobri prijateljici, ostali pa no ne vem mislim pa, da bodo še postali prijatelji.

10. Ali so kakšni posebni razlogi, da se z njimi dobro razumete?

Ja imamo podobne interese in podobno gledamo na svet in dogajanje... zanimajo nas take stvari, ki jih imamo vse rade.

11. Na kakšen način se družite z njimi? Ali se z njimi družite samo na univerzi, ali tudi v prostem času?

Tudi v prostem času se dobimo, gremo na kavo in klepetamo. Zmeraj ima katera od nas kaj novega za povedat. Gremo skupaj tudi na izlete in v naravo.

12. Kaj ponavadi počnete skupaj?

Hodimo na izlete...potem se na kavi pogovarjamo o aktualnih temah, ampak se nič ne kregamo, kdo ima prav. Tako sproščeno vzdušje je. Ponavadi se pogovarjamo o kakšnih starih običajih in potem primerjamo skupaj s časom, ki ga živimo sedaj.

13. Ali se z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh? Ali jih kdaj prosite za kakšen nasvet, če imate recimo kakšen problem v družini?

Z nekaterimi,... Ja, se tudi osebne reči pomenimo. To s prijatelji. Vedno koga kaj matra. Pa si potem poskušamo pomagat z nasveti ali pa samo poslušamo. Tudi to dostikrat pomaga, da govoriš, če ti kaj leži na duši. Je potem lažje.

14. Koliko vam pomenijo te osebe?

Veliko mi pomenijo. Dve sta postali moji no novi prijateljici. Smo si postale zelo blizu. Veliko se lahko pomenimo zelo odkrito... tudi resne stvari, ni da bi skoz samo čvekali vsakdanje stvari. Se tako človek nauči dosti koristnega od drugih in potem tudi razmišlja bolj odprto. No drugače razmišlja.

15. Ali bi ste se že kdaj obrnili na kakšno sošolko za kakršenkoli nasvet ali pomoč pri gospodinjskih opravilih, posojanju orodja, pomoč na vrtu... Ali se je kdo obrnil na vas za takšno pomoč?

Seveda sem se, ker se o vsem pogovarjamo zelo odkrito, si pomagamo ja.

16. Ste kdaj prosili sošolko, ki vam je bližje za nasvet, recimo ob kakšni življenjski krizi težave v družini in podobno? Ali je kdo vas prosil za nasvet?

Vsi si med seboj radi pomagamo z nasveti. Če kdo ne ve kaj bi, pa kar pogumno vpraša. Saj si moramo pomagat, drugače ne gre.

17. Prosim, zamislite si vaš tipičen dan in ga opišite.

Dopoldan se ponavadi dobim na kavi z prijateljicami. Nabavim hrano in skuham kosilo. To ponavadi vsak dan. Preberem kakšno dobro knjigo in časopis preberem vsak dan. Rešujem tudi suduku, da malo migam možgane. Urejam vrtiček, ki ga imam. Pa potem še vsa ta dnevna opravila, od pranja perila do pomivanja posode. Proti večeru grem ponavadi na Rožnik

18. S katerimi dejavnostmi se ukvarjate v prostem času?

Z vrtičkanjem, pa vnuke imam v varstvu, da mladi mal počijejo. Potem se rada sprehajam in hodim na izlete na hribčke okoli Ljubljane, družim se s prijatelji.

OSEBA D: Cvetka

1. Zakaj ste se odločili za vpis na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Ja, po upokojitvi želim ostati čila in zdrava, tako telesno kot umsko. Zato plavam, hodim na jogo in aerobiko, se učim italijanskega jezika, utrjujem francoskega in hodim na slovensko ljudsko izročilo. Sem kar aktivna. (smeh)

2. Ali vam je kdo predlagal, da ste se vključili v univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Ja, moja nekdanja direktorica. Hodi že odkar je upokojena na tuj jezik in umetnostno zgodovino.

3. Ali se ta oseba še vedno izobražuje?

Ja še vedno ja.

4. Kako se razumete z ostalimi udeleženci izobraževanja?

Dekleta... hecno se sliši, ampak, ko si spet v šolskih klopih leta odpadejo. Se družimo tudi po srečanjih v šoli. Seveda, se dobro razumemo.

5. Ali z njimi dobro sodelujete v okviru študija?

Mislím, da, tudi na predavanjih dobro sodelujemo. Vedno bolj, se mi zdi.

6. Ali se v razredu s kom še posebej dobro razumete?

Vse se zelo dobro razumemo. Naša skupina je zelo homogena.

7. Ali so te osebe tudi vaši prijatelji?

Jaz jih smatram kot prijatelje. Mislím, da enako mislijo tudi one.

8. Zakaj se z njimi dobro razumete?

Razumemo se super, ne le dobro. Verjetno, ker nas enake stvari zanimajo, pa se pogovarjamo o tem in onem. Vedno je precej živahno, ko se dobimo.

9. Na kakšen način se družite z njimi? Samo v šoli ali tudi v prostem času?

Po srečanjih sledi vedno druženje ob kavi, to se lahko zavleče tudi za uro in več. Gremo na kakšno razstavo ali v muzej. Pa na kakšne predstave hodimo skupaj, če je možno, no, če imamo čas.

10. Kaj ponavadi skupaj počnete?

Kofetkamo in čvekamo o vsem mogočem, pa še najmanj o zdravju, veste, kot bi od priletnih gospa pričakovali.

11. Ali se z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh?
Osebne zadeve se tudi pogovarjamo. Ne vedno, če koga kaj teži.

12. Koliko vam pomenijo te osebe?

Znanke postajajo prijateljice. Lahko rečem, da mi pomenijo vedno več.

13. Ali bi se, oziroma ste se že kdaj obrnili na kakšno sošolk za nasvet ali pomoč pri recimo gospodinjskih opravilih in podobno Ali se je kdo obrnil na vas za takšno pomoč?

Če štejejo kuharski nasveti, si dobre kar izmenjujemo, pa tudi pokušine imamo potem v skupini. Pa takrat, ko sem si zlomila nogo, sem mogla biti doma več kot mesec dni. In smo se s sošolkami namesto v šoli, enkrat dobile kar pri meni doma. Ne veste, koliko take malenkosti pomenijo.

14. Ste kdaj prosili sošolko ali pa bi jo prosili za nasvet, recimo ob kakšni življenjski krizi na primer smrt bližnjega, ločitev, težave v družini? Ali je vas kdo prosil za nasvet?

Za enkrat takega primera še nismo imele. Kdo ve, kaj bo prinesel čas. Mislim, da bi si pri osebnih težavah med seboj že kako pomagale.

15. Prosim, zamislite si vaš tipičen dan in ga opišite.

Po zdravem zajtrku s kosmiči z možem pokofetkava in prebereva vsak svoj časopis. Če ni predavanj sledi pospravljanje in delo na vrtu, če je treba grem nakupit živila za kosilo, potem skuham, z možem jeva in potem malo pospravim po kuhinji. Popoldan se učim jezik ali pa berem. Zvečer dostikrat plavam ali grem na aerobiko ali jogo, če ne pa grem na sprehod, preberem kakšno knjigo. Povečerjam lahko hrano potem pa malo gledam televizijo in grem spat. Dan mi hitro mine.

16. S katerimi dejavnostmi se ukvarjate v prostem času?

Ukvarjam se z rožami, berem, se sprehajam, hribolazim, plavam, pozimi tečem na smučkah... Izgleda zelo aktivno življenje, ampak je še dovolj časa za druženje z bivšimi sodelavci, pa s prijatelji iz mladosti in podobno. Kljub vsemu, veste, službe ni več in če si navajen vstajati med šesto in sedmo zjutraj, tudi zdaj ne gre drugače. Vnukov pa še nimava, tako da imava veliko časa zase. Poleti zelo rada potujeva po svetu, sama si organizirava pot za dva ali tri tedne in spoznavava tuje kulture.

OSEBA E: Anica

1. Zakaj ste se odločili za vpis na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Še ko sem hodila v službo, sem sklenila, da se bom vpisala na univerzo za tretje življenjsko obdobje in tako študirala tematiko, ki me zanima. Ko sem bila še v službi, za to ni bilo časa.

2. Ali vam je kdo predlagal, da ste se vključili na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Veliko mojih znank in znancev študira na univerzi za tretje življenjsko obdobje. Za prvo vključitev me je pa nagovorila bivša sodelavka.

2/a. Kakšni so bili odzivi bližnjih glede vašega vpisa?

V glavnem je bilo v smislu, da je prav da ohranim stik z družbo, se družim z ljudmi mojih let, da lahko z njimi razpravljam o aktualnih dogodkih in se ukvarjam s konjički, za katere prej nikoli ni bilo časa.

3. Ali se ta oseba, ki vam je predlagala vključitev v univerzo za tretje življenjsko obdobje tudi izobražuje?

Tudi, tudi... še vedno.

4. Kako se razumete z ostalimi udeleženci izobraževanja?

V eni skupini so medsebojni odnosi naravnost zgledni, v drugi pa bolj formalni.

4/a V katero skupino spadate vi? V tisto, ki je zgolj formalna ali tisto, ki je naravnost zgledna

Aha sama spadam v obe skupini. Na predavanjih zgodovine je skupina zgolj formalna, a z veseljem opažam, da so se naši odnosi začeli izboljševati. Pri gospe Dušici je pa skupina naravnost zgledna.

5. Ali z njimi dobro sodelujete v okviru študija?

Mislím, da sodelujemo zelo dobro.

6. Ali se v razredu s kom še posebej dobro razumete?

V bistvu ja.

7. Ali so te osebe tudi vaši prijatelji?

Niti ne. Se dobro razumemo tudi z ostalimi.

8. Zakaj se z njimi dobro razumete?

Imamo sličen pogled na družbeno dogajanje, imamo konstruktivne debate in si izmenjujemo nekatere potrebne informacije.

9. Na kakšen način se družite z njimi?

Predvsem v šoli. V prostem času pa dostikrat gremo na kavo in hodimo skupaj na izlete.

10. Kaj ponavadi skupaj počnete?

Veliko se pogovarjamo o vsakdanjih stvareh, si povemo kaj je novega. Tudi kakšen nasvet si izmenjamo.

11. Ali se z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh?

O osebnih stvareh se tudi pogovarjamo, ja.

12. Koliko vam pomenijo te osebe?

Kar precej. Mnogo več kot samo sošolka ali znanka.

13. Ali bi ste se že kdaj obrnili na kakšno sošolko za kakršenkoli nasvet ali pomoč pri gospodinjskih opravilih, posojanju orodja ali pomoč na vrtu?

Vsi smo odprti za dajanje in sprejemanje nasvetov. Večkrat smo si med seboj že pomagale z nasveti in podobno. A če katera manjka pri pouku se potem slišimo po telefonu in si vse povemo. Tudi jaz sem že povprašala za nasvet, predvsem sem prosila za nasvete glede knjig, pa za recepte kadar mi zmanjka idej za kuhanje. Pa tudi za kakšen bolj tehničen nasvet glede telefona, tega prenosnega mobilnika. Sošolki sem tudi pomagala urediti vrt pomladi.

14. Je kdo vas povprašal za nasvet ali kakšno pomoč?

Mene pa so prosili, ja, da prinesem zdravila iz tujine, ker jih tukaj ni za dobit. Saj dosti potujem.

15. Ste kdaj poprosili za nasvet ali pa bi ga, recimo ob kakšni življenjski krizi smrt bližnjega, ločitev, težave v družini? Ali je vas kdo prosil za nasvet?

Že me je nekdo prosil za nasvet, vendar sem bila z njim povezana že od prej.

16. Prosim zamislite si vaš tipičen dan in ga opišite.

Vstanem okrog sedmih zjutraj, po jutranji toaleti si pripravim zajtrk in preberem novice. Grem po dnevnih nakupih, pospravim stanovanje, nato sledi delo na vrtu ali pa gospodinjska opravila kot je šivanje, likanje, dvakrat na teden pa šola. Kadar šola odpade potem kar nekaj manjka če razumete. Potem ni obveznosti. No preden pripravim kosilo še preberem tednike in rešujem križanke. Po kosilu pišem pisma in berem knjige, grem

tudi na kratek sprehod. Sledi še lahek prigrizek, nato pa gledam televizijo, se ukvarjam z internetom, elektronsko pošto in pišem razne stvari, kratke sestavke, poslušam glasbo. Pogosto se zvečer dobimo s sosedi, da se malo naklepetamo.

17. S katerimi dejavnostmi se ukvarjate v prostem času?

Predvsem veliko pišem in berem, hodim na krajše izlete in potovanja.

OSEBA F: Darinka

1. Zakaj ste se odločili za vpis na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Ja tako..., vedno sem se zanimala za jezike, zgodovino pa etnologijo. Ampak služba in domača opravila vzamejo človeku toliko časa in energije, da ni bilo nikoli časa za take reči. No, saj sem se malo bala, kaj bom v penziji z vsem časom, ki ga prej nisem imela. Potem sem slišala od kolegice za izobraževanja za starejše in sem tako načrtovala vpis.

2. Ali vam je kdo predlagal, da ste se vključili na univerzo za tretje življenjsko obdobje?

Ta kolegica me je spodbudila in sem ji še danes zelo hvaležna.

3. Se je potem vaša prijateljica tudi vključila v krožek?

Seveda, samo skupaj imava samo izročilo. Jaz grem še na angleščino ona pa hodi na računalništvo.

4. Kako se razumete z ostalimi udeleženci izobraževanja?

Se mi zdi, da zmeraj boljše. Gremo tudi na kavo po krožku. Če ne bi bilo prijetno verjetno, ne bi hodila (smeh)..

5. Ali tudi v okviru študija dobro sodelujete?

Ja, če katera česa ne ve.

6. Ali se v razredu s kom še posebej dobro razumete?

Se kar razumemo. Eni se malo nazaj držijo. No, s parimi pa smo si bolj blizu ja.

7. Ali so te osebe tudi vaši prijatelji?

Nekaj jih je, hmm... sodelavka in še ene par. Saj se kar precej družimo skupaj.

8. Zakaj se z njimi dobro razumete?

Iste stvari nas zanimajo. Zelo podobno mislimo, vse imamo vnuke in otroke, tako da se vedno najde tema za klepet. Rekla bi, da smo si podobne.

9. Na kakšen način se družite z njimi? Ali se družite samo v šoli ali tudi v prostem času?

Precej smo skupaj, tudi izven šole.

10. Kaj ponavadi skupaj počnete?

Gremo na kavico. Včasih, če je lepo vreme, gremo na Rožnik, pa na kakšno prireditev.

11. Koliko vam pomenijo te osebe?

Veliko. Ker smo dosti skupaj in se kar veliko pomenimo.

12. Ali se z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh?

Ja, z enim se tudi. Saj smo prijateljice, smo si kar blizu.

13. Ali ste se že kdaj obrnili na kakšno sošolko za kakršenkoli nasvet ali pomoč pri gospodinjskih opravilih, posojanju orodja, pomoč na vrtu... Ali se je kdo obrnil na vas za takšno pomoč?

Hmm... sem šla eni pomagat malo okoli vrta, večkrat. Si pomagamo tudi z nasveti, največ o kuhanju, vse rade kuhamo. Pa glede vnučkov si kaj povemo. Take vsakdanje stvari, kaj je katera od nas brala, mogoče spekla, kuhala..take stvari.

14. Ste kdaj prosili sošolko, ki vam je še posebej blizu za kakšen nasvet,recimo ob kakšni življenjski krizi smrti bližnjega, ločitvi, težavah v družini? Ali je kdo vas prosil za nasvet?

Ja, k sreči ni imela še nobena takih problemov. Bi si pa verjetno pomagale med sabo če bi prišlo do česa takega.

15. Prosim zamislite si vaš tipičen dan in ga opišite.

Oh, zjutraj se še kar zbudim zgodaj. Naredim zajtrk in skuham kavo. Malo pospravim po stanovanju. Če je treba grem na trg in po kar se rabi, včasih gre z mano mož. Skuham kosilo in preberem kakšen časopis. Kdaj pa kdaj čuvam vnučka, grem na sprehod ali na kavico s prijateljico. Zvečer pa gledam televizijo ali kaj preberem.

16. S katerimi dejavnostmi se ukvarjate v prostem času?

Dosti se družim z ostalimi. Rada grem v naravo na sprehod, pa na kakšen bližnji izlet. Z možem rada kartava, če je slabo vreme. Včasih grem v knjižnico in si izberem kakšno knjigo.