

**UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

Karin Sulič

Upokojitev in osebna omrežja

Diplomsko delo

Ljubljana, 2009

**UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

Karin Sulič

Mentorica: izr. prof. dr. Tina Kogovšek

Somentorica: izr. prof. dr. Valentina Hlebec

Upokojitev in osebna omrežja

Diplomsko delo

Ljubljana, 2009

Zahvala

Iskreno se zahvaljujem mentorici izr. prof. dr. Tini Kogovšek in somentorici izr. prof. dr. Valentini Hlebec za strokovno pomoč in vzpodbudo pri izdelavi diplomskega dela. Posebna zahvala tudi vsem, ki ste na kakršen koli način prispevali do uspešnega zaključka mojega študija.



IZJAVA O AVTORSTVU diplomskega dela

Spodaj podpisani/-a KARIN SULIČ, z vpisno številko 21018591,
sem avtor/-ica diplomskega dela z naslovom: UPOKOJITEV IN OSEBNA
OMREŽJA

S svojim podpisom zagotavljam, da:

- je predloženo diplomsko delo izključno rezultat mojega lastnega raziskovalnega dela;
- sem poskrbel/-a, da so dela in mnenja drugih avtorjev oz. avtoric, ki jih uporabljam v predloženem delu, navedena oz. citirana v skladu s fakultetnimi navodili;
- sem poskrbel/-a, da so vsa dela in mnenja drugih avtorjev oz. avtoric navedena v seznamu virov, ki je sestavni element predloženega dela in je zapisan v skladu s fakultetnimi navodili;
- sem pridobil/-a vsa dovoljenja za uporabo avtorskih del, ki so v celoti prenesena v predloženo delo in sem to tudi jasno zapisal/-a v predloženem delu;
- se zavedam, da je plagiatorstvo – predstavljanje tujih del, bodisi v obliki citata bodisi v obliki skoraj dobesednega parafraziranja bodisi v grafični obliki, s katerim so tuje misli oz. ideje predstavljene kot moje lastne – kaznivo po zakonu (Zakon o avtorstvu in sorodnih pravicah, Uradni list RS št. 21/95), prekršek pa podleže tudi ukrepom Fakultete za družbene vede v skladu z njenimi pravili;
- se zavedam posledic, ki jih dokazano plagiatorstvo lahko predstavlja za predloženo delo in za moj status na Fakulteti za družbene vede;
- je elektronska oblika identična s tiskano obliko diplomskega dela ter soglašam z objavo diplomskega dela v zbirki »Dela FDV«;
- je diplomsko delo lektorirano in urejeno skladno s fakultetnim Pravilnikom o diplomskem delu.

V Ljubljani, dne 26. oktober 2009

Podpis avtorja/-ice: Karin Sulič

Upokojitev in osebna omrežja

Slovenija se srečuje s procesom staranja prebivalstva. To pomeni povečanje števila prebivalstva, starega nad 65 let, še posebej pa tistih, starih 80 in več let. Zaradi podaljševanja življenjske dobe je to obdobje pridobilo poseben pomen. Starejši dobi vzdevek »starostnik«, ko se upokoji in se zaradi tega mora posameznik pripraviti na staranje oziroma na upokojitev pravočasno. Slednja predstavlja pomembno prelomnico v življenjskem poteku posameznika. Priprava na upokojitev je vzdrževanje občutka osebne sreče, ki nam omogoča daljše in kakovostnejše življenje. Eden izmed načinov je primerno socialno omrežje in s tem zagotavljanje večrazsežnostne socialne opore. V nalogi se osredotočam na to, kako upokojitev vpliva na omrežje posameznika, če živi v veččlanski družini. Ugotoviti želim vlogo družine, prijateljev in sosedov ter kakšna je vloga sodelavcev. Pri ugotavljanju slednjega je potrebno upoštevati celotni življenjski potek, saj razvoj posameznika poteka skozi celo življenje. Ugotovitve sem pridobila na osnovi kombinacije kvalitativne in kvantitativne analize z vprašalniki ter s polstrukturiranimi intervjuji; slednje sem primerjala z obstoječimi raziskavami.

Ključne besede: starejši, upokojitev, socialna omrežja, socialna opora, življenjski potek.

Retirement and personal networks

Slovenia is facing the aging process and this represents an increase of population over 65 and especially those aged 80 years or more. The long life expectancy has given special significance. The elderly become such when they retire, and an individual should prepare for aging and retirement on time. The latter represents a significant turning point in the life course of individual. Preparing for retirement means maintaining sense of personal happiness, which allows us longer and better life quality. One way to do so is to have appropriate social network and with this, the provision of multi-dimensional social supports. In my thesis I concentrate on how retirement, if living in multi-family impact the personal network. With this I would like to determine the role of family, friends and neighbors, and what the role of co-workers is. Does this require any change? In determining this, the entire life course, as personal development take place thought life, is taken into account. The findings in my thesis are obtained by combination of qualitative and quantitative analysis of questionnaires and semi-structured interviews and their comparison with the existing research.

Key words: elderly, retirement, social networks, social support, life course

KAZALO

1 UVOD.....	7
1.1 Struktura diplomskega dela	8
2 STRUKTURA VSAKDANJEGA SVETA IN VSAKDANJEGA ŽIVLJENJA.....	10
2.1 Horizontalna in vertikalna dimenzija vsakdanjega življenja.....	11
3 ŽIVLJENJSKI POTEK	13
3.1 Stanja	14
3.2 Mavrica življenjskih vlog	17
3.3 Življenjski prostor.....	19
4 OBLIKE ŽIVLJENJSKEGA POTEKA.....	21
4.1 V naprej določene spremembe	21
4.2 Stabilna usmerjenost razvoja	22
4.3 Naključne spremembe vplivanja na razvoj.....	24
4.4. Tipi vplivov na življenjski proces	25
5 ŽIVLJENJSKI DOGODKI	26
5.1 Klasifikacija življenjskih dogodkov	27
5.2 Obvladovanje življenjskih dogodkov	28
6 UPOKOJITEV.....	30
7 SOCIALNA OMREŽJA	32
7.1 Definicija omrežja	32
7.3 Definicija socialne opore	36
7.4 Oblike socialne opore	38
7.5 Razsežnosti socialne opore.....	39
8 SOCIALNA OMREŽJA STAROSTNIKOV.....	41
9 OPREDELITEV PROBLEMA	43
10 METODOLOŠKI PRISTOP	44
11 PREDSTAVITEV EMPIRIČNEGA DELA	45
11.1 Opis vzorca.....	45
11.2 Značilnosti omrežij	46
11.3 Velikost omrežij	46
11.4 Sestava omrežij.....	47
12 INTERVJUJI	49

12.1 Vloga sodelavcev.....	49
12.2 Vloga družine	51
12.3 Vloga sosedov.....	52
12.4 Splošno počutje.....	53
13 ZAKLJUČEK.....	54
14 LITERATURA	56
15 PRILOGE	59
PRILOGA A: Vprašalnik o socialnih omrežjih.....	59
PRILOGA B: Prepis intervjujev z zaposlenimi in upokojenimi	69

KAZALO SLIK

Slika 3.1: Mavrica življenjskih vlog.....	18
Slika 3.2: Bronfenbrennerjev model okolja.....	20
Slika 7.1: Teoretični model socialne opore	34

1 UVOD

Človeško življenje se prične z rojstvom in konča s smrtjo. Skozi življenje naletimo na številna obdobja, ki zaznamujejo naše življenje. Ena pomembnih prelomnic je upokojitvev. Prehod iz enega v drugo obdobje povzroča spremembe na več področjih. V preteklosti je veljalo pravilo, da se z zaposlitvijo človekov razvoj zaključi. Raziskave kažejo, da sta kognitivni in socialni razvoj vseživljenjska ter pričakujemo spremembe do smrti posameznika (Baltes 1987). Z upokojitvijo se spremeni tudi socialni življenjski ritem in s tem se zgodi sprememba v socialnem omrežju (Köller 2005). Človek deluje na osnovi ritma in s pomočjo le-tega se oblikuje tudi njegovo socialno življenje. Šola in zaposlitev najbolj vplivata na sestavo socialnega življenjskega ritma (Hojnik-Zupanc 1999, 7). Hojnik-Zupanc (prav tam) pravi, da »ritmičnost socialnega življenja določa človekovo notranjo varnost, ki je eden od osnovnih občutkov, potrebnih za samostojno življenje«. Te spremembe ne nastanejo čez noč, ampak zahtevajo veliko časa. Lahko rečemo, da že celotno življenjsko obdobje pred upokojitvijo določa naše življenje po upokojitvi (Köller 2005). Heinz (1995 v Köller 2005, 5) trdi, da sta časovno usklajevanje in spopadanje z upokojitvijo povezana s celotno delavno biografijo posameznika. Torej je zaposlitvena socializacija vseživljenjski projekt, ki se prične pred službo in se ne konča z upokojitvijo.

V diplomski nalogi želim pokazati spremembe, ki nastanejo v socialnem omrežju v obdobju upokojitve, pri čemer posameznik živi v razširjeni družini. Osredotočam se na vlogo družine, prijateljev, sosedov in sodelavcev ter na spremembo vloge le-teh. Raziskave kažejo, da mladi upokojenci pogrešajo sodelavce. Torej je socialna dimenzija življenja zmanjšana in njena vloga je pri posameznikovem življenju zelo pomembna oziroma lahko rečemo, da je enakovredna npr. telesni aktivnosti. Zato upokojenci največ časa preživijo z lastno družino, kot so partner, otrok, vnuk. Družina omogoča starejšemu posamezniku socialni stik in daje občutek potrebe. Torej, da lastna družina potrebuje starejšega posameznika, lahko je to varstvo vnukov ali kaj podobnega. Kljub temu, da ima posameznik primerno omrežje, se lahko počuti osamljenega (Hojnik-Zupanc 1999, 8–10). V diplomski nalogi me zanima, kaj člani omrežja pomenijo posamezniku in kako le-ti vplivajo nanj, ali mu spremenijo kakovost življenja.

Na osnovi koncepta vseživljenjskega razvoja preučujem socialno omrežje posameznika. Omrežje je vseživljenjski konstrukt, pri čemer posameznik v različnih življenjskih obdobjih zavzame različne socializacijske vloge in posledično se preoblikuje njegovo socialno omrežje. Znotraj omenjenega koncepta je poudarjen model recipročnega vplivanja med okoljem in posameznikom. Nujna je hkratna analiza tako posameznika kot okolja, saj posamična analiza ni možna. Spreminjajoči se organizem se postavlja v spreminjajoči se kontekst. Pri analizi omrežja je potrebno upoštevati tudi socialne in družbene dejavnike. Razvojne smeri so socialno in družbeno opredeljene (Sugarman 1986). Razvoj je tudi večdimenzionalen in večsmeren. Večdimenzionalnost razvoja se nanaša na posamezne dimenzije razvoja. Večsmeren razvoj pomeni spremembe na celotni razvojni poti in vpliva na spremembe znotraj posameznega področja razvoja (Klemenčič 2006, 470).

1.1 Struktura diplomskega dela

Diplomsko delo je razdeljeno na poglavja; v drugem poglavju pričnem z definicijo vsakdanjega življenja in sveta. Vsakdanji svet je prostor, v katerem živimo in del tega je vsakdanje življenje. V tem poglavju obrazložim strukturo in dimenzije vsakdanjega življenja. Dimenziji sta vertikalna in horizontalna. Horizontalna dimenzija predstavlja kroženje skozi različne družbene vloge, vertikalna dimenzija predstavlja kroženje skozi različna življenjska obdobja. V tretjem poglavju sledi razlaga življenjskega poteka, ki je opisan kot razvoj in stalen proces. Razvoj pomeni prehajanje iz enega v drugo obdobje. S primerom navedem horizontalno in vertikalno dimenzijo. Slednje je tudi temelj nadaljnjega raziskovanja. Četrto poglavje je namenjeno oblikam življenjskega poteka. Potek je sestavljen iz določenih faz. Nastopijo določene spremembe, ki so že v naprej določene, sledi stabilizacija, kjer se uravnoteži nastalo novo stanje in nenazadnje lahko nastopijo še naključne spremembe, katere niso predvidljive in v naprej napovedljive. V petem poglavju opišem življenjske dogodke, kaj slednji pomenijo posamezniku in kako vplivajo na življenjski potek posameznika. Opišem tudi, kako posameznik obvladuje življenjske dogodke. V naslednjem, šestem poglavju, posebej opišem pomemben dogodek, kot je upokožitev. Tukaj nastopi pomemben prelom v organizaciji

človekovega življenja, saj posameznik zaključi z delom ali uradno zaposlitvijo in vstopi v novo življenjsko obdobje. Starejšo osebo čaka preoblikovanje socialnega omrežja. V sedmem poglavju opišem pojem socialnega omrežja. V nadaljnjem, osmem poglavju opišem značilnosti socialnega omrežja starejših. V devetem poglavju opredelim raziskovalna vprašanja. V desetem poglavju opišem uporabljeno raziskovalno metodo. V dvanajstem poglavju analiziram ugotovitve. V trinajstem poglavju pa povzamem ugotovitve.

2 STRUKTURA VSAKDANJEGA SVETA IN VSAKDANJEGA ŽIVLJENJA

Vsakdanji svet je prostor, v katerem živimo. Vsakdanje življenje je za nas aktualno in prisotno ter smo zanj odgovorni. Je doživljena, osrečujoča, izzivalna in obremenilna sedanjost. Določajo ga naša dejanja in dejanja soljudi. Zato je pri razlagi določenega početja posameznika nujno poznavanje življenja, v katerem je dnevno prisoten (Ule 1993, 24).

Mirjana Nastran-Ule (1993, 23–25) opredeli vsakdanji svet kot:

- ***neposredno naravno in družbeno okolico posameznika***, ki je relativno konstantna v določenem časovnem obdobju. Skrajni časovni horizont vsakdanjega sveta za posameznika je življenjska doba posameznika. V tem svetu se posamezniki prepoznavajo kot relativno zanesljivi subjekti svojih dejavnosti;
- ***življenjski svet*** je pojem, ki izhaja iz fenomenologije in označuje epistemološki status vsakdanjega sveta, namreč s pomeni in smisli nabite realnosti.

Vsakdanje življenje se obravnava s pomočjo teorije socialnega konstruktivizma, ki se navezuje na več teorij, in sicer na Husserlovo ter Schützovo fenomenologijo življenjskega sveta, na simbolični interakcionizem, na Wittgensteinovo teorijo običajne govorice ter na poststrukturalistične teorije diskurza. S pomočjo omenjenih teorij se poskuša dokazati, kako se objekti in strukture vsakdanjega sveta ter subjektivne strukture posameznikov vzporedno oblikujejo s pomočjo komunikacije in medsebojnega razumevanja ljudi v socialnih situacijah (Ule 1993, 17–18).

Schütz (Luckmann in Schütz v Ule 1993, 18) opredeli vsakdanji svet:

Kot tisto področje dejanskosti, v katero se človek vedno znova in neizogibno vrača. Vsakodnevni življenjski svet je področje dejanskosti, v katero človek lahko poseže in jo spreminja s tem, ko v njej deluje s svojim telesom. Hkrati predmeti in dogodki, ki jih človek najde v tej realnosti, vključno z delovanji in rezultati delovanj drugih ljudi, omejujejo njegove svobodne možnosti delovanja. Nasproti mu postavljajo tako odpore, ki jih lahko preseže, kot tudi nepremostljive ovire. Naš vsakodnevni življenjski svet razumemo kot tisto področje realnosti, ki ga

budni in normalni odrasli človek najde v zdravorazumski človeški naravnosti kot preprosto dano.

2.1 Horizontalna in vertikalna dimenzija vsakdanjega življenja

Vsakdanje življenje je ciklično oziroma ponavljajoče se ter tudi linearno. Ta cikličnost se kaže v treh oblikah kroženja, in sicer v naravnih, družbenih ter psihosocialnih ciklih ali ritmih. Naravni cikel se kaže v izmenjavi dneva in noči, zaporedju letnih časih ipd. Družbene oblike kroženja pomenijo cikel družbenega življenja ljudi, kjer poteka kroženje produkcije dobrin in blaga. Posamezniki imajo skozi življenje različne dejavnosti oziroma obveznosti, katere ponavljajo dan za dnem. Zadnja oblika kroženja je psihosocialni cikel, kateri predstavlja obnavljanje človeškega življenja in osebnosti. Vsakodnevno, v različnih delih dneva se izmenjujejo stopnje psihofizične sposobnosti (Ule 1993, 55).

Linearni potek vsakdanjega življenja predstavlja biografski razvoj posameznika skozi čas od rojstva do smrti posameznika in skozi različna življenjska obdobja (Ule 1993, 57).

Vsakdanje življenje se deli na osnovi cikličnega in linearnega poteka na dve dimenziji, in sicer (Ule 1993, 58):

- **horizontalna dimenzija:** je kroženje posameznika skozi različne družbene vloge in področja dejavnosti, ki se vsakodnevno ponavlja (vsakodnevni cikel dejavnosti odraslega človeka obsega npr. naslednje zaporedje dejavnosti: delo – opravki v raznih javnih institucijah – nakupi – počitek – zabava v prostem času – družinske dejavnosti – priprava na delo ...);
- **vertikalna dimenzija:** časovni razvoj dejavnosti in posameznika skozi različna življenjska obdobja.

Celotni življenjski potek glede na zgoraj opisani dimenziji je kot spirala, kjer vključuje hkrati horizontalno in vertikalno dimenzijo. Glede na horizontalno dimenzijo je

dogodek ponovljiv. Posameznik ima določena znanja, pravila obnašanja, s katerimi obvladuje situacijo. Glede na vertikalno dimenzijo je dogodek nov in predstavlja posamezniku izziv ter ga posledično motivira k novemu ravnanju. Reševanje izziva predstavlja posamezniku razvoj osebnosti (Ule 1993, 58–59).

3 ŽIVLJENJSKI POTEK

V prejšnjem poglavju smo predstavili vsakdanji svet in kako je le-ta sestavljen. Ugotovili smo, da obstaja življenjski potek, ki se začne z rojstvom in konča s smrtjo. Slednjega je potrebno analizirati na osnovi dveh dimenzij, in sicer na osnovi horizontalne dimenzije, kar predstavlja kroženje skozi različne vloge, ter na osnovi vertikalne dimenzije, ki predstavlja časovni razvoj.

Leoni Sugarman (1986, 2) definira formalno definicijo življenjskega poteka (ang. life span development) kot »zaporedje dogodkov in izkušenj od rojstva do smrti ter kot verigo osebnih stanj in situacij, ki vplivajo ter so pod vplivom zaporedja teh dogodkov«.

Življenjski potek ali tudi razvoj je proces, ki je sestavljen iz sprememb, katere vodijo posameznikovo življenje iz enega *stanja* (ang. stage) v drugo. Prehodi stanj se imenujejo *tranzicije*, ki povzročajo spremembe, ki imajo lahko začasni ali dolgotrajni vpliv. V različnih obdobjih pridobi posameznik nove izkušnje in nabor le- teh privede do sprememb oziroma rasti. To spreminjanje oziroma rast doseže zaključek z zrelostjo, pri čemer se zrelost kaže s primernim vedenjem v različnih situacijah (Smith 2005). Torej, življenjski potek je razvoj, ki traja skozi celotno življenje in se konča s smrtjo (Sugarman 1986, 2).

Življenjski potek ima socializacijsko vlogo. Ta oblikuje življenjski cikel, določa smernice za individualni biografski potek, socialno uvrščanje posameznikov in posameznic. Zato ga delimo na individualno-psihološki vidik, kjer upoštevamo spremembe v posameznikovi biografski izkušnji in identiteti ter socialni integraciji skozi življenje. Makrosociološki vidik se nanaša na družbene, institucionalne strukturne spremembe v socialnem in zgodovinskem času (Ule in Kuhar 2003, 10).

Pri raziskovanju življenjskega poteka se analizira družbene vzorce posameznikove življenjske poti in njegova individualna pričakovanja, odločitve, smeri gibanja. Pri tem je potrebno upoštevati individualne življenjske poteke in biografije ter tudi družbeni kontekst in institucionalni red, ki vpliva na socialno integracijo (Ule in Kuhar 2003, 10).

»Znani nemški raziskovalec Heinz ugotavlja, da analiza življenjskih potekov ne more biti izključno individualna, niti izključno družbena analiza, ampak mora kot svoje hevristično načelo upoštevati vse ravni družbene organizacije. Življenjski poteki predstavljajo organizacijo celotnega prostora, v katerem poteka naše življenje« (prav tam).

Sugarmanova (1986, 2–4; Horvat 2003, 278–279) opredeli značilnosti življenjskega poteka na naslednji način:

- razvoj se oblikuje čez celotno življenjsko obdobje. Nima neke unikatne poti, torej ni nujno, da življenjska linija doseže vrh v neki točki in da s staranjem upada;
- razvoj nima v naprej določene oblike, je večsmeren;
- razvoj poteka na več področjih hkrati, in sicer na intelektualni, fizični, čustveni ter socialni ravni. Oblikuje se več različnih dimenzij in znotraj teh dimenzij se oblikujejo še druge;
- koncept vseživljenjskega modela temelji na modelu recipročnega modela vplivanja med okoljem in posameznikom. Torej, individualni vplivi in vplivi okolja, ki sovpadajo drug na drugega, so dejavniki razvoja. Organizem, ki se spreminja, se postavi v spreminjajoči se kontekst.

3.1 Stanja

Posameznikov razvoj na osnovi vertikalne dimenzije temelji na prehodih iz enega stanja v drugo stanje, katera so določena s starostjo. Obdobja ali stanja omogočajo posamezniku sistematično napredovanje po določenem vrstnem redu prehajanja skozi razne faze. Napredovanje poteka tako dolgo, dokler posameznik ne doseže odraslega stanja. Obdobja so zaznamovana s spremembami v posameznikovem intelektualnem in fizičnem razvoju.

Levinson (v Smith 2005) trdi, da je človeško življenje sestavljeno iz štirih zaporednih sezon, ki so sestavljene iz razvojnih obdobj. Vsako življenjsko obdobje traja približno petindvajset let.

Omenjene ere so naslednje (prav tam):

- prva era je ***otročstvo in adolescence*** (ang. childhood and adolescence), ki traja od rojstva do dvajsetega leta starosti;
- druga era je ***zgodnja odraslost*** (ang. early adulthood), ki traja od sedemnajstega leta starosti do petinštiridesetega leta. Ta era se deli naprej na obdobje ***tranzicije zgodnje odraslosti*** (ang. early adult transition), ki traja od sedemnajstega leta do dvaindvajsetega leta. Naslednje obdobje je ***vstop v odrasli svet*** (ang. entering the adult world), ki traja od dvaindvajsetega do osemindvajsetega leta. Naslednje obdobje je ***tranzicija tridesetega leta*** (ang. age thirty transition), ki traja od devetindvajsetega leta do triintridesetega, ter zadnje obdobje ***umirjanja*** (ang. settling down) od triintridesetega leta do štiridesetega leta;
- naslednja era je ***srednja odraslost*** od štiridesetega do šestdesetega leta starosti. Ta era je sestavljena iz več podobdobj – prvo je ***tranzicija srednjih let*** (ang. midlife transition) od štiridesetega do petinštiridesetega leta. Naslednje obdobje je ***vstop v srednjo odraslost*** (ang. entering middle adulthood) od petinštiridesetega leta do petdesetega leta. ***Obdobje tranzicije petdesetih let*** (ang. age fifty transition) od petdesetega leta do petinpetdesetega. Obdobje ***vrha srednje odraslosti*** (ang. culmination of middle adulthood) od petinpetdesetega do šestdesetega leta;
- zadnja era je ***pozna odraslost*** od šestdesetega leta naprej, ki ima eno obdobje ***tranzicija pozne odraslosti*** (ang. late adult transition) od šestdesetega do petinšestdesetega leta starosti.

Po Levinsonu vsaka era združuje in razlikuje življenjski značaj, tranzicije pa povzročijo spremembe v značaju, katere so zaključene v obdobju od treh do šestih let. Znotraj teh er so obdobja razvoja z različnimi nalogami (Levinson v Smith 2005).

Na osnovi horizontalne dimenzije Ramovš (2003, 65–67) ponazori šest dimenzionalni model celostne podobe človeka, za katerega velja, da je človek nedeljiva celota.

Te dimenzije so (Ramovš 2003, 65–67):

- ***biofizikalna ali telesna razsežnost***. V telesno razsežnost sodi organizem z organi in organskimi sistemi, presnova in rast, razmnoževanje, zdravljenje in celjenje. Dinamični in energetski potencial biofizikalne razsežnosti so vse organske potrebe in fizikalno-kemijske zakonitosti, ki jim je podvržen človek enako kakor vsa druga živa in neživa narava;
- ***psihična ali duševna razsežnost*** je nematerialna komunikacijska izmenjava med človekom in okoljem na temelju razvitega živčnega sistema, ki je človeku skupen. V duševno razsežnost sodi zaznavanje okolja in sebe s čutili, intelektualna predelava informacij, čustvena barva dogajanja v zavesti, spomin, navade, obnašanje; vse to na zavedni in nezavedni ravni;
- ***noogena ali duhovna razsežnost*** je človekovo dožemanje samega sebe kot osebe in njegova zavestna orientacija v ekološki celoti prostorsko-časovne stvarnosti. Njeni glavni lastnosti sta svoboda odločanja in odgovornost za svoje odločitve, kar predpostavlja zmožnost prepoznavanja več stvarnih možnosti ter vrednostno orientacijo med njimi;
- ***medčloveško družbena orientacija***. Vanjo sodijo povezave med ljudmi na ravni temeljnih odnosov in parcialnih razmerij v temeljnih človeških skupinah ter razmerja v družbi;
- ***zgodovinsko kulturna razsežnost*** obsega človekov individualni razvoj od rojstva do smrti. Ker temelji razvoj na človekovi učljivosti in ustvarjalnosti, lahko zgodovinsko kulturno razsežnost opazujemo na dejanski človekovi učljivosti in ustvarjalnosti ali pa na doseženem napredku;
- ***eksistencialna ali bivanjska razsežnost*** je človekovo spraševanje, kaj je smisel posameznega dejanja, trenutka ali situacije v okviru ekološke ali systemske celote resničnosti, njegovo iskanje smisla za daljše obdobje svojega življenja ter smisla življenja in zgodovine ter celotne stvarnosti.

3.2 Mavrica življenjskih vlog

Z upoštevanjem obeh dimenzij vsakdanjega življenja Super opiše življenjsko pot z modelom mavrice življenjskih vlog ali karier, ki je sestavljen iz ciklusa vlog, ki jih posameznik osvoji skozi lastno življenje. Posameznikovo življenje od rojstva do smrti je ponazorjeno z mavrico (Super v Sugarman 1986, 4–6).

Mavrica je sestavljena iz osmih obročev, kateri so različnih barv in vsak izmed njih predstavlja določeno vlogo, ki jo posameznik v določenem življenjskem obdobju zavzame. Posamezne vloge imajo nekaj univerzalnih in unikatnih lastnosti, vendar niso povsem univerzalne med posamezniki. Z vsako novo vlogo posameznik pridobi nove sposobnosti, lastnosti, ki so značilne za vsako vlogo. Vloge se lahko začnejo in končajo v različnih življenjskih obdobjih, z različno dolgim trajanjem. Njihovo zaporedje ni vedno enako in tudi ni nujno, da imamo srečo izkusiti vse vloge (prav tam).

Omenjene vloge so: **vloga otroka**, to je prvo obdobje v katerem otrok pridobi osnovne sposobnosti za samostojno življenje. Te sposobnosti so mišljenje, telesne spretnosti ali telesni razvoj in mentalni razvoj. Sledi socializacija posameznika v določeno kulturo. **Vloga učenca, dijaka, študenta**: v tej vlogi posameznik postopoma pridobiva novo znanje, predvsem na pomenu, kaj je znanje in številne sposobnosti, kot so marljivost, natančnost, discipliniranost, vztrajnost in podobno. **Vloga uporabnika prostega časa** je posameznik v obdobju od približno desetega leta starosti do smrti. **Vloga državljana** pomeni, da državljan ima določene pravice in dolžnosti do države, v kateri živi. **Vloga zaposlenega** nastopi takrat, ko posameznik vstopi na trg delovne sile. Predvideva se, da je posameznik zaključil šolanje in se želi zaposliti. Tako postane neodvisen in sam skrbi za preživetje z lastnimi financami. **Vloga upokojenca** nastopi takrat, ko posameznik doseže predpisano delovno dobo in starost. Tako se posameznik upokoji in to obdobje nameni predvsem samemu sebi in svojim aktivnostim. **Vloga partnerja v partnerski vezi** pomeni, da smo prejeli odločitev za novo zvezo, kjer je potrebno naučiti se življenja v dvoje. To prinaša nove vloge in odgovornosti ter zahteva višji čustveni razvoj. **Vloga gospodinje** vključuje več različnih nalog in s tem vlog. **Vloga starša**

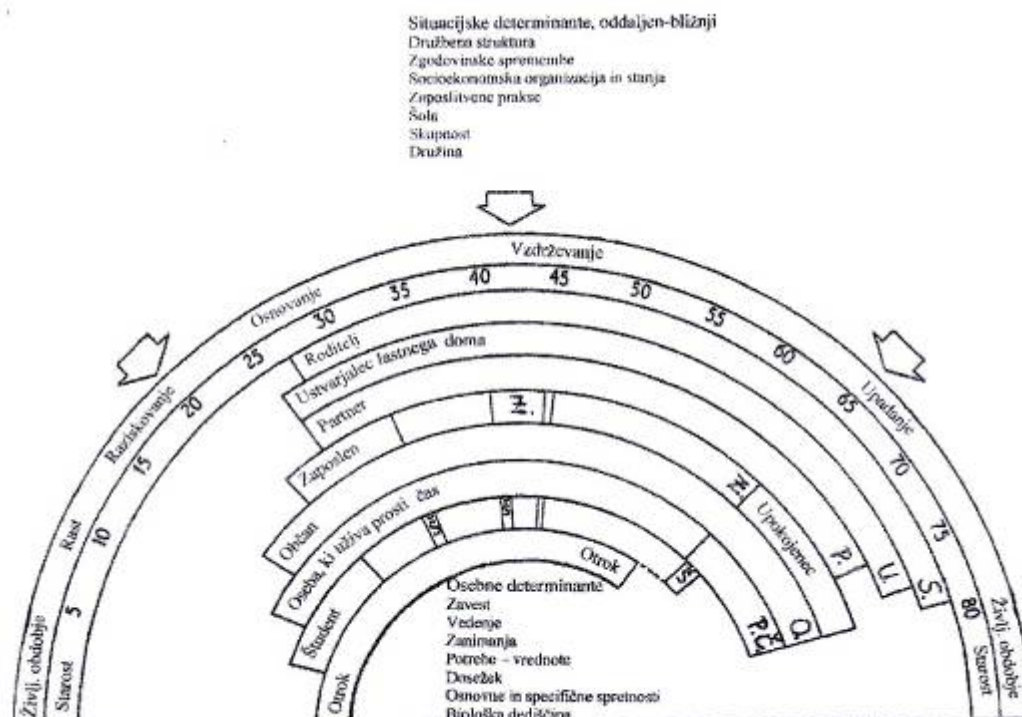
nastopi s prihodom otroka v družino. Tudi ta vloga zahteva vstop učenja nove vloge, ki vključuje oskrbo in nadaljnjo vzgojo otroka.

Celotno življenjsko dobo Super (v Sugarman 1986, 4–6) razdeli dodatno še na razna obdobja podobno, kot predhodno opisano pri Levinsonu.

Ta obdobja so:

- **obdobja rasti** – približno od rojstva do petnajstega leta starosti;
- **obdobje raziskovanja** – od približno petnajstega do petindvajsetega leta starosti;
- **obdobje ustanavljanja** – od približno petindvajsetega do triinštiridesetega leta starosti;
- **obdobje ohranjanja** – od približno triinštiridesetega do petinšestdesetega leta starosti;
- **obdobje upadanja** – od približno petinšestdesetega leta starosti do smrti.

Slika 3.1: Mavrica življenjskih vlog



Vir: Sugarman (1986, 5).

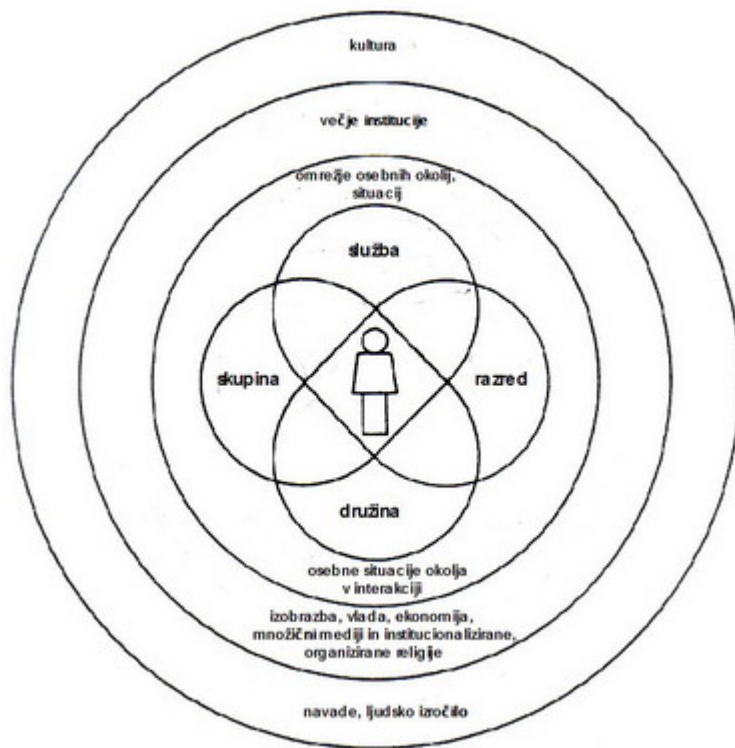
3.3 Življenjski prostor

Pri oblikovanju omenjene mavrice (glej str. 14) ne smemo pozabiti tudi na življenjski prostor (ang. life space) posameznika. Slednji je sestavljen iz dejavnikov, kateri dodatno spreminjajo posameznikovo življenje. Situacijski dejavniki so socialna struktura, zgodovinske spremembe, socialnoekonomska organizacija in okoliščine, zaposlitveni običaji, šola, skupnost, družina. Prisotne so v našem življenju, vendar mi nanje ne moremo vplivati in so neodvisne od nas samih. Med osebnostne dejavnike vplivanja pa spadajo zavest, vedenje, zanimanje oziroma interesi, vrednote, dosežki, splošne in specifične sposobnosti, biološka dediščina (Sugarman 1986, 6).

Bronfenbrenner (v Sugarman 1986, 9–12) z okoljskim modelom poudari pomen okolja pri razvoju. Razvoj posamezniku omogoča, da lahko razume svoje okolje in da tudi vpliva nanj. Razumevanje razvoja je potrebno v kontekstu. Model je sestavljen iz štirih okoljskih sistemov, kateri so postavljeni na različnih nivojih. **Mikrosistem** je sestavljen iz relacij med osebo in okoljem v kontekstu, katerega del je oseba (Bronfenbrenner v Sugarman 1986, 10–11). V omenjeno okolje spadajo družina, šola in vrstniška skupina, prijatelji, delovno mesto. **Mezosistem** je sistem mikrosistemov oziroma povezava med mikrosistemi, pri čemer so pomembne medsebojne povezave; tiste, ki vključujejo največ preoblikovanj v določenem času posameznikovega življenja. (Bronfenbrenner v Sugarman 1986, 11). Sugarman (prav tam) navaja primer interakcije osebnega življenja in službe, kadar se določeni karierni rezultati izražajo v določenem stilu socialnega življenja (tak primer je vojska) ali primer, ko gre za vprašanje otroške vzgoje in na drugi strani imamo ponudbo o novi službi, ki je na drugi lokaciji. **Eksosistem** je sistem vpliva, ki vsebuje mikrosisteme, mezosisteme in specifične socialne strukture, tako formalne kot neformalne, obkrožajo kontekste, v katerih se razvijajo osebe najdejo oziroma vidijo. Drugi ekosistemi vključujejo trg dela, vladne službe, zdravstvene službe in množične medije (Sugarman 1986, 11–12). Bronfenbrenner (Sugarman 1986, 11) trdi, da »sistem vključuje pomembnejše institucije družbe, katere so zavestno strukturirane in prostovoljno razvijane«. **Makrosistemi** so kopije mikro, mezo in eksosistemov. To so sistemi nekakšnega preskoka institucionalnih vzorcev kulture ali subkulture. So odsev vrednot in prioritet družbe. Vključujejo osnove družbenih,

ekonomskih, socialnih, izobraževalnih, pravnih in političnih sistemov. Takšni dokazi družbene kulture so preneseni kot norme in vrednote preko ekso, mezo in mikrosistemov do posameznikov in posledično vplivajo na njihova mišljenja, obnašanja ter priložnosti (Sugarman 1986, 12).

Slika 3.2: Bronfenbrennerjev model okolja



Vir: Bronfenbrenner v Sugarman (1986, 10).

4 OBLIKE ŽIVLJENJSKEGA POTEKA

Cilj posameznika je v življenju doseči stanje zrele osebnosti. Slednje lahko doseže s pomočjo procesa razvoja, kateri obsega več faz. Te spremembe, ki nastanejo skozi življenje, so **v naprej pričakovane** (ang. ordered change orientation to development), sledi **stabilizacija razvoja** (ang. the stability orientation to development), za katero se pričakuje uravnoteženje. V otroštvu nastopijo omenjene spremembe, ki so predpisane, v odraslosti pa nastopi faza stabilizacije. Tretja oblika so **naključne spremembe** (ang. the aleatory change orientation to development) (Sugarman 1986, 38).

4.1 V naprej določene spremembe

To so spremembe, ki so v naprej časovno določene. Slednje se pojavljajo ciklično, zato jih lahko v naprej napovemo (Gergen v Sugarman 1986, 38). Delimo jih v tri večje skupine, in sicer kot biološka zrelost (ang. biological maturational), sociokulturni koncept in kognitivno-strukturni koncept (Kohlberg v Sugarman 1986, 38).

Biološki razvoj je predstavljen s konceptom »razvoj – ohranjanje – upadanje«. Razvoj se zaključi približno v zgodnji odraslosti, kjer je proces stabilizacije ali upadanja že zaključen. Predstavimo ga z življenjsko linijo v obliki obrnjene črke U, pri čemer nam nagnjenost strmine pokaže stopnjo razvoja in upadanja ter obseg stabilizacijske faze prikaže dolžina vrha krivulje. Za ta model je značilna popolna neodvisnost od okolja (prav tam).

Pri sociokulturnem pogledu upoštevamo tudi vpliv kulture. Le-ta določa zaporedje pravil in nalog, katera ustrezajo določeni starosti posameznika. Dalje se koncept sociokulture deli še na dve podskupini, in sicer na **starostno določeno socialno vlogo** (ang. aged linked social role) ter na **koncept razvojnih nalog** (ang. developmental task) (prav tam). Koncept starostno določene socialne vloge pomeni, da posameznik ob določeni starosti zavzame vloge, ki so socialno zgrajene. To pomeni, da ob določeni starosti posameznik zavzame določene vloge. Tak primer je lahko znotraj družine tipično zaporedje stanj, par brez otrok, par z majhnimi otroki, par z odraslimi otroki,

stanje »praznega gnezda«, pokoj, vdovstvo. Starost posameznika določa časovne meje obdobj, da dosežemo družbeno dogovorjene vloge (prav tam).

»Havighurstova teorija razvojnih nalog opredeljuje osebnostni razvoj posameznika z opravljanjem in izpolnjevanjem različnih življenjskih nalog, ki jih družba pričakuje od slehernika« (Brečko v Horvat 2003, 287). Razvojne naloge predstavljajo, da v točno določenem obdobju življenja posameznik pridobi družbeno določene veščine. Posameznik je predstavljen kot učeči se posameznik v interakciji s prav tako dejavnim socialnim okoljem (Žorga v Horvat 2003, 288). Posledično postane posameznik srečen in uspešen (prav tam). Razvojne naloge so sestavljene iz treh vrst virov, in sicer iz fizičnega zorenja, kulturnih pritiskov (družbenih pričakovanj) ter osebnih želja in pričakovanj. Nekatere naloge lahko izvirajo iz posameznega vira, medtem ko druge izvirajo iz interakcij in kombinacije fizičnih, kulturnih ter psihosocialnih dejavnikov (Sugarman v Horvat 2003, 288; Sugarman 1986, 40).

Zadnji koncept, imenovan kognitivno-strukturni koncept, se nanaša na spremembe v strukturi. Le-te se kažejo v spremembi sposobnosti in kot posledica nastanejo novi kvalitativni vzorci, ki so različni od njenih predhodnikov v obliki ali sestavi ter po vsebini. Nove strukture nastajajo različno hitro, odvisno od kulturnih dejavnikov. Slednji pa nimajo vpliva na preoblikovanje teh struktur. Omenjena stopnja (ang. stage) je hierarhična, višje stopnje, ki so bolj napredne, integrirajo nižje stopnje v strukture. Omenjeno stopnjo si z grafom lahko predstavljamo kot »vzpenjajoče stopnice«. Vsaka stopnica predstavlja določeno stopnjo z njenimi značilnostmi. Razdalja med temi stopnicami ali stopnjami prikazuje čas tranzicije (Sugarman 1986, 40).

4.2 Stabilna usmerjenost razvoja

Glavna naloga tega koncepta je usmerjanje razvoja. Stabilnost ne pomeni nujno, da ni prisotne nikakršne spremembe. Razvojni psihologi pripišejo v naprej določene spremembe v obdobju otroštva, stabilno usmerjenost razvoja pa odraslemu obdobju posameznika. Freud ponazori slednji primer s psihoseksualnim razvojem, kateri se

oblikuje v prvih šestih letih otrokovega življenja. Prvih šest let oblikuje posameznika v kasnejšem odraslem obdobju. Glavna naloga tega koncepta je usmerjanje razvoja. Stabilizacijska faza se deli na več vrst stabilnosti, in sicer na **strukturno skladnost** (ang. structural invariance), **stopnjo skladnosti** (ang. level invariance), proces stabilnosti (ang. process stability), **ipsativno stabilnost** (ang. ipsative stability) in **usmerjevalno ali normativno stabilnost** (ang. normative stability) (Sugarman 1986, 42). Strukturna skladnost predstavlja nenehno raziskovanje iste dimenzije določenega pojava skozi čas. Koncept je kvalitativni in je dokazljiv s stalno podobnostjo. Želi se dokazati podobnost strukture skozi čas in tak primer je lahko inteligentnost ali osebnost (prav tam).

Stopnja skladnosti je kvantitativni koncept, ki se nanaša na količino pojavov skozi čas (Mortimer v Sugarman 1986, 42). Slednja pomeni na individualni stopnji konstantnost sprememb ali pa brez spremembe. Na osnovi osebnosti nas zanimajo podobnosti v strukturi in vsaka lastnost osebnosti posebej, če se slednje skozi čas spremenijo. Primer je lahko sprememba posameznikove vloge v sorodstvu, kar pomeni napredek (Sugarman 1986, 43).

Proces stabilizacije se nanaša na pravilno obliko sprememb v poteku razvoja, kjer je določena lastnost enaka med posamezniki in tako se posameznik prilagodi določenemu vzorcu. Razvoj določene lastnosti je enak za vse posameznike in se usklajuje z obstoječimi pravili. Tak primer je pri dojenčku razvoj hoje, pri čemer kaže visoko stopnjo procesa stabilizacije, ki gre skozi stopnje sedenja, plazenja, stoje in hoje (Wohlwill v Sugarman 1986, 43).

Ipsativna stabilizacija pomeni »vztrajnost hierarhičnih odnosov med komplementarnimi dispozicijami znotraj posameznika« (Kagan v Sugarman 1986, 43). To pomeni, da odraža stopnjo konstantnosti posameznikove lastnosti skozi čas. Primer je v podobnosti posameznikovega zaposlitvenega vzorca skozi čas. Pri ipsativni stabilizaciji so bile pomembne primerjave znotraj posameznika, medtem ko se normativna stabilnost nanaša na družbo. Pomembna je »konstantnost pozicij oziroma obvarovanje nekaj osebnih rangov kvalitete znotraj konstantne kohorte« (Kagan v Sugarman 1986, 43).

Glede na zgoraj opisano, osebnost posameznika delimo na značilne lastnosti, ki skozi čas ostanejo iste, in na stanja oziroma vedenje ali tranzicijske karakteristike, ki se lahko spremenijo. Posameznikovo vedenje se lahko spremeni pod raznimi vplivi okolja (Sugarman 1986, 42–44).

4.3 Naključne spremembe vplivanja na razvoj

Ugotovili smo, da na posameznikov razvoj lahko vplivajo v naprej določene determinante ter faza stabiliziranja, za katere velja, da niso odvisne od naših dejanj. V veliki meri se lahko spreminja posameznikova pot pod vplivom socialno-kulturnih dejavnikov. Ključni pomen imajo okoljski faktorji, npr. ekonomski, geografski, socialni, razredni itd. Slednji dodajo določene značilnosti posameznemu življenjskemu poteku osebe. Naključne spremembe poudarjajo, kako specifični okoljski vplivi spreminjajo potek glede na čas in kulturo (Sugarman 1986, 45).

Pri omenjenih naključnih spremembah specifični okoljski faktorji različno vplivajo na posameznika. Spremembe, ki so nastale v izobrazbi, da ima posameznik motivacijo do izobraževanja, je kot posledica dolgoletni študij in s tem kasnejši vstop na trg delovne sile. Tako se je spremenila izobraževalna in zaposlitvena struktura. Družbeni napredki, ki so se skozi zgodovino pojavljali tako z družbenimi kakor s političnimi dogodki, npr. z vojnami in ekonomsko depresijo so zaznamovali različne generacije. Zato so življenja npr. dveh zaporednih generacij lahko zelo različna in pri raziskovanju različnih sprememb je potrebno upoštevati zgodovinsko ero določene generacije (prav tam).

Omenjene dogodke posamezniki različno dojemajo glede na svojo starost. Otroci drugače razumejo vojno kot že starejši ljudje. Tudi starost, ki zaznamuje stanja, katera jih posameznik skozi življenje zavzame, postajajo vedno bolj številčna zaradi vse daljše življenjske dobe (prav tam). Posebej je potrebno poudariti, da je raziskovanje življenjskega poteka potrebno analizirati glede na določeno življenjsko obdobje.

4.4. Tipi vplivov na življenjski proces

V literaturi (Baltes in drugi v Sugarman 1986, 47) najdemo poenostavljen vzorec, kjer se upošteva hkrati predhodno opisane v naprej dane in naključne spremembe. Tako razlikujejo med **normativnimi starostnimi vplivi** (ang. normative age-graded), to so biološki in družbeni vplivi. To pomeni, da se sovpadata fizični razvoj in družbeno določen dogodek, ki se pojavi skladno z določeno starostjo. »Starostno pogojeni vplivi so determinante razvoja, ki so biološko in kulturno pogojene ter so močno povezane s starostjo posameznika. Lahko jih v naprej predvidimo in jih pričakujemo glede na posameznikovo starost. Te vplive lahko razložimo s fizičnim zorenjem in s Havighurstovo teorijo razvojnih nalog« (Horvat 2003, 285).

Pri **normativno zgodovinskih vplivih** (ang. normative history-graded) so pomembni biološki in okoljski dejavniki v določenem zgodovinskem obdobju. Zato so slednji glede na različna časovna obdobja različno porazdeljeni med dvema zaporednima generacijama (prav tam).

Nenormativni vplivi (ang. non-normative) vplivi so tisti, pri katerih posameznike ne moremo uvrstiti v nobeno od zgoraj naštetih oblik in so podobni naključni orientaciji razvoja (Sugarman 1986, 48–49). Ti vplivi so nepričakovani in nimajo nekih vzorcev, kako se odzivati nanje (Ule 1993, 122).

So biološki vplivi in vplivi okolja, ki jih v naprej ne moremo predvidevati. Lahko se pojavijo v različnih razvojnih obdobjih, v različnih kulturah in zgodovinskih trenutkih, lahko pa se pri določenih posameznikih celo sploh nikoli ne pojavijo. Sem sodijo razni pomembni življenjski (ne) dogodki, kot so: izguba službe, (ne) napredovanje v poklicu, zamenjava delovnega mesta, dolgotrajna bolezen, ločitev, diagnoza neplodnosti in podobno. Baltes poudarja, da je možno, da s časom ti nenormativni vplivi postanejo normativni (Horvat 2003, 285).

5 ŽIVLJENJSKI DOGODKI

Ule (1993, 40) trdi, da je dogodek »najpomembnejša enota vsakdanjega življenja in je za posameznika potek dejanj ter potek stvari, ki jih posameznik občuti kot enoto, do katere zavzame poseben odnos in stališča, tako da je sposoben kasneje spominsko reproducirati potek dogajanja in svojo vlogo v njem«. Dogodki so na življenjski poti posameznika zaznamovani kot tranzicijske točke. Le-te oblikujejo in usmerjajo različne vidike življenja ter predstavljajo določen dogodek, izkušnjo ali točko obrata. So tudi procesi, ki temeljijo na predhodnih dogajanjih, na času trajanja, znotraj določenih kontekstih in na posledicah (Sugarman 1986, 131).

Dogodki imajo različne pomene, ki se delijo glede na pomenljivost oziroma so razvrščeni v hierarhijo. Opredeljujejo jih tisti dogodki, ki določajo ugled in socialni položaj posameznika v določenem socialnem okolju. Predvsem so večjega pomena novi in nepričakovani dogodki, ki so polni informacij; imenujemo jih centralni dogodki v nekem življenjskem intervalu (Ule 1993, 42). »Okrog njih se zgradi mreža evaluacijskih, kognitivnih in motivacijskih zvez, zato se tudi globlje vtisnejo v spomin« (prav tam).

Pomen, ki ga pripisujejo posamezniki določenemu dogodku, služi kot vrednotenje, tolmačenje in razumevanje teh dogodkov. Slednji se med seboj tudi povezujejo. Eni dogodki postanejo del obsežnejših dogodkov in s tem se tudi njihova pomembnost vključuje v druge pomembnosti. Tako ima npr. čakanje osebe na jutranji vlak svoj pomen znotraj širšega dogodka – jutranji odhod na delo. Ta dogodek ima zopet svoj pomen znotraj začetka dela, začetek dela znotraj celodnevne dogajanja na delu in dogajanje na delu ima svoj pomen znotraj celotnega dneva. Pomeni dogodkov predstavljajo različne teme dogodkov, katere so usmerjene k cilju (Ule 1993, 42–46).

5.1 Klasifikacija življenjskih dogodkov

Življenjske dogodke, katere upoštevamo kot procese, vendar brez upoštevanja individualnih, kulturnih in zgodovinskih sprememb delimo v dve skupini, in sicer na (Danish in ostali v Sugarman 1986, 132):

- **strukturne karakteristike dogodkov** (ang. structural characteristics), za katere velja, da so dogodkovne dimenzije skupne vsem dogodkom skozi določen zgodovinski čas ali kontekst;
- **vrste dogodkov ali tudi klasifikacije dogodkov**, pri katerih nas zanimajo ena ali več strukturnih karakteristik.

Reese in Smyer sta opisala ter klasificirala dogodke s pomočjo dimenzij, ki opisujejo lastnosti dogodkov. Dimenzije razdelita na dogodke, zaznave in učinke. Dimenzija percepcije se nanaša na posameznikovo subjektivno vrednotenje ali ocenitev dogodkov. Dimenzija učinka se nanaša na posledice (Reese in Smyer v Sugarman 1986, 132).

Brim in Ryff ta model razširita. Uporabita večdimenzionalni model klasifikacije. Želita odgovore na vprašanja, kot so npr. zakaj se je določeni dogodek zgodil ravno meni, kdaj se bo določeni dogodek pojavil, ali bodo vpletene tudi druge osebe v določen dogodek, ki se mi bo pojavil. Kot odgovor na omenjena vprašanja uporabita tri ključne strukturne karakteristike vrste življenjskih dogodkov, in sicer (Brim in Ryff v Sugarman 1986, 136) :

- verjetnost, da se bo neki dogodek zgodil;
- korelacija dogodka s kronološko starostjo;
- razširjenost dogodka na eno ali več oseb.

Rees in Smyer (v Sugarman 1986, 136–140) prikažeta dvodimenzionalno klasifikacijo. Razlikujeta med štirinajstimi konteksti, ki so dodatno razdeljeni v pet nizov, ter štirimi skupinami. Te skupine so družbeno-kulturna, osebno-psihološka, biološka in fizično-okoljska skupina. Za analizo se zaradi preobsežnosti modela izbere po dva dogodka v posameznih desetih kontekstih, katere se nato uvrsti v teh deset dimenzij. Omenjeno dvodimenzionalno klasifikacijo sta uporabila z namenom raziskovanja:

- ključnosti posamezne dimenzije in povezave med samimi dimenzijami;
- raziskovanje vpliva starosti, spola, kulture in zgodovine na vrednote v različnih dimenzijah (Rees in Smyer v Sugarman 1986, 136–140).

Holmes in Rahe uporabita model klasifikacije življenjskih dogodkov z uporabo ene dimenzije, in sicer stopnje stresnosti posameznih dogodkov. V tej klasifikaciji najdemo tudi upokožitev (Holmes in Rahe v Ule 1993, 44–46).

5.2 Obvladovanje življenjskih dogodkov

Na posameznika vplivajo vsi dogodki, ki se mu zgodijo. Sprejema jih različno glede na pozitivno ali negativno usmerjenost dogodka. Kot posledica med tranzicijskimi točkami in vplivi okolja nastanejo spremembe v zaznavanju našega življenja ter nas samih. Predvsem se pojavijo spremembe v mislih, občutjih in vedenju posameznika. Med prehodi stanj je potreben tudi določen čas, ki je odvisen od posameznika. Posameznik se z določenim dogodkom lahko hitro sprijazni in nadaljuje tranzicijo ali pa je potrebno veliko časa za soočanje z določenim dogodkom (Sugarman 1986, 141–143).

Obvladovanje življenjskih dogodkov vključuje skupek interakcij med posameznikom in okoljem ter pomeni upravljanje z mislimi, občutki in z obnašanjem posameznika. Namen je zmanjševanje tako zunanjega kot notranjega pritiska. Odgovor obvladovanja življenjskih dogodkov je tudi Bronfenbrennerjev okoljski model (slednji je opisan v poglavju 3.3) (Sugarman 1986, 148).

Avtorji poudarjajo tri dimenzije obvladovanja življenjskih dogodkov, in sicer (Pearlin in Schooler v Ule 1993, 126; Pearl in Schooler v Sugarman 1986, 148):

- ***socialni viri***: socialne mreže, ki predstavljajo posamezniku oporo v kriznih situacijah, npr. družina, prijatelji, sosedge, kolegi na delu idr.;
- ***psihološki viri***: to so psihološke lastnosti, na katere se opirajo posamezniki v kriznih situacijah. Le-te so samospoštovanje, odsotnost samopodcenjevanja, občutek, da lahko upravljamo svoje življenje;

- **individualni način premagovanja težav:** zahteva specifične načine vedenja, mišljenja in zaznavanja, ki jih posamezniki uporabljajo takrat, kadar so postavljeni pred življenjske probleme.

Faltermaier ugotavlja, da je sposobnost posameznika za uspešno obvladovanje situacije odvisna tudi od življenjskega področja, ki je relevantno za neko situacijo. Delovne situacije npr. nudijo osebi drugačne možnosti za poseg v obremenilne situacije kot družinske situacije. Prve so definirane pretežno z instrumentalnimi nalogami, druge z emocionalnimi komponentami medosebnih odnosov. Raziskovanja raznih stilov obvladovalnega ravnanja so pokazala, da je le malo konstant, ki bi karakterizirale obvladovalno ravnanje pri vseh ljudeh. Večina ljudi tudi nima nobenega lastnega stila obvladovanja ravnanja, pač pa stile prilagaja trenutnim razmeram v okolju (Faltermaier v Ule 1993, 127).

6 UPOKOJITEV

Ugotovimo, da je upokojitev vseživljenjski projekt, na katerega vplivajo razni vplivi. Z normativno-zgodovinskega vidika moramo upoštevati zgodovinsko obdobje anketirancev. Današnja moderna družba se srečuje s staranjem prebivalstva. Vedno več starejših ljudi dočaka tretje življenjsko obdobje. To pomeni, da se življenjska doba povečuje (Kavčič 1963, 9). Upokojitev pomeni novo obliko družbenega življenja.

Na upokojitev ima zelo pomemben vpliv zaposlitev, saj slednjo mnogi opravljajo večji del svojega življenja. Ob enakih družbenih pogojih dela posameznik lahko delu pripisuje različen pomen (Kavčič 1963, 21).

Večji pomen ima delo kot smotrna aktivnost, ki jo pričakujemo od vseh odraslih ljudi v naši družbi. Vpliv dela sega celo preko delovnega obdobja. Če analiziramo življenjsko zgodovino posameznika, preden se vključi v produktivno prebivalstvo, bomo ugotovili, da je velik del svojega dotedanjega življenja posvetil pripravi na delo. Narava dela, način, kako ga vrši in podobno vpliva na delavca tudi izven njegovega delavnega časa. Na kratko bi lahko rekli, da vplivi dela obsegajo celotno človekovo življenje. Delo ali poklicno dejavnost lahko smatramo za os, okrog katere se organizirajo vsi ostali tipi delavčevega življenja. Uvaja ga v družbo, regulira njegove življenjske aktivnosti, fiksira njegovo pozicijo v družbi in določa tipe njegove socialne participacije ter naravo njegovih življenjskih izkušenj in je vir mnogih zadovoljstev in izkustev. V tem smislu bi lahko rekli, da ima delo določene funkcije v življenju posameznika (Kavčič 1963, 22).

Delo ima poleg ekonomske funkcije tudi vpliv na ostale življenjske aktivnosti. Delo posamezniku pripiše »etiketo«, katera označuje posameznika in mu določa določen položaj v družbi. Delo omogoča posamezniku tudi vključevanje v združenja, katera se vršijo v skupinah in posameznik se nauči vzpostavljati vezi z ostalimi ljudi, s sodelavci in s tistimi, ki so na višjem položaju, ter s tistimi, ki so na nižjem položaju od njega (Kavčič 1963, 22–23). »Delo delavcu nudi pomembne izkušnje. Je vir kontaktov z osebami, predmeti in idejami. Preko dela prihaja delavec v interakcijo z zunanjim svetom, kar vpliva nanj, spreminja njegove ideje, gradi nove koncepte in podobno« (Kavčič 1963, 23). Služba kot vir druženja pomeni oblikovati medosebne odnose izven

družine. Služba nam nudi emocionalni izhod, odtok, poleg družinskih odnosov in obogati namen medosebnih odnosov (Furnham v Köller 2005, 5).

Ko zavzamemo vlogo zaposlenega, nam služba omogoča ustvariti neki ritem (Köller 2005, 5). Delovne funkcije z upokojitvijo izgubijo na pomenu in jih zamenjajo druge aktivnosti. S pomočjo veščin in praks, ki jih je posameznik pridobil skozi zaposlitev, si posameznik skonstruira in planira vsakdanjik na novo (Kiefer v Köller 2005, 5).

Heinz (1995 v Köller 2005, 5) trdi, da je nujno upokožitev glede na čas preučevati skladno s celotno delovno dobo. Upošteva se dosežene delovne izkušnje in seveda tudi stres, ki smo ga doživeli. Vse naštetu pa nam bo služilo v obdobju pokoja in na vsakega posameznika bodo vse pridobitve vplivale različno.

7 SOCIALNA OMREŽJA

7.1 Definicija omrežja

Socialno omrežje je sestavljeno iz enot in povezav med njimi. Enote omrežja ali člani omrežja so lahko osebe, objekti, dogodki. Omrežja so lahko večja ali manjša. Za večja omrežja veljajo elite neke skupnosti, medorganizacijski sistemi, disciplinarni znanstveni sistemi in internetna omrežja. Manjša omrežja pa so šolski razred, pisarna, mladinska tolpa, šola, vas ali eksperimentalna laboratorijska skupina. Za analizo omrežij se pogosteje uporabljajo manjša omrežja. Enote so združene glede na posamezen kriterij in so medsebojno povezane z eno ali več relacij. Povezave med enotami, katere spadajo v isto skupino, vzpostavijo določno relacijo. Prav ta relacija, kot posledica omenjenih povezav med enotami, nas posebej zanima. Z vsako novo relacijo se vzpostavi novo omrežje (Hlebec in Kogovšek 2006, 9–10). Vedenje posamezne enote v omrežju lahko pojasnimo z njenim položajem v socialnem omrežju in z lastnostmi omrežja (Iglič 1988a, 82).

L. McCallister in Fisher povezavo izmenjave definirata kot medsebojno odvisnost med udeležencema, kjer dejavnost enega udeleženca neposredno vpliva na rezultate pri drugem. Izmenjujejo si lahko denar, informacije, fizično pomoč, mnenje, materialno pomoč in podobno. Pri čustvenih vezeh pa odloča sam posameznik individualno oziroma subjektivno. Pri normativnih povezavah je potrebno upoštevati celoto specifičnih, kulturno pogojenih pričakovanj, dolžnosti in pravic med pripadnikoma dveh družbenih pozicij ali socialnih vlog (L. McCallister in Fisher v Hlebec in Kogovšek 2006, 10).

Omrežja delimo na popolna in osebna ali egocentrična. Popolno omrežje je sestavljeno iz skupine enot, katere povezujejo relacije različnih vrst. Nastali odnosi ali relacije so ključni predmet opazovanja. Slednji so lahko evalvacija osebe (izraženo prijateljstvo, spoštovanje ...), pretok materialnih in nematerialnih virov (npr. poslovne transakcije, izmenjave različnih oblik socialne opore), pripadnost (npr. obisk dogodka, članstvo v

društvu), interakcija (npr. pogovarjanje), biološka relacija (npr. sorodstvene povezave) in druge (Dremelj in drugi v Novak in drugi 2004, 48).

Osebnostno ali egocentrično omrežje je sestavljeno iz ene enote, imenovane **ego**, in članov njegovega omrežja, ki jih imenujemo tudi **alterji**. Opazujemo povezavo posamezne enote ali ega z alterji v egocentričnem omrežju (prav tam).

Pri raziskovanju egocentričnih omrežij se spremenljivke določi glede na značilnosti teh omrežij. Te merjene značilnosti predstavljajo odnos med egom in njegovimi alterji ali pa značilnosti samih alterjev. Te značilnosti merjenega odnosa so vrsta odnosa med alterjem in egom, kar je lahko npr. prijatelj, oče, mama, partner itd. Naslednja značilnost je lahko pomembnost alterja za posameznika in tudi bližina med njima ipd. Predmet zanimanja pri alterjih so demografske spremenljivke, in sicer spol, starost, izobrazba ipd. Analizira se lahko tudi značilnosti samih vezi, predvsem glede moči med egovimi alterji. Lahko preučujemo tudi druge značilnosti teh vezi, na primer delež določenih vrst povezav. Takšen primer so lahko povezave sorodstvenih in prijateljskih vezi. Zanimajo nas tudi deleži določenih vrst enot v omrežju, na primer delež moških in žensk, povprečje in variabilnost določenih značilnosti (npr. pogostost stikov) ali strukturne značilnosti omrežij (npr. gostota omrežja). Le-te lahko analiziramo tudi glede na demografske in druge značilnosti enote, npr. po spolu, starosti, izobrazbi, osebnih značilnostih itd. (Hlebec in Kogovšek 2006, 13).

Za analizo osebnega socialnega omrežja je v nekaterih raziskavah v Sloveniji uporabljen vprašalnik iz ameriške nacionalne raziskave Social Networks in Adults Life. Vprašalnik je razvila Toni Antonucci in osnova tega vprašalnika je diagram, ki sta ga oblikovala Kahn in Antonucci. Ugotovila je, da je ta metoda enostavna za uporabo, učinkovita in razumljiva za anketirance. Z diagramom se zagotovi nepristranskost, ker je težko izbrati osebe, s katerimi si izmenjujemo socialno oporo. Vsakomur dopušča, da opiše osebno omrežje. Predvsem pa vprašanja ne vsiljujejo raziskovalčevih idej o omrežju (Hlebec in Kogovšek 2006, 53).

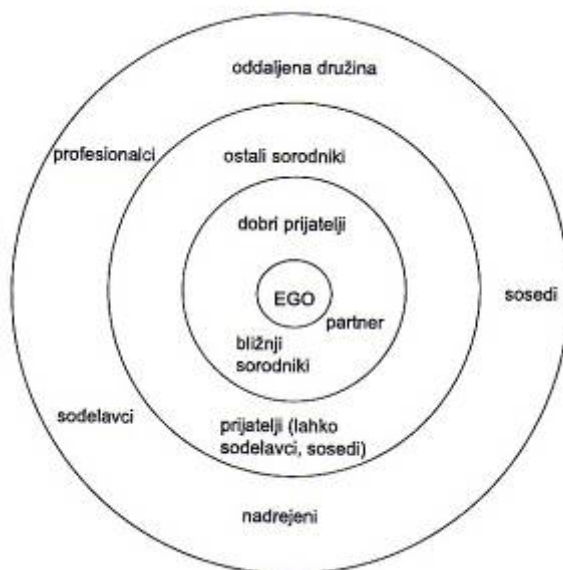
Omrežje je sestavljeno iz članov družine in prijateljev, kateri obkrožajo posameznika in mu s tem pomagajo pri uspešnem spopadanju z življenjskimi izzivi. Posameznik je z

ljudmi, kateri ga obkrožajo, povezan z izmenjavo socialne opore. To omrežje je dinamično in vseživljenjsko, torej se skozi čas in situacije lahko spreminja. Prednost tega modela je, da omogoča široko konceptualizacijo, znotraj katere se upoštevajo individualne izkušnje (Antonucci in Akiyama 1987, 519).

Diagram je sestavljen iz treh koncentričnih krogov. V sredini je posameznik ali ego in okrog njega je njegovo socialno okolje oziroma akterji. Člane osebnega omrežja posameznik izbira s pomočjo generatorjev imen. Pri Antonnuccijskem generatorju imen uporabimo le eno vprašanje, s katerim ugotovimo čustveno navezanost na posamezne člane omrežja, s katerimi je anketiranec povezan. Slednji imenuje člane in jih razvršča v posamezne kroge po kriteriju pomembnosti (Hlebec in Kogovšek 2006, 53).

Pomembnost članov je postavljena od notranjosti prvega kroga proti zunanosti oziroma proti zadnjem krogu. Najpomembnejši člani, ki so nam najbolj blizu, brez katerih si ne predstavljamo življenja, so v prvem krogu. Člani, ki so za nas prav tako pomembni, vendar manj, kot tisti v prvem krogu, so postavljeni v drugi krog. V zadnji krog pa so postavljene osebe, ki so za nas pomembne in spadajo v naše omrežje, vendar jih še nismo omenili (Hlebec in Kogovšek 2006, 13).

Slika 7.1: Teoretični model socialne opore



Vir: Kahn in Antonucci v Sugarman (1986, 11).

Empirične raziskave (K.Campbell in Lee v Hlebec in Kogovšek 2006, 54) na osnovi generatorjev so potrdile tri vrste omrežij. Slednje sta tudi Kahn in Antonucci na osnovi predhodnje omenjenega modela omrežij socialne opore pričakovala. **Emocionalno-intimno omrežje**, ki ustreza prvemu krogu omrežja. V prvem krogu ali omrežju, pri katerem se članstvo redko spreminja, so zelo tesne in stabilne vezi. Osebe v tem omrežju imajo več različnih vlog (npr. nudijo različne vrste opore). To so ponavadi partner, najbližja družina in tesni prijatelji. Slednji so posamezniku zelo blizu in so z njim tesno ter intenzivno povezani. Z njimi posameznik npr. razpravlja o osebnih problemih. Omrežje je majhno, gosto povezano, osebe pa se ponavadi tudi poznajo in družijo med sabo. **Socialno omrežje** spada k drugemu krogu omrežja, pri katerem se članstvo s časom spreminja in imajo eno ali več vlog – nudenje opore se bolj specializira. To je ponavadi razširjena družina, prijatelji, prijatelji na delovnem mestu, sosedje ipd. S temi osebami si posameznik izmenjuje usluge. Odnosi med njimi so recipročni. Velikost in sestava omrežja sta kulturno pogojeni. Njegova gostota je manjša kot pri emocionalno-intimnem omrežju. Omrežje naj bi obsegalo od deset do dvajset članov. Tretji krog omrežja imenujemo **informacijsko-instrumentalno omrežje**, v katerem je članstvo časovno zelo spremenljivo. Vezi, ki jih povezujejo, so izenačene z vlogo. To je ponavadi oddaljena družina, profesionalci, sodelavci, sosedje ... Omrežje je relativno veliko, nekje od osemdeset do sto trideset članov. Posamezniku zagotavlja usluge in funkcije, ki jih znotraj emocionalno-intimnega in socialnega omrežja ne more dobiti. Pogosto gre za zelo specializirane oblike opore, kot je iskanje nove zaposlitve ... To omrežje je redko, njegovi člani se med seboj ne poznajo. Sestava je kulturno pogojena, vezi so šibke. V **globalno omrežje** spadajo vse osebe, ki jih posameznik pozna. Ostala omrežja, ki so bila prej omenjena, so umeščena znotraj tega omrežja. Sestava in velikost omrežja sta kulturno pogojena. Osebe se poišče s pomočjo reprezentativnega seznama oseb, ki jih posameznik prepozna (Hlebec in Kogovšek 2006, 53–54).

Socialno omrežje je oblikovano s pomočjo interakcije situacijskih faktorjev in lastnosti osebe, kot so spol, starost ipd. Slednje posamezniku omogoča dobro počutje in posledično lahko posameznik izvršuje razna življenjsko dana pravila. Ta pravila so izražena z različnimi vlogami, ki jih posameznik zavzame, in sicer vloga otroka, starša

ipd. S pomočjo teh pravil oziroma vlog posameznik vzpostavi kontakt in interakcije z drugimi (Kahn in Antonucci v Koller 2005, 7).

Kahn in Antonucci postavita pet predpostavk glede koncepta socialnega omrežja. Prva trditev temelji na predpostavki, da je posameznikova potreba po opori odvisna od demografskih značilnosti posameznika in od značilnosti določene situacije, npr. od pričakovanj, službenih zahtev, družine in drugih družbenih pravil. Druga trditev vključuje dejstvo, da je struktura omrežja odvisna od lastnosti osebe, situacije in posameznikovih potreb po opori. Primernost socialne opore je določena z lastnostmi omrežja in z osebnimi ter s situacijskimi značilnostmi. Življenjski izid, mišljen kot dobro počutje, je odvisen od značilnosti samega posameznika, primernosti socialne opore in značilnosti posamezne situacije. Vpliv osebnih in situacijskih lastnosti je zmeren pri strukturi omrežja in primernosti socialne opore (Kahn in Antonucci v Köller 2005, 8).

7.3 Definicija socialne opore

V literaturi najdemo veliko definicij socialne opore. Prve razlage socialne opore so poudarjale emocionalni pomen opore. Posameznik občuti pripadnost in sprejetost ter skrb pomembnih drugih. Iz slednje definicije izhaja Cassel, pri čemer trdi, da je socialna opora ključnega pomena pri premagovanju stresa. Slednji povzroča spremembe v socialnih vezeh in posledično posameznik pridobiva zmedene povratne informacije. Te povratne informacije nudijo njegovi najpomembnejši in najbližji. Zaradi stresnih dogodkov se lahko socialna opora posameznika zmanjša ali pa potreba po opori poveča. Lahko pa tudi same najbližje vezi povzročajo stres posamezniku (Cassel v Hlebec in Kovovšek 2003, 103).

Tudi Caplan poudarja pomen socialnih vezi pri vplivanju na potek pri reševanju kriz in pri življenjskih prehodih. Upošteva najbližje vezi in tudi bolj oddaljene vezi, kot so skupine za samopomoč, sosedski odnosi. Velik pomen je pripisal vzajemnosti in trajnosti odnosov. Nudenje pomoči ali oporo je tudi razdelil na tri dele, in sicer na

emocionalno, materialno in informacijsko oporo (Caplan v Hlebec in Kovovšek 2003, 104).

Podobno tudi Cobb opredeli socialno oporo kot zaščito pred stresom in kot dejavnik dobrega počutja. Podrobneje je opredelil informacijsko razsežnost socialne opore. Ta posamezniku omogoča zavedanje, da je ljubljen, sprejet in spoštovan ter da pripada sistemu komuniciranja in vzajemnih obveznosti. Posamezniki pri enakomernem izmenjavanju opore so srečnejši. Za izmenjavo ali vzajemnost pri osebah, ki imajo bolj oddaljeni odnos, veljajo strožja pravila. Pričakovanja izmenjave so takojšnja in količinsko enaka. Pri bližnjih odnosih so ta pravila manj stroga (Cob v Hlebec in Kovovšek 2003, 104).

P. Thoits poudarja, da imajo socialne vloge lahko pozitiven in negativen učinek, npr. ob izgubi. Sicer pa v osnovi tudi omenjena avtorica upošteva primarni pomen emocionalne opore, in sicer da najpomembnejši drugi pripomorejo k zmanjševanju posledic stresa in slednje pripomore k zdravju ter dobremu počutju. Ključnega pomena je vloga socialne opore, katera je emocionalno pozitivna (P. Thoits v Hlebec in Kogovšek 2006, 15–16). Socialne vloge delimo na tri načine, in sicer v prvem načinu socialne vloge priskrbijo serijo socialnih identitet ter tako dajejo odgovore na temeljna eksistenčna vprašanja, življenju dajejo pomen, namen in smisel, zagotavljajo občutek varnosti ter umeščenosti in s tem zmanjšujejo občutke strahu ter negotovosti. Umeščenost v socialne vloge je bistvo socialne integriranosti na ravni posameznika. Posameznik je vpleten v omrežje urejenih odnosov z drugimi, vpleten je v kompleksen sistem vzajemnih pravic in dolžnosti, ki mu dajejo občutek pripadnosti ter urejenosti. Prav občutek pripadnosti se pogosto razume kot ena temeljnih značilnosti emocionalne opore (P. Thoits v Hlebec in Kogovšek 2006, 15–16).

Socialne vloge omogočajo dosego samospoštovanja, pri čemer se posamezniki ocenjujejo kot ljubezni vredni, pomembne in kompetentne posameznike. Ocene, katere so pozitivne za posameznika s strani drugih, prav tako spadajo v enega izmed vidikov emocionalne opore (prav tam).

Vedenje posameznika v socialnih vlogah je deloma kulturno pogojeno, in sicer z v naprej določenimi oblikami vedenja. Kadar posameznik ne izpolnjuje teh pričakovanj,

naleti na odvrčanje pri pomembnih drugih in to je zanj vir stresa ter konflikta, kar lahko povzroči občutek krivde, osramočenosti in podobno. Z ustreznim vedenjem posameznik v teh socialnih vlogah pridobi občutek nadzora nad stvarmi in to zanj predstavlja zadovoljstvo, veselje ipd. Slednje vodi tudi k dobremu počutju in zmanjševanju stresa ter njegovih posledic (Hlebec in Kogovšek 2003, 104).

7.4 Oblike socialne opore

Vaux opredeli socialno oporo kot kompleksen pojem višjega reda, pri čemer oporo obravnava kot kompleksen stalen transakcijski proces med osebo in njegovim ali njenim omrežjem. Te transakcije potekajo znotraj spreminjajočega se ekološkega konteksta. Na ta proces vplivajo številni dejavniki, in sicer osebni, kot npr. vedenje, osebnostne značilnosti, ter kontekstualni dejavniki, npr. stresne okoliščine, značilnosti omrežja ipd. (Vaux v Hlebec 2003, 105).

Socialno oporo deli Vaux na tri osnovne elemente, in sicer (Vaux v Hlebec 2003, 105):

- viri socialne opore;
- oblike socialne opore;
- posameznikovo subjektivno zaznavo oziroma oceno virov in oblik socialne opore.

Omenjene elemente povezuje kompleksna dinamika procesov izmenjave in komunikacije med posameznikom ter njegovim socialnim okoljem.

Viri socialne opore predstavljajo del socialnega omrežja, na katerega se posameznik obrača po pomoč in oporo. Ta omrežja so glede na velikost in sestavo stabilna, razen v primeru, ko je posameznik v obdobju življenjskih prehodov in sprememb, kot je npr. upokožitev. Socialna opora je lahko v omrežju različno dostopna in zmožna nudenja opore. Na to vplivajo značilnosti omrežja, kot so struktura, sestava in kakovost odnosov v omrežju. Ni nujno, da viri opore v vsaki situaciji nudijo pomoč. Tak primer nezmožnosti nudenja pomoči je na primer selitev, obdobje prehoda – upokožitev. Člani

tega omrežja, kateri bi nudili pomoč, so lahko oddaljeni ali čustveno preveč vpleteni (Vaux v Hlebec 2003, 105–106).

Oblike socialne opore so dejanja nudenja pomoči posamezniku. Nudenje pomoči je lahko spontano ali na prošnjo, vendar ta pomoč vedno ne pomaga ali pa tudi ni razumljena kot opora. Na kakšen način bo posameznik sprejel to pomoč, je odvisno od vrste vsebinskih dejavnikov, to je od količine in oblike opore, časovnega trenutka, v katerem je ponujena, narave odnosa med prejemnikom in dajalcem opore ter drugih. Vsako dejanje opore ima različne možne učinke in posledice, ki so lahko kratkoročni ali dolgoročni (Vaux v Hlebec 2003, 106).

Posameznikova subjektivna zaznava socialne opore je ocena prisotnosti, zadostnosti in kakovosti te opore. Je neke vrste indikator, ki kaže na to, kako dobro socialna opora deluje in kako dobro izpolnjuje svoj namen (Vaux v Hlebec 2003, 106).

7.5 Razsežnosti socialne opore

V literaturi najdemo več vrst različnih opredelitev razsežnosti. Kot rezultat teh opredelitev delimo razsežnosti socialne opore v štiri skupine, in sicer (Hlebec in Kogovšek 2006, 16–17):

- **instrumentalna opora**, ki se nanaša na pomoč v materialnem smislu (posojanje denarja, orodja ipd.);
- **informacijska opora**, ki se nanaša na informacije, ki jih anketiranec ponavadi potrebuje ob kakšni večji življenjski spremembi (npr. ob selitvi, iskanju nove službe);
- **emocionalna opora** je pomoč ob večjih ali manjših življenjskih krizah (smrt bližnjega, ločitev ipd.);
- **druženje**, ki predstavlja socialno oporo v obliki neformalnega občasnega druženja (izleti, obiskovanje ipd.)

Pomemben vir socialne opore so tudi sorodstvene vezi, katere so lahko močen in večrazsežnostni vir opore. V primeru potrebe po ekonomski in socialni pomoči, večji

delež te pomoči prihaja od staršev do otrok. Starejši otroci najpogosteje zavzamejo večji del socialnega omrežja starejših (Van Tilburg v Wenger 1997).

Starejši, kateri živijo v razširjeni družini, nimajo želje po čim večjem številu prijateljev in sosedov. Bratje in sestre si nudijo predvsem emocionalno in instrumentalno oporo. Razširjeno sorodstvo po nudi najmanj opore (Wenger 1997).

Raziskave kažejo (Wellman in Wortley v Novak in drugi 2004, 27), da se glede na različne vrste socialne opore člani omrežja »specializirajo«. Vrsta socialne opore je odvisna od značilnosti samega odnosa, predvsem od kakovosti tega odnosa. Anketirancu najbližje osebe nudijo najpogosteje emocionalno oporo in druženje, sicer pa nudijo različne vrste socialne opore. Te najbližje osebe so partner, najbližji sorodniki, najtesnejši prijatelji. Nekoliko manj tesne vezi, kot so znanci, sodelavci, sosedje v veliki meri nudijo instrumentalno in informacijsko oporo.

Poznamo tudi delitev na formalno in neformalno oporo. Neformalno mrežo Wengerjeva opredeli kot mrežo, ki temelji na medsebojnih odnosih in solidarnosti. Zaradi solidarnega odnosa članov je sociabilnost zelo visoka. Člani imajo visoke moralne vrednote in le-te postavljajo pred materialnostjo (Wenger v Hojnik Zupanc 1999, 133). Hilary Graham definira, da je neformalna opora:

- opora, nudena drugim, ki jo sestavljajo sorodniki in prijatelji;
- neinstitucionalna opora in je ločena od države, trga in prostovoljnega sektorja;
- brezplačna in se izvaja na domu uporabnika. Vir neformalne opore so sorodniki, saj le-ta izvira iz normativne dolžnosti sorodstva in prijateljstva;
- tista, ki se večinoma nanaša na oporo posameznikom, ki bi drugače potrebovali institucionalno oporo (Hilary Graham v Dremelj 2003, 156).

Finch in Mason pravita, da je neformalna opora pomembna tudi med odraslimi sorodniki. Dolžnosti in obveznosti so med sorodniki pričakovane. Največja odgovornost je med starši in njihovimi otroki, predvsem pri dedovanju in medsebojni finančni pomoči. Posebej pri praktičnih opravilih, osebni negi in pomoči v gospodinjstvu se pričakuje večja pomoč od žensk kot od moških (Finch in Mason v Dremelj 2003, 157).

8 SOCIALNA OMREŽJA STAROSTNIKOV

Wengerjeva (Hlebec 2003, 171–172; Hojnik-Zupanc 1999, 134–135) opredeli pet tipov socialnih omrežij starostnikov.

Sorodstveno ali družinsko omrežje: v to omrežje spada skupno bivanje z otrokom (najpogosteje hči, ki biva v istem gospodinjstvu ali v neposredni bližini), družina skrbi za večino potreb starostnika, je nekaj prijateljev in sosedov, ki imajo obrobno vlogo. Omrežja so majhna (do štirje člani), bolj verjetno gre za ovdovele starejše (čez 80 let) starostnike, ki so slabšega zdravja.

Omrežje, integrirano v bivalno okolje, je tesna povezanost z družino, prijatelji in sosedji (majhna geografska oddaljenost). Razvoj takega omrežja temelji na dolgotrajnem bivanju v isti skupnosti in na aktivnem vključevanju vanjo. Omrežja so večja (do osem članov) in mlajši starostniki (65–74 let).

Samostojno, samozadostno oporno omrežje je tipična povezanost z enim sorodnikom, ki je lahko tudi geografsko oddaljen in ki običajno ni otrok. Še najbolj se zanesejo na sosedje, vendar je življenje predvsem omejeno na gospodinjstvo in je izolirano. Omrežja so običajno majhna. Gre za samske osebe, ki večinoma živijo same in nimajo otrok.

Oporno omrežje širšega bivalnega okolja – gre za aktivno povezanost z geografsko oddaljenimi sorodniki, bližnjimi prijatelji in sosedji. Takšen tip omrežja se pogosteje razvije pri selitvi ob upokojitvi. Pogosteje gre za osebe iz srednjega sloja. Tipična je odsotnost sorodnikov, ki so geografsko blizu. Tudi ti sorodniki imajo velika omrežja.

Omrežje pri osebi z zaprto zasebnostjo – gre za omrežja, ki jih razvijejo neodvisni pari in odvisne stare osebe, ki živijo zelo izolirano. Sorodniki so geografsko oddaljeni, stikov s sosedji ni, je nekaj prijateljev, ki živijo v bližini in gre za majhna omrežja.

Omenjena socialna omrežja razlikuje glede na oddaljenost najbližjih sorodnikov, stopnjo sodelovanja z družino, prijatelji in sosedji ter glede na vključenost v lokalno skupnost in prostovoljne skupine. Tipično omrežje socialne opore šteje med pet in sedem oseb (Wenger v Hlebec 2003, 171). Na oblikovanje in vzdrževanje socialnega omrežja vplivajo trije dejavniki, in sicer:

- prvi dejavnik je povezan z družinskimi značilnostmi, kot so poroka, rodnost predhodnih generacij, zaporedje rojstev. Poroka razširi krog sorodnikov, pri katerih lahko posameznik pričakuje socialno oporo;
- drugi dejavnik je povezan s selitvami posameznika, pri katerih ima posameznik svobodo odločanja;
- tretji dejavnik sta posameznikova osebnost in temperament (prav tam).

Na osnovi študije iz leta 2003 (Hlebec 2003, 172) ugotavlja:

Da se najpogosteje pojavljala sorodstveno omrežje in omrežje integrirano v bivalno okolje, ki sta vezana na kraje z dolgotrajnostjo bivanja. Na področjih s hitrimi spremembami je pričakovati večje število opornih omrežij širšega bivalnega okolja ter omrežij oseb. Na področjih z nizko stopnjo poseljenosti ali pri starostnikih, ki so na takih področjih rojeni, je pričakovati samozadostno omrežje. Izkaže se, da z naraščajočo starostjo velikih sprememb v sestavi omrežja socialne opore ni mogoče pričakovati. Nekatere spremembe se pojavijo in jih je mogoče tudi napovedati.

Starejšim je v primeru potrebe v pomoč neformalno socialno omrežje. Sestava omrežja pa je ključna za zadovoljevanje potreb posameznika (Hlebec 2003, 171). Povezave s sodelavci ustvarjajo v človeku identiteto tudi po upokojitvi in socialna interakcija preprečuje izolacijo ter osamljenost v starejših letih. Ta preprečitev izolacije deluje s pomočjo vključevanja v socialno omrežje in izmenjave socialne opore. Kvalitetno življenje v starosti je odvisno predvsem od zdravja, materialnih virov, socialnih omrežij, življenjskih situacij, življenjskih pogojev.

Lehr pravi, da posebno starejše osebe, ki imajo tesne vezi z družinskimi člani, se pogosteje pritožujejo nad osamljenostjo (Lehr v Köller 2005, 6). Hoffmann trdi, da je osamljenost bolj subjektivna zaznava, vendar imajo strukturni vplivi tudi dodaten vpliv. Osamljenost pomeni izgubo druženja ali povezovanja z referenčno socialno skupino. Zaposleni so pogosto pod vplivom njihove zaposlitvene biografije življenjepisa in se identificirajo z njihovim poklicem. Z upokojitvijo posameznik zapusti to okolje, kjer si je ustvarjal identiteto in si mora poiskati novo (Hoffmann v Köller 2005, 6).

9 OPREDELITEV PROBLEMA

V pričujoči diplomski nalogi sem želela ugotoviti spremembe v osebnem socialnem omrežju posameznika glede na pomemben dogodek, ki se pojavi v posameznikovem življenju, pri čemer posameznik živi v veččlenski družini. Upokojitev je velika sprememba, katera prinaša novosti v omrežje.

Hopson je poimenoval napovedljiv, splošen vzorec reakcij in občutij ob določenem (ne) pričakovanem dogodku pri posamezniku kot cikel prehajanja. Prehod skozi omenjeni cikel povzroči pri posamezniku spremembo v zaznavanju sebe in sveta ter posledično zahteva ustrezne spremembe v njegovem vedenju in odnosih. Uspešno soočanje s pomembnimi življenjskimi dogodki in njihovo premagovanje z iskanjem novih rešitev omogoča posamezniku rast in duhovni razvoj, pri čemer so obdobja tveganja in novih možnosti. Cikel je eden možnih okvirjev, v katerem lažje razumemo proces posameznikovega spreminjanja. Razlaga, kako se učinkovitost, kompetentnost oz. samospoštovanje spreminjajo v odvisnosti od časa, ko se je zgodila sprememba oz. je prišlo do določene izkušnje ali stresnega dogodka (Hopson v Horvat 2003, 279; Sugarman 1986).

Zanima me, kaj se zgodi ob upokojitvi. Predvsem me je zanimala vloga sodelavcev, družine in sosedov. Ali jih bo kdo nadomestil, kot npr. družinski člani, ali se bodo stiki s sodelavci prekinili. Kakšen vpliv imajo slednji na posameznika. Uporabila sem koncept vseživljenjskega razvoja, saj je upokojitev del omenjenega razvoja in se ga na ta način najlažje preučuje. Preverila bom sestavo, velikost in doživljanje posameznikovega omrežja.

Raziskovalno vprašanje je torej naslednje: Zanima me, kdo nudi socialno oporo upokojenim v veččlanski družini.

10 METODOLOŠKI PRISTOP

Odgovor na moje raziskovalno vprašanje sem dobila s kombinacijo kvalitativnih in kvantitativnih metod podatkov, pridobljenih s polstrukturiranimi intervjuji in vprašalniki. Glede na obravnavano tematiko je najprimernejša kvalitativna analiza. Z vprašalniki sem ugotavljala predvsem sestavo, velikost omrežja in na bolj poglobljena vprašanja sem dobila odgovore z vprašalniki.

Uporabila sem anketni vprašalnik in, kot že omenjeno, polstrukturirani intervju. Uporabila sem Antonuccijin anketni vprašalnik, katerega sem že predhodno omenila in opisala na strani 31. Intervjuje sem oblikovala s pomočjo literature¹.

Vzorec sem sestavila glede na dva kriterija, in sicer glede na anketirančev zaposlitveni status – take, ki jim je manjkalo nekaj let do upokojitve in take, ki so bili v pokoju. Drugi kriterij je bil, da posamezniki živijo skupaj s parterjem ali pa so vdove, z njimi živijo tudi njihovi otroci sami ali z družinami. Živijo v skupni hiši ali je ta večnadstropna ali pa so razni prizidki k hiši. Torej gre za veččlanska gospodinjstva. Skupini zaposlenih in upokojenih sem uporabila zaradi primerjave njunih omrežij. Najprej sem ugotavljala omrežja zaposlenih in nato spremembe pri omrežjih upokojenih.

Raziskavo o socialnih omrežjih sem izvedla leta 2007. Ankete in intervjuje sem izvedla osebno z vsakim posameznikom posebej, kjer sem vsakemu posamezniku najprej razložila namen in postopek mojega anketiranja. Najprej sem izvedla anketo na osnovi vprašalnika. Posamezniku sem izročila diagram treh koncentričnih krogov in začela postavljati vprašanja iz vprašalnika. Po opravljenem anketiranju sem izvedla polstrukturirani intervju, katerega sem tudi snemala, zaradi kasnejšega lažjega prepisa.

¹ Intervju v prilogi.

11 PREDSTAVITEV EMPIRIČNEGA DELA

11.1 Opis vzorca

V mojem vzorcu sem izbrala šest anketirancev, od tega so štiri ženske in dva moška. Od tega sta dve ženski in en moški zaposleni ter prav tako dve ženski in en moški upokojeni. Anketiranci živijo v bližnji okolici večjega mesta. Skoraj vsi živijo v večstanovanjskih hišah, le en anketiranec živi v bloku. Dva anketiranca sta poročena in štirje so vdovci. Pričakovati je večji odstotek ovdovelih, ker imam v vzorcu večji delež žensk. S starostjo je večji delež žensk, saj je umrljivost moških s starostjo večja kot pri ženskah (SURs 2009).

Spodaj bom predstavila starost in status anketirancev ter njihova omrežja, katera sem uporabila v analizi. Imena so izmišljena.

02 Milena, zaposlena, 54 let.

Gospa, ki je zaposlena, ima manjše omrežje, ki obsega pet oseb. V prvem in tretjem krogu ima po eno osebo ter v drugem krogu tri osebe, Sestava omrežja: 1. krog: hči; 2. krog: mama, sestra, prijatelj; 3. krog: sosed.

03 Marija, zaposlena, 53 let.

Gospa ima veliko omrežje, in sicer šteje 12 oseb. V prvem krogu ima dve osebi, v drugem krogu šest oseb in v tretjem krogu štiri osebe. Sestava omrežja: 1. krog: sin, mož (2 os.); 2. krog: mama, brat, sorodnik (4 os.), sosed (1 os.); 3. krog: sorodnik (1 os.).

06 Tone, zaposlen, 59 let.

Moški ima srednje omrežje, in sicer šteje pet oseb. V prvem krogu nima nobene osebe, v drugem krogu ima pet oseb in v tretjem krogu nima nobene osebe. Sestava omrežja: 1. krog: 0; 2. krog: otroci (3 os.), žena, sodelavec; 3. krog: 0.

01 Francka, upokojena, 79 let.

Ženska ima v omrežju 13 oseb; v prvem krogu ima tri osebe, v drugem krogu šest oseb in v tretjem krogu štiri osebe. Sestava omrežja: 1. krog: otroci (2 os), sorodnik; 2. krog: sorodnik (6 os.); 3. krog: sorodnik (2 os.), prijatelj, sosed.

05 Tončka, upokojena, 75 let.

Gospa ima 17 oseb v omrežju, in sicer v prvem krogu štiri osebe, v drugem krogu štiri osebe in v tretjem krogu devet oseb. Sestava omrežja: 1. krog: otroci (2 os.); 2. krog: sorodniki (3 os.), prijatelj; 3. krog: sorodnik, (8 os.).

04 Toni, upokojeni, 64 let.

Moški ima v tej skupini najmanjše omrežje, ki šteje šest oseb. V prvem krogu ima eno osebo, v drugem krogu dve osebi in v tretjem krogu tri osebe. Sestava omrežja: 1. krog: partner; 2. krog: otrok, mama; 3. krog: sosed (2 os.), sorodnik.

11.2 Značilnosti omrežij

Značilnosti socialnih omrežij so pomembne pri analizi in raziskovanju socialne opore. Te značilnosti so velikost, gostota, sestava omrežja, homogenost in moč vezi ter geografska razpršenost (Vaux v Kogovšek 2001, 73). V nalogi pa se osredotočam le na velikost omrežij in na sestavo omrežij.

11.3 Velikost omrežij

Velikost omrežja izmerimo glede na število oseb v osebni omrežju posameznika. Anketiranec osebe našteje s pomočjo generatorja imen (Van der Poel 1993, 56). Večja omrežja imajo več virov opore in slednja je tudi bolj raznolika. Večje kot je omrežje, večja je verjetnost takojšnje pomoči oziroma, da bo posameznik našel hitro nekoga, ki mu bo priskočil na pomoč. Posameznik, kateri ima večje omrežje pomeni, da ima omrežje večjo razpršenost in s tem je manjša potencialna obremenjenost. S tem je torej

manjša verjetnost obremenitve določenega odnosa zaradi nujenja pomoči. Sicer so večja omrežja manj gosta in s tem bolj raznolika ter sestavljena iz članov, ki imajo različne sposobnosti in nam zato lahko ponudijo širši vidik določenega problema in s tem več možnosti reševanja slednjega problema. Torej so ta omrežja bolj razpršena in to pomeni, da se člani med sabo ne poznajo dobro (Campbell in drugi v Hlebec in Kogovšek 2003, 115).

Najpogosteje je od 10 do 20 članov v omrežju (van der Poel 1993). V raziskavi o omrežjih Ljubljancev ugotavljajo največ družin s štirimi, petimi in šestimi člani. V povprečju je bilo imenovanih 5,66 članov omrežja (Kogovšek in drugi 2003, 190).

Raziskave kažejo, da s starostjo število članov upada (van der Poel 1993), vendar v moji raziskavi ugotavljam ravno nasprotno, saj se v mojem vzorcu omrežje z upokojitvijo poveča. Socialno omrežje z upokojitvijo lahko ostane enake velikosti ali pa se celo poveča zaradi povečanja števila ur druženja z drugimi (Palmare v Bossé in drugi 1993, 210). Upokojenci imajo glede na kvantiteto manjša omrežja, vendar pa kvaliteta socialne opore ostaja enaka (Bossé in drugi 1993, 210).

Poudariti moram, da vse ugotovitve veljajo le za moj vzorec in jih nikakor ne morem posploševati na celotno populacijo.

11.4 Sestava omrežij

Sestava omrežij je določena z deležem oseb, ki so sorodniki, in drugih oseb v posameznikovem omrežju (Kogovšek 2001). V raziskavi Socialna omrežja starostnikov (Hlebec 2003) ugotavlja 61 odstotkov sorodnikov v omrežju posameznika. Sestava omrežja pomeni kakovost omrežja oziroma kakovost pomoči, ki jo lahko nudijo njeni člani. V primeru, da posameznik potrebuje pomoč, bo bližnji prijatelj prej kot oddaljeni znanec priskočil na pomoč.

Sorodnikov je prisotnih v posameznikovem omrežju največ pri mlajših in starejših osebah, medtem ko imajo v srednjih letih posamezniki najmanjši delež sorodnikov (Van der Poel 1993). Namreč ljudje v delavno aktivni dobi vzpostavljajo stike tudi z drugimi

ljudmi zunaj družinskega kroga. Pri mojih ugotovitvah ugotavljam ravno nasprotno, da je velik delež sorodstva v omrežju,

Ženske imajo v osebnih omrežjih večji delež sorodnikov predvsem brate, sestre in otroke (Van der Poel 1993). Raziskave Omrežja socialne opore Ljubljančanov (Kogovšek in dr. 2003, 194) ugotavljajo, da imajo Ljubljančani, ženske v omrežju večji odstotek sorodnikov, kot so otroci, bratje in sestre. Raziskave kažejo (Wellman in Wortley v Kogovšek in dr. 2003, 195), da so najbližje sorodstvene vezi močan in večrazsežen vir opore. Poudarek je na povezavi med starši in otroci, kjer gre za večrazsežno oporo razen druženja. Med brati in sestrami imamo emocionalno ter materialno oporo. Razširjeno sorodstvo je najmanj možen vir pomoči. Ljubljančani se na svoje sorodnike v največji meri obračajo takrat, ko potrebujejo finančno oporo. Med sorodniki so najpomembnejši ponudniki tovrstne opore starši, drugi sorodniki ter bratje in sestre. Pri emocionalni in informacijski opori so med sorodniki najpomembnejši vir opore partnerji in starši. Zelo pomemben vir vseh razsežnosti so tudi prijatelji, še posebej pri druženju (Dremelj in drugi v Novak in drugi 2004, 53).

V mojem vzorcu ugotavljam, da ima zelo velik delež sorodstvo. Po pomembnosti si osebe sledijo tako, da so na prvem mestu partner in otroci, sledijo ostali sorodniki, prijatelji in sosedje.

12 INTERVJUJI

12.1 Vloga sodelavcev

Kahn in Antonucci ugotavljata, da navezovanje stikov poteka preko doseganja in zapuščanja določenih vlog. To pomeni, da ima navezovanje stikov formalno vlogo. Iz intervjuja lahko ugotovim, da se anketiranci družijo s sodelavci le iz službenih razlogov (Kahn in Antonucci v Koller 2005, 11).

1) 02 Milena, 54 let, zaposlena.

»Na delovnem mestu so vsi prijatelji in prijateljice, z vsemi se dobro razumem.«

Družijo se le znotraj delovnega časa. Razlog druženja je v tem, da je tudi delovni proces boljši, če se med seboj razumejo in poznajo. Med seboj si tudi nudijo pomoč, vendar le v okviru službenih dolžnosti. Vzpostavi se prijateljstvo oziroma močna povezava med njimi. Sicer se družijo bolj ob dogodkih, kot so rojstni dnevi katerega sodelavca. Tako vzpostavijo določeno harmonijo in splošno dobro počutje. Čas, ki ga preživijo skupaj, ima velik pomen za sodelavca in mu je v sprostitev.

2) 03 Marija, 53 let, zaposlena.

»Če sodelujemo smo en tim dober. Delo boljše poteka, če se tudi razumemo.«

Koliko so za vas pomembni sodelavci?

»Zelo dosti pri delu.«

»Delovne obveznosti pri kavi, kakšni rojstni dnevi.«

»Ma ne, izven dela se ne družimo, mogoče kdaj na kavi, če se slučajno vidimo v mestu.«

Pomembnost sodelavcev je tudi emocionalna, saj se pogovarjajo tudi o osebnih zadevah. Torej so sodelavci lahko ključnega pomena pri premagovanju raznih težav. Bossé in drugi (1993, 210) ugotavljajo, da sodelavci predstavljajo pomemben vir socialne opore, saj se s slednjimi pogovarjajo o pomembnih življenjskih zadevah. Ugotavljam, da imajo sodelavci pomembno vlogo znotraj delavnega časa. Skupaj se družijo, nudijo emocionalno oporo.

3) 03 Marija, 53 let, zaposlena.

Ali se z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh?

»Se tudi.«

Kaj se pa pogovarjate z njimi?

»Družinske in zdravstvene zadeve.«

Razlog nedruženja s sodelavci so tudi delovni razlogi, saj bi se z druženjem zmanjšale vodstvene sposobnosti.

4) 06 Tone, 63 let, zaposleni.

»Ne. Zaradi tega, ker izgubiš vodstvene sposobnosti, izgubiš tudi to, kar bi lahko bil.«

Ne vidijo pa, da se bodo po odhodu v pokoj še družili ali ohranili stike z dosedanjimi sodelavci. Pričakujejo pa, da bo na pomenu pridobila družina in sosedje.

5) 03 Marija, 53 let, zaposlena.

»Mislim, da ne bojo samo spomin.«

6) 06 Tone, 63 let, zaposleni.

Kaj pa sosedje?

»Še več se bom posvetil družini, mogoče vnukom.«

Druga skupina zaposlenih pa z upokojitvijo pričakuje, da bodo delovno aktivni bodisi v dosedanji službi ali pa se bodo na novo angažirali v raznih društvih. Tudi razne raziskave (Bossé in drugi 1993, 215) ugotavljajo, da na dogodek upokojitve posameznik že v naprej planira način ohranjanja in razširjanja socialnih stikov ter aktivnosti preko članstva v raznih klubih. Slednji omogočajo zmanjšanje posledic izgube sodelavcev.

7) 06 Tone, 63 let, zaposleni.

»Tudi po upokojitvi bom delal, mogoče manj, ampak me bodo ravno tako rabili za kakšne nasvete, malo bom kontroliral delo kako napreduje.«

8) 02 Milena, 54 let, zaposlena.

»Ko se bom upokojila, se bom znova zaposlila in do smrti delala delo v društvih.«

Upokojeni izgubijo stike z nekdanjimi sodelavci tudi zaradi objektivnih razlogov, kot so zdravje, saj jim slednje ne omogoča učinkovitega vključevanja v socialno okolje. Sicer pa upokojenci tudi ne čutijo potrebe po druženju z nekdanjimi sodelavci.

9) 04 Toni, 64 let, upokojeni.

»Ne. Ne morem se družiti s sodelavci, ker so preveč narazen.«

»Ni potrebno. Ni časa.«

10) 01 Francka, 79 let, upokojena.

»Ne, ker rabim tujo pomoč, ker sem 100 % invalid.«

Norris in Tindale ugotavljata, da se starostniki takrat, ko imajo vsakdanje potrebe in ob večjih življenjskih krizah obračajo na prijatelje, redkeje na sosede. Hitro in občasno instrumentalno pomoč nudijo sosedje (Norris in Tindale v Dremelj 2003). Odnose skozi življenje regulirajo na osnovi osebnostnih značilnosti. Le-te ostajajo enake tudi v starosti (Lang 2001, 322). Če posameznik, ko je bil mlad, ni želel imeti prijateljev v omrežju, se to s starostjo ne bo spremenilo. Posameznik s pomočjo lastnih virov oziroma to, kar je pridobil skozi življenje, mu omogoča, da se lahko prilagaja razvojnim nalogam, na katere skozi življenje naleti (Baltes v Lang 2001, 321). Uspešno prilagajanje v starosti omogoča uporabiti individualne sposobnosti in zmožnosti. Teorija socialno emotivna selekcijska opiše spremembe v socialni motivaciji. Kako si bo posameznik ponovno skonstruiral čas v pokoju, je odvisno od socialnih ciljev in od njegovih usmeritev (Carstensen v Lang 2001, 322). Teorija je osnovana glede na čas, koliko ga vidi v prihodnosti posameznik. Če je čas dojet kot razsežen, takrat so cilji optimistično naravnani in prihodnost postane prioriteta. Primer je lahko pridobivanje znanja in novih kontaktov, kateri bodo pomembni za prihodnost. V primeru, ko je čas dojet kot omejen, potem se poskuša uveljaviti cilje z emocionalnim pomenom in se le-ti realizirajo že s samim iskanjem ciljev (Lang 2001, 322). Torej posameznik regulira odnose z drugimi glede na to, kako percipira njegov čas v prihodnosti, ali bo omejen ali pa ga bo imel dovolj. Tisti, ki čutijo, da so na koncu življenjske poti, vsekakor čutijo, da imajo omejen čas Lang (prav tam).

12.2 Vloga družine

Najpomembnejši vir pomoči pri starostnikih so partner, ko slednjega ni, pa so to otroci (Shanas v Johnson in Troll 1992, 66). Družina ima ključno vlogo za vse vrste opore. Iz

spodnjih intervjujev se kaže, da ima družina zelo velik pomen v času zaposlitve in z upokojitvijo pridobi še večji pomen.

1) 04 Toni, 64 let, upokojeni:

»Družinski člani kot družina, prijatelji za druženje, sosedi za druženje in klepetanje.«

»Družina je bolj pomembna.«

2) 05 Tončka, 75 let, upokojena:

»Družina mi največ pomeni.«

3) 01 Francka, 79 let, upokojena:

»Moji domači, hčerke mi pomagajo pri vsakodnevni opravi, potrebah, brez njih ne morem nič.«

12.3 Vloga sosedov

1) 05 Tončka, 75 let, upokojena:

»Tudi prijatelji mi veliko pomenijo. Družina, ker je moja.«

»Ostali prijatelji tudi mi dosti pomenijo. Prijatelji predvsem zato, da se pogovarjam z njimi in tudi s sosedi.«

2) 01 Francka, 79 let, upokojena:

»So mi vsakokrat v pomoč ko rabim, mi zmeri kaj kupijo v trgovini, če rabim. Za vsako mujo v hiši, sej veste, če si sam cel dan, je dobro imet koga, pa še kdaj kaj poklepetamo bol na hitro. Ma da bi se prav družili pa ne.«

Posameznik se najpogosteje druží s partnerjem in prijatelji (Campbell, Connidis in Davies v Dremelj 2003). Poleg pomembnih povezav družine s starostniki imajo pomembno vlogo tudi prijatelji in sosedje (Stephens in drugi v Antonucci in Akiyama 1987, 526).

Na osnovi teorije socialnega omrežja Kahn in Antonucci ugotavljata, da z upokojitvijo notranji koncentrični krog, ki predstavlja najožje, ostane nespremenjen v številu in kvaliteti socialne opore. Vmesen in zunanji krog predstavlja podporo sodelavcev in ko te izgubi, jih lahko nadomestijo novi prijatelji ali pa se okrepijo stiki s prejšnjimi prijatelji, ki niso bili povezani s službo in z znanci. Spremembe se lahko pojavijo tudi v

številu članov omrežja. Ni pa nujno, da to spremembo zaznajo v razpoložljivosti ali kvaliteti socialne opore. To pomeni, da upokojenci ne zaznajo spremembe v njihovem počutju (Kahn in Antonucci v Bossé in drugi 1993, 216).

12.4 Splošno počutje

Starostniki se v primeru dobrega zdravja počutijo srečne in nimajo želje po večjem številu prijateljev ter sosedov. Če jim zdravje onemogoča normalno življenje, potem se počutijo nesrečne, kar je normalno pričakovati.

1) 01 Francka, 79 let, upokojena:

»Vse se je zrušilo, sem tako slaba.«

2) 04 Toni, 64 let, upokojeni:

»Ma ja, dobro se počutim, nič mi ne manjka, lahko rečem, da sem srečen.«

3) 04 Tončka, 75 let, upokojena:

»Počutim se fizično slabo zaradi bolezni. Čustveno dobro, socialno tudi.«

13 ZAKLJUČEK

Socialna omrežja starostnikov po Wengerjevi (1994) tipologiji socialnih omrežij starostnikov lahko moj vzorec uvršam v omrežje, ki je integrirano v bivalno okolje. Družina je sestavljena iz več članov in živijo vsaj dve generaciji skupaj. Torej gre za veččlansko gospodinjstvo. Najmočnejši vir socialne opore so sorodniki, med katerimi so najmočnejši vir partner in otroci, sledi ostalo sorodstvo in nenazadnje prijatelji ter na zadnjem mestu sosedi. Omrežje upokojencev je večje in velik odstotek tega so sorodniki. Manjši del so prijatelji in sosede. Starostniki v mojem vzorcu nimajo take želje po čim večjem številu prijateljev in sosedov, saj jim družina nudi večino pomoči in druženja.

Velik poudarek je na ožjem družinskem krogu, prijateljih in nenazadnje sosedi. Prijatelji nudijo vse vrste opore in so tudi za druženje pomembni, sicer pa imajo najpomembnejšo vlogo partner in otroci z njenimi družinami. Enako pomembno vlogo pa imajo tudi ostali sorodniki. Partner najpogosteje nudi emocionalno oporo in predvsem v primeru bolezni skupaj z otrokom. Po manjšo materialno oporo se ljudje večinoma obračajo na prijatelje. V primeru emocionalne opore je glavni vir opore partner ...

Partner je ključni vir opore posamezniku tudi v primeru bolezni, pomemben vir tovrstne opore pa so še otroci, starši, prijatelji. Torej veččlanska družina se skoraj vedno obrne po vse vrste pomoči na sorodnike in šele takrat, ko ti ne morejo priskočiti na pomoč, se obrnejo na prijatelje in nazadnje na sosede.

Posamezniki, ki se upokojijo, doživljajo ta dogodek pozitivno, le v primeru bolezni je obdobje pokoja negativno zaznano. Sicer pa z upokojitvijo pričakujejo veliko več časa zase in za družino. Nekateri se tudi po upokojitvi vidijo aktivne v raznih službah.

Tranzicija iz obdobja zaposlitve v obdobje upokojitve predstavlja spremembo za posameznika, odnosi s sodelavci se prekinejo ali zaključijo, ker je druženje znotraj sodelavcev določeno le z vlogo, ki jo zasedamo v točno določenem obdobju in po zaključitvi z zaposlitvijo se ti odnosi ne nadaljujejo. Slednje pa ni odvisno od načina

izkušnje. Bodisi pozitivno ali negativno sprejmemo prenehanje zaposlitve (Kahn in Antonucci v Köller 2005, 12).

Ugotavljam pa tudi drugi vzorec upokojencev, ki imajo manjše omrežje in nimajo posebnih stikov s prijatelji in sosedi. Vendar bodo ti anketiranci imeli sodelavce vedno v omrežju, ker bodo zaposleni tudi v času, ko bodo odšli v pokoj. Slednji imajo stike s sodelavci le znotraj delavnega procesa. Ampak jim omogočajo zadovoljivo življenje.

Upokojitev je vsekakor pomemben življenjski dogodek. Bosse ugotavlja, da je lahko upokojitev stresni dogodek, predvsem za tiste, ki odhajajo v pokoj pod prisilo, in sicer zaradi raznih razlogov, kot so lahko slabo zdravje, propad podjetja ali pa, če imajo po upokojitvi večje zdravstvene težave in finančne težave. Pozitivno sprejemajo upokojitev tisti, ki imajo zagotovljeno socialno varnost in se sami odločijo za upokojitev (Bosse v Hojnik-Zupanc 1999, 85). Bosse razdeli upokojence glede na njihov odnos do upokojitve v naslednje skupine (prav tam):

- tiste, ki sprejemajo upokojitev kot normativni akt, so pri tej odločitvi nesamostojni in se bojijo »svobodnega« poupokojitvenega življenja;
- tiste, ki pasivno sprejemajo upokojitev kot pričakovan življenjski dogodek, nadaljujejo nekatere ustaljene vedenjske vzorce in ostanejo povezani predvsem v družini;
- tiste, ki sprejemajo upokojitev kot življenjsko razvojno stopnjo oz. lot izziv za samostojno zbiranje dejavnosti, ki jih ponavadi že v naprej načrtujejo.

Po vsem v tej nalogi raziskanega menim, da bi se vsak posameznik moral zavedati že v mladosti, da ga bo z vso verjetnostjo dočakalo obdobje pokoja in se skozi življenjski potek pripravljati na slednjega. Posameznik naj bi se sam čim bolj zavzel za zanj primerno velikost socialnega omrežja. Vključeval naj bi se v razne organizacije, društva.

14 LITERATURA

- Antonucci, Toni C. in Hiroko Akiyama. 1987. Social networks in adult life and a preliminary examination of the convoy model. *Journal of gerontology* 5(42): 519-527. Dostopno prek: <http://geronj.oxfordjournals.org.nukweb.nuk.uni-lj.si/cgi/reprint/42/5/519> (1. junij 2009).
- Baltes, Paul B. 1987. Theoretical Propositions of Life-Span Developmental Psychology: On the Dynamics Between Growth and Decline. *Developmental Psychology* (5): 611–626. Dostopno prek <http://www.psych.uiuc.edu/~broberts/Baltes%201987.pdf> (5. maj 2009).
- Bossé, Raymond, Carolyn M. Aldwin Michael R. Levenson, Avron Spiro in Daniel Mroczek. 1993. Change in social support after retirement: longitudinal finding from the Normative aging study. *Journal for gerontology* 4(48): 210–217. Dostopno prek <http://geronj.oxfordjournals.org.nukweb.nuk.uni-lj.si/cgi/reprint/48/4/P210> (1. junij 2009).
- Dremelj, Polona. 2003. Sorodstvene vezi kot vir socialne opore. *Družboslovne razprave* 9(43): 149–170.
- Dremelj, Polona, Tina Kogovšek in Valentina Hlebec. 2004. Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije. V *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*, ur. Mojca Novak, 85–96. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.
- Ferligoj, Anuška in drugi. 2002. *Omrežja socialnih opor prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Hlebec, Valentina. 2003. Socialna omrežja starostnikov v Sloveniji. *Družboslovne razprave* 19 (43): 171–182.
- Hlebec, Valentina in Tina Kogovšek. 2004. Konceptualizacija socialne opore. V *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*, ur. Mojca Novak, 15–31. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.
- --- 2006. *Merjenje socialnih omrežij*. Ljubljana: Študentska založba.
- Hojnik-Zupanc, Ida. 1997: *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.

- --- 1999. *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Horvat, Zdenka. 2003. Paradigma vseživljenjskega razvoja in spoprijemanje s spremembami. *Socialna pedagogika* 7 (3): 275–314. Dostopno prek: <http://www.zzsp.org/revija/2003/03-3-275-314.pdf> (5. maj 2009).
- Iglič, Hajdeja. 1988a. *Analiza socialnih mrež: prikaz osnovnih značilnosti socialnih mrež Jugoslovanov*. Ljubljana: Inštitut za sociologijo.
- --- 1988b. Ego-centrične socialne mreže. *Družboslovne razprave* 5 (6): 82–93.
- Johnson, L. Collen in Lillian Troll. 1992. Family functioning in late late life. *Journal of gerontology* 47(2): 66–72. Dostopno prek: <http://geronj.oxfordjournals.org.nukweb.nuk.uni-lj.si/cgi/reprint/47/2/S66> (9. marec 2009).
- Kavčič, Bogdan. 1963). Življenjski pogoji in aktivnosti nad 55 let starih Slovencev. *Informativni bilten* 6. Ljubljana. Inštitut za sociologijo univerze v Ljubljani.
- Klemenčič, Mija Marija. 2006. Koncept spreminjanja skozi paradigmo vseživljenjskega razvoja. *Socialna pedagogika* 10 (4): 467–488. Dostopno prek: <http://www.zzsp.org/revija/2006/06-4-393-548.pdf> (3. junij 2009).
- Kogovšek, Tina. 2001. *Ocenjevanje zanesljivosti in veljavnosti merjenja značilnosti egocentričnih socialnih omrežij*. Doktorska disertacija. Ljubljana: FDV.
- Kogovšek, Tina, Valentina Hlebec, Polona Dremelj in Anuška Ferligoj. 2003. Omrežja socialne opore Ljubljančanov. *Družboslovne razprave* 19(43): 183–204.
- Lang, F.R. 2001. Regulation of social relationships in later adulthood. *Journal for gerontology* 6(56B): 321–326. Dostopno prek: <http://psychsoc.gerontologyjournals.org/cgi/reprint/56/6/P321> (1. junij 2009).
- Nagode, Mateja. 2004. Omrežja socialne opore različnih tipov družin in gospodinjstev. V *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*, ur. Mojca Novak, 85–109. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.
- Nastran-Ule, Mirjana. 1993. *Psihologija vsakdanjega življenja*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

- Nastran-Ule, Mirjana in Metka Kuhar. 2003. *Mladi, družina, starševstvo: spremembe življenjskih potekov v pozni moderni*. Ljubljana. Fakulteta za družbene vede.
- Novak, Mojca, Nevenka Černigoj Sadar, Srečko Dragoš, Polona Dremelj, Anuška Ferligoj, Valentina Hlebec, Tina Kogovšek in Mateja Nagode. 2004. *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.
- Ramovš, Jože. 2003. *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: SAZU. Inštitut Antona Trstenjaka: Slovenska akademija znanosti umetnosti.
- Smith, K. Mark. 1999. Life span development and lifelong learning. Dostopno prek: http://www.infed.org/biblio/lifecourse_development.html (2. november 2006).
- Sugarman, Leoni. 1986. *Life-span development: concept, theoris, and interventios*. London. New York: Routledge.
- Van der Poel, Mart. 1993. *Personal networks. A rational-choice explanation of their size and composition*. Lisse: Swets&Zeitlinher.
- Vaux, A. 1988. *Social support: Theory, research, and intervention*. New York: Praeger Publishers.
- Wenger, C. 1994. *Suport networks of older people: A guide for practitioners*. Bangor: Centre for Social Policy Research and Development.
- --- 1997. Review of findings on support networks of older Europeans. *Journal of crosscultural gerontology* (12): 1–21. Dostopno prek: <http://www.springerlink.com.nukweb.nuk.unilj.si/content/p747456411220q47/fulltext.pdf> (1. maj 2009).
- Statistični urad Republike Slovenije. 2009. *Prebivalstvo*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/doc/statinf/05-SI-007-0901.pdf> (20. junij 2009).

15 PRILOGE

PRILOGA A: Vprašalnik o socialnih omrežjih

Generacija (obkroži): 1. jaz, 2. mama ali oče, 3. babica ali dedek

Datum anketiranja: __ / __ / 200__ in Začetek anketiranja: _____ (ura in minuta)

Začniva z vprašanji, ki se nanašajo na osebe, ki so v tvojem življenju ta trenutek pomembne. Da bi dobil/a pravilno sliko, te bom prosil/a, da mi pomagaš narisati diagram, ki ga bova v anketi imenovali/a osebno omrežje. (POKAŽITE DIAGRAM ANKETIRANCU/KI (A)). V centru si ti. V prvem krogu bo le ena oseba ali več oseb, ki so ti tako blizu, da bi si brez njih težko predstavljal/a svoje življenje. V drugem krogu bodo ljudje, ki ti niso tako zelo blizu, ampak so še vedno precej pomembni zate. V tretjem krogu bodo ljudje, ki ti niso tako blizu, so pa zate še vedno pomembni. Krogi so lahko prazni, delno polni ali povsem polni.

Sedaj bi rad/a, da pomisliš na vse ljudi v svojem življenju (prosim, osredotoči se na ljudi, **ki so starejši od 18 let**), ki so zate pomembni in ne samo na ljudi, ki jih slučajno poznaš ali so s tabo v sorodu.

A1. Začela bova z ljudmi, ki so ti najbližji, ali je med njimi kakšna oseba ali osebe, brez katerih si težko predstavljaš svoje življenje?

DA – NADALJUJTE Z A1a

NE – NADALJUJTE Z A2

A1a. Ali mi lahko poveš ime te osebe in začetnico priimka? (Je še kdo tak, ki ti je tako blizu?) (VPIŠITE IME IN ZAČETNO ČRKO PRIIMKA V DIAGRAM TER JIH OZNAČITE S ŠTEVILKAMI V KROG, KI JE NAJBЛИŽJI A, ZAČNITE OB TOČKI 12. URE.)

A2. Ali obstajajo ljudje, s katerimi si nisi tako blizu, ampak so še vedno zelo pomembni zate?

DA – NADALJUJTE Z A2a

NE – NADALJUJTE Z A3

A2a. Ali mi lahko poveš ime te osebe in začetnico priimka? (Je še kdo tak, ki ti je tako blizu?) (VPIŠITE IME IN ZAČETNO ČRKO PRIIMKA V DIAGRAM TER JIH OZNAČITE S ŠTEVILKAMI V KROG, KI JE NAJBЛИŽJI A, ZAČNITE OB TOČKI 12. URE.)

A3. Ali so obstajajo ljudje, ki jih še nisi omenil/a, pa so ti dovolj blizu, in so zate pomembni, tako da bi jih morala vpisati v tvoje osebno omrežje?

DA – NADALJUJTE Z A3a

NE – NADALJUJTE Z A3b

A3a. Ali mi lahko poveš ime te osebe in začetnico priimka? (Je še kdo tak, ki ti je tako blizu?) (VPIŠITE IME IN ZAČETNO ČRKO PRIIMKA V DIAGRAM TER JIH OZNAČITE S ŠTEVILKAMI V KROG, KI JE NAJBЛИŽJI A, ZAČNITE OB TOČKI 12. URE.)

A3b. NA DIAGRAMU IN PREŠTEJTE ŠTEVILO LJUDI V POSAMEZNIH KROGIH IN VPIŠITE:

A3b1. število oseb v prvem krogu: _____,

A3b2. število oseb v drugem krogu: _____ in

A3b3. število oseb v tretjem krogu: _____.

DIAGRAM DAJTE OSEBI, KI JO SPRAŠUJETE

A4. Sledi nekaj vprašanj o ljudeh v tvojem omrežju. Ko ti zastavim posamezno vprašanje, prosim povej številko osebe ali oseb, ki zate naredi določeno stvar. Če je ne naredi nihče, preprosto reci nihče (»00« = »NIHČE«). (ČE A. ODGOVORI »NE VEM« NA KATEROKOLI VPRAŠANJE, VPRAŠAJTE ŠE »KAKO TO MISLIŠ?« ČE JE OSEB VEČ KOT 20, VPISUJTE ŠTEVILKE V OKENCE »DRUGO«.)

OBKROŽI ŠTEVILKE, KI JIH A. BERE IZ DIAGRAMA.

A4a. Ali obstajajo ljudje, ki jim zaupaš stvari, ki so zate pomembne?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	DRUGO
A4b. Ali obstajajo ljudje, ki ti povrnejo samozavest, ko se počutiš negotov/a glede česa?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4c. ... , ki ti dajejo občutek, da te spoštujejo?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4d. ..., s katerimi se pogovoriš, kadar si vznemirjen/a, nervozen/a ali depresiven/a?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4e. ..., s katerimi se pogovarjaš o svojem zdravju?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4f. ..., ki jih vprašaš za nasvet ob pomembnih življenjskih spremembah (npr. selitev, zamenjava službe, ipd.)?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4g. ..., ki ti zagotovijo pomoč, če zboliš?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4h., od katerih si sposodiš kakšno stvar, na primer kakšno orodje, ali jih prosiš za pomoč pri manjših hišnih opravilih (npr. lažjih gospodinjskih opravilih)?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4i. ... , ki ti pomagajo pri večjih opravilih, kot je gradnja ali prenova hiše, stanovanja, prekopavanje vrta, ipd.?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4j. ..., s katerimi se družiš, npr. se obiščeš, greš skupaj na večerjo, ali izlet?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4k. ..., od katerih si zaradi kakšne nujne situacije izposodiš večjo vsoto denarja (npr. 300.000 sit)?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	

A5. Ponovno se vrni na stvari, o katerih so govorila prejšnja vprašanja. Vprašal/a te bom enaka vprašanja, vendar tokrat na drugačen način.

OBKROŽI ŠTEVILKE, KI JIH A. BERE IZ DIAGRAMA.

A5a. Ali obstajajo ljudje, ki ti zaupajo stvari, ki so zanje pomembne?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	DRUGO
A5b. Ali obstajajo ljudje, ki jim povrneš samozavest, ko se počutijo negotovi glede česa?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A5c. ..., ki jim daješ občutek, da jih spoštuješ?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A5d. ..., ki se pogovorijo s tabo, kadar so vznemirjeni, nervozni ali depresivni?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A5e. ..., ki se pogovarjajo s tabo o svojem zdravju?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4f. ..., ki te vprašajo za nasvet ob pomembnih življenjskih spremembah (npr. selitev, zamenjava službe, ipd.)?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4g. ..., ki jim zagotoviš pomoč, če zbolijo?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4h. ..., ki si od tebe sposodijo kakšno stvar, na primer kakšno orodje, ali te prosijo za pomoč pri manjših hišnih opravilih (npr. lažjih gospodinjskih opravilih)?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	
A4i. ..., ki jim pomagaš pri večjih opravilih, kot je gradnja ali prenova hiše, stanovanja, prekopavanje vrta, ipd.?	00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	

A8. Če še ostaneva pri ljudeh v tvojem omrežju, koliko ljudi v tvojem omrežju ...

	1. vsi	2. večina	4. nekateri	5. nihče
A8b. ... te ne razume?				
A8c. ... te nervira?				
A8d. ... se med sabo pozna?				

A9. Če govoriva o spremembah v tvojem omrežju, bi želel/a, da je v tvojem omrežju več ljudi?

1. DA

2. NE

A10. Bi želel/a, da bi bilo v tvojem omrežju več ljudi, na katere bi se lahko zanesel/a?

1. DA

2. NE

A11. Na koliko ljudi v tvojem omrežju se pri komuniciranju običajno ti obrneš prvi/a? Bi rekel/a, da na vse, večino, nekaj ali nikogar?

1. VSE	2. VEČINO	4. NEKAJ	5. NIKO GAR	3. A. SAM REČE »PRIBLIŽNO POLOVICO«
-----------	--------------	-------------	----------------	--

12. Sedaj bi ti rad/a zastavila nekaj vprašanj o posameznikih v tvojem omrežju. (PONOVI TE VPRAŠANJA OD A13. DO A19. ZA PRVIH 10 IMEN V DIAGRAMU, RAZEN, ČE JIH JE A. IZBRISAL/A – VPRAŠAJTE VSA VPRAŠANJA ZA PRVO OSEBO, POTEM NADALJUJTE Z DRUGO,..)

A13. PREVERITE, V KATEREM KROGU SE IME NAHAJA IN OBKROŽITE V RAZPREDELNICI.

A14. (VPRAŠAJTE, ČE JE POTREBNO) Ali je oseba številka (ena, dva ...) moškega ali ženskega spola?

A15. Ali je ona/on prijatelj/ica, sorodnik/ica ali kaj drugega? (OPIŠITE BOLJ NATANČNO, ČE SORODNIK. VRST ODNOSOV JE LAHKO VEČ ZA ISTO OSEBO)?

A16. Ali živita skupaj, v isti soseski ali kraju, ali živi manj ali več kot 30 minut vožnje z avtomobilom daleč?

A17. Približno koliko je star/a?

A18. (VPRAŠAJTE, ČE JE POTREBNO). Približno koliko let ga/jo poznaš?

A19. Ali bi ocenil/a, da si običajno z njo/njim v stiku vsak dan, približno enkrat tedensko, približno enkrat mesečno ali enkrat letno? (OBKROŽITE NEREDNO, ČE A. NE MORE DATI ODGOVORA V SMISLU REDNIH STIKOV).

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A13. krog:	1.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	3.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
A14. spol:	1. moški	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2. ženski	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
A15. vrsta odnosa, kode spodaj											
A16. oddaljenost:	1. živiva skupaj	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2. živiva v isti soseski	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	3. živiva v istem kraju	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	4. kraj, oddaljen manj kot 30 min vožnje z avt.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	5. kraj, oddaljen več kot 30 min vožnje z avt.	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
A17. vpišite starost osebe											
A18. vpišite število let poznanstva											
A19. pogostost stikov	1. vsak dan	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2. približno 1 krat tedensko	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	3. približno 1 krat mesečno	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	4. približno 1 krat letno	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	5. neredno	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

A15. KODE ODNOSOV

1. mož/ žena/ partner, 2. mama, 3. oče, 4. hči, 5. sin, 6. sestra, 7. brat, 8. drugi sorodnik (tudi po moževi/ženini strani), 9. prijatelj, 10. znanec, 11. sosed, 12. sodelavec, 13. duhovnik, 14. zdravnik, 15. psiholog/ psihiater/ kak drugi poklicni svetovalec, 16. pravnik/ odvetnik, 17. kdo iz socialne službe, 18. patronažna sestra, 19. nekdo, ki mu plačate za pomoč, 20. vnuk/-inja, 21 socialni oskrbovalec/-ka

Sedaj bi rad/a zastavil/a še nekaj vprašanj o tebi. (ČE KATERE PODATKE ŽE VESTE, JIH VPIŠITE NE DA BI ANKETIRANCA/KO SPRAŠEVALI)

E1. Število oseb v gospodinjstvu: _____.

E2. Označite spol osebe: 1. moški, 2. ženski

E3. Zapišite leto rojstva: _____.

E4. Označite zakonski stan osebe:

1. poročen/a ali živi s partnerjem/ko
2. ima partnerja/ko, a ne živi z njim/z njo
3. ovdovel/a
4. ločen/a
5. samski/a
6. drugo: _____

E5. Označite delovno aktivnost:

1. zaposlen/a
2. nezaposlen/a
3. upokojen/a
4. gospodinjec/ja
5. študent/ka
6. drugo: _____

E6. Kakšna je tvoja najvišja dosežena izobrazba oz. končana šola?

1. nedokončana osnovna šola
2. osnovna šola
3. 2–3 letna poklicna šola
4. 4–5 letna strokovna šola
5. gimnazija
6. višja šola
7. visoka šola, fakulteta, akademija
8. magisterij, doktorat

E7. Kraj bivanja:

1. večje mesto (center)
2. predmestje ali obrobje velikega mesta
3. majhno mesto ali kraj
4. strnjena podeželska vas
5. razpršena podeželska vas

E8. Še nekaj vprašanj o tvojem zdravstvenem stanju. V primerjavi z drugimi osebami iste starosti bi lahko rekel/la, da je tvoje zdravstveno stanje:

1. odlično
2. zelo dobro
3. srednje dobro
4. slabo
5. zelo slabo

E9. Ali ti tvoje zdravstveno stanje povzroča kakšne težave pri vsakdanjih opravilih, kot je osebna nega in podobno?

1. sploh ne, vse zmorem sam/a
2. manjše težave, vse zmorem sam/a
3. večje težave, vse zmorem sam/a, a s težavo
4. večje težave, pri nekaterih stvareh potrebujem redno pomoč
5. velike težave, potrebujem redno pomoč

E10. Kaj so bili glavni razlogi, ki so te spodbudili k izobraževanju?

E11. Če si vključen/a v kakšen izobraževalni program, ali si v učni skupini našel/a prijatelje, s katerimi se družiš tudi sicer, ko ne gre za izobraževanje?

1. da
2. ne

E12. Ali uporabljaš internet ali/in elektronsko pošto?

1. da, samo internet
2. da, samo elektronsko pošto
3. da, oboje
4. ne

E13. Če da, kdo te je naučil uporabljati računalnik? (MOŽNIH JE VEČ ODGOVOROV)

1. sam
2. sin ali hčerka
3. prijatelj/ica
4. sosed/a
5. sodelavec/ka
6. nekdo drug _____
7. naučil sem se med izobraževanjem

E14. Kraj bivanja:

1. večje mesto (center)
2. predmestje ali obrobje velikega mesta
3. majhno mesto ali kraj
4. strnjena podeželska vas
5. razpršena podeželska vas

E15. Še nekaj vprašanj o soseski. V nekaterih območjih se ljudje precej družijo in si med seboj pomagajo, medtem ko se v drugih ne družijo in skrbijo le sami zase. Kako je v tvoji soseski?

1. ljudje si med seboj pomagamo
2. vsak skrbi samo zase
3. pomagamo si le ljudje, ki se dobro poznamo, za ostale se ne zanimamo

E16. Povej še, koliko soglasaš oz. ne soglasaš z naslednjimi trditvami v zvezi s tvojim krajem, sosesko, vasjo ...

E16.1. Večina ljudi v naši soseski/vasi je v temelju poštenih in jim zaupam.

1. sploh ne soglašam
2. ne soglašam
3. niti ne soglašam niti soglašam
4. soglašam
5. močno soglašam

E16.2. Večina ljudi v naši soseski/vasi ti je pripravljena pomagati, če pomoč potrebuješ.

1. sploh ne soglašam
2. ne soglašam
3. niti ne soglašam niti soglašam
4. soglašam
5. močno soglašam

E16.3. Čutim, da me ljudje v naši soseski/vasi sprejemajo.

6. sploh ne soglašam
7. ne soglašam
8. niti ne soglašam niti soglašam
9. soglašam
10. močno soglašam

E17. Še nekaj vprašanj o tvojem zdravstvenem stanju. V primerjavi z drugimi osebami iste starosti bi lahko rekel/la, da je tvoje zdravje:

1. odlično
2. zelo dobro
3. srednje dobro
4. slabo
5. zelo slabo

E18. Ali ti tvoje zdravstveno stanje povzroča kakšne težave pri vsakdanjih opravilih, kot je osebna nega in podobno?

1. sploh ne, vse zmorem sam/a
2. manjše težave, vse zmorem sam/a
3. večje težave, vse zmorem sam/a, a s težavo
4. večje težave, pri nekaterih stvareh potrebujem redno pomoč
5. velike težave, potrebujem redno pomoč

E19. Nekateri ljudje imajo iz različnih razlogov težave pri gibanju v prostoru, na primer, ker težko hodijo po stopnicah, ne vidijo dobro, nekateri uporabljajo medicinske pripomočke in podobno. Ali imaš pri vsakodnevnih opravilih težave pri gibanju?

1. da, NADALJUJTE Z VPRAŠANJEM E20
2. ne, ZAHVALITE SE ZA SODELOVANJE

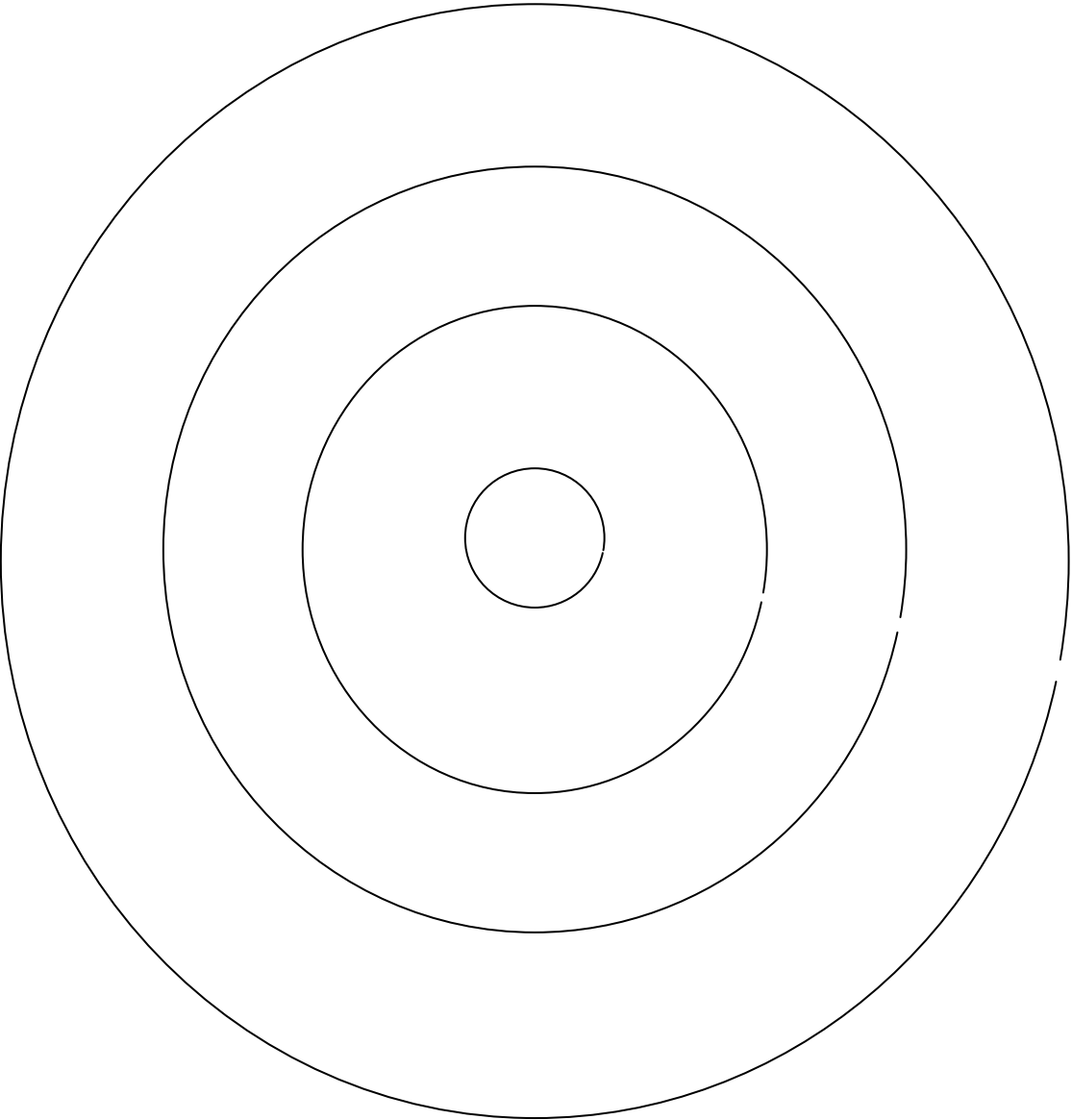
E20. Ali zaradi teh težav potrebuješ stalno pomoč pri aktivnostih, ki jih bom naštel/a? Prosim, oceni na lestvici z možnimi odgovori: vedno, pogosto, včasih, nikoli. (OPCIJE »NE POČNE« NE BERITE, LE OBKROŽITE, ČE ANKETIRANEC DA TA ODGOVOR.)

	vedno	pogosto	včasih	nikoli	ne počne
E20.1. pri vzdrževanju osebne higiene in oblačenju	1	2	3	4	5
E20.2. pri drobnih vsakodnevni gospodinjskih opravilih (pospravljanje stanovanje, priprava hrane, nakupovanje dnevni življenjskih potrebščin ipd.)	1	2	3	4	5
E20.3. pri urejanju različnih zadev (obisk zdravnika, banke ipd.)	1	2	3	4	5

Čas ob zaključku ankete: _____(ura in minuta)

Za tvoje sodelovanje se ti najlepše zahvaljujem!

DIAGRAM



PRILOGA B: Prepis intervjujev z zaposlenimi in upokojenimi

ANKETIRANEC 01: Francka, upokojena, 79 let

Ali je v vašem osebnem omrežju kdo, za katerega lahko rečete, da je sodelavec?

T: »Ne, ker rabim tujo pomoč, ker sem 100 % invalid.«

Kakšen pomen imajo sodelavci sedaj v primerjavi s prejšnjim časom?

T: »Prej so mi veliko pomenili, ker sem lahko z njimi sodelovala, sedaj pa, ko človek zboli, pozabijo na sodelavca.«

Ali jih je kdo nadomestil?

T: »Ni.«

Kakšno vlogo imajo v vašem omrežju družinski člani, prijatelji, sosedje? Ali lahko opišete s primerom?

T: »So mi vsakokrat v pomoč, ko rabim, mi zmeri kaj kupijo v trgovini, če rabim. Za vsako nujno v hiši, sej veste, če si sam cel dan, je dobro imet koga, pa še kdaj kej poklepetamo bol na hitro. Ma da bi se prav družili, pa ne.

Opišite prosim, kako poteka vaš tipičen dan od jutra do večera!

T: »Ko vstanem, da mi pomagajo, da se oblečem, mi napravijo zajtrk, nekaj za kosilo, če ostane od prejšnjega večera, drugače moram počakat do treh. Kdaj pa pride tudi kakšna soseda, mi prinese kaj za pojest, ker sem odvisna od tujih ljudi. Po treh pa pridejo že hčerke domov in skrbijo za mene do večera.«

Koliko se je ta dan spremenil od takrat, ko ste bili še v službi? Kaj se je spremenilo?

T: »Vse se je zrušilo.«

Kaj vam pomenijo ljudje, s katrimi ste v stiku?

T: »Veliko. Zadovoljna sem vsakokrat, ko pridejo, da me obiščejo in da mi krajšajo kakšno urco. Ma vsi hitijo, ni časa enkrat, ko so otroci, delo ni več za pohajat. Je treba samo delat. Dobro, da če kaj rabim, da mi priskočijo na pomoč.«

Kaj pa sosedje in prijatelji?

T: »S sosedi se ne družim, ker nisem bila navajena se z bližnjimi družiti, sem imela bolj oddaljene prijatelje. Vendar tisti oddaljeni prijatelji me ne poznajo več, ker nimajo nobene koristi od mene. Pomembna mi je družina.«

Ali kaj pogrešate v vašem življenju?

T: »Delo ki sem ga opravljala po upokojitvi.«

Kaj ste opravljali?

T: »Delo agentke v tujini.«

Opišite prosim svoje počutje (čustveno, fizično, socialno).

T: »Fizično slabo zaradi zdravstvenega stanja. Čustveno, kaj naj povem, žalostna, ker nimam zdravja, ker bi si lahko kolikor toliko sama pomagala, vendar ne morem.«

ANKETIRANEC 02; Milena, zaposlena, 54 let

Ali se na delovnem mestu s kom posebno dobro razumete in je tudi vaš prijatelj/prijateljica?

M: »Na delovnem mestu so vsi prijatelji in prijateljice z vsemi se dobro razumem.«

Kdo je to?

M: »89 sodelavcev.«

Zakaj se z njimi tako dobro razumete?

M: »Zato, ker sem tudi jaz tako dobra z njimi in me imajo za spoštovanje.«

Na kakšen način se družite z njimi znotraj delovnega časa?

M: »Znotraj delovnega časa se družim na podlagi službe dela.«

Ali se s temi osebami videvate tudi zunaj delavnega časa?

M: »S temi osebami se izven delovnega časa ne videvam.«

Koliko so za vas pomembni sodelavci?

M: »Sodelavci so zamene steber življenja.«

Ali se z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh ?

M: »Z njimi se o osebnih stvareh ne pogovarjam, ker ima vsak svoje.«

Kaj se pa pogovarjate z njimi?

M: »V zvezi z delom.«

Kaj bo, ko se boste upokojili?

M: »Ko se bom upokojila, se bom znova zaposlila in do smrti delala delo v društvih.«

Ali bodo sodelavci imeli še tako vlogo v vašem osebnem omrežju kot sedaj?

M: »Sodelavci bodo imeli še vedno tako vlogo kot do sedaj, če me bodo pogodbeno zaposlili.«

Kakšno vlogo bo imela vaša družina, prijatelji in sosedje?

M: »Družina prijatelji sosedje bodo imeli isto vlogo, ker bom vedno aktivna.«

Kaj pa sosedje?

M: »Družila, pomenkovala, imela čas z njimi, pomenila, pohajkovala. Izmenjavala mnenja. Čas imela splošno za njih.«

Prosim, zamislite si, kako bo potekal tipičen dan, ko boste upokojeni in ga opišite?

M: »Od jutra do večera bo potekal delovno doma in v dodatni službi.«

ANKETIRANEC 03; Marija, zaposlena, 53 let

Ali se na delovnem mestu s kom posebno dobro razumete in je tudi vaš prijatelj/prijateljica

M: »Ja, z določenimi, ne pa z vsemi.«

Kdo je to? Zakaj se z njimi tako dobro razumete?

M: »Če sodelujejo, da sodelujemo, smo en tim dober.«

Na kakšen način se družite z njimi znotraj delovnega časa?

M: »Delovne obveznosti pri, kavi kakšni rojstni dnevi.«

Ali se s temi osebami videvate tudi zunaj delavnega časa?

M: »Bolj malo samo z eno.«

Kaj počnete skupaj?

M: »Pogovarjamo se na kavi.«

Koliko so za vas pomembni sodelavci?

M: »Zelo dosti pri delu.«

Ali se z njimi pogovarjate tudi o osebnih stvareh?

M: »Se tudi.«

Kaj se pa pogovarjate z njimi?

M: »Družinske in zdravstvene zadeve.«

Kaj bo, ko se boste upokojili? Ali bodo sodelavci imeli še tako vlogo v vašem osebnem omrežju kot sedaj?

M: »Mislim, da ne, samo spomin bo ostal.«

Kakšno vlogo bo imela vaša družina, prijatelji in sosedge?

M: »Še večjo.«

Kaj pa sosedge?

M: »Tudi.«

Prosim, zamislite si, kako bo potekal tipičen dan, ko boste upokojeni in ga opišite.

M: »Zjutraj bom vstala, nič na hitro kuhat, kakšna rekreacija, druženje. Sam si moraš zbrat stvari, ki ti bodo v veselje, vrtičkarstvo, hobi, šivanje kuhanje. Hoja, kolesarjenje. Zvečer malo s prijatelji, kino, kaj podobnega.«

ANKETIRANEC 04; Toni, upokojeni, 64 let

Ali je v vašem osebnem omrežju kdo, za katerega lahko rečete, da je sodelavec?

T: »Ne.«

Zakaj po vašem mnenju nimate osebnih stikov? Kakšni so razlogi?

M: »Ne morem se družiti s sodelavci, ker so preveč narazen.«

Kakšen pomen imajo sodelavci sedaj v primerjavi s prejšnjim časom?

M: »Nobenega.«

Ali jih je kdo nadomestil?

M: »Ne.«

Kakšno vlogo imajo v vašem omrežju družinski člani, prijatelji, sosede? Ali lahko opišete s primerom?

M: »Družinski člani kot družina, prijatelji za druženje, sosedi za druženje in klepetanje.«

Opišite prosim, kako poteka vaš tipičen dan od jutra do večera!

M: »Vstaneš, telovadiš, poješ, pripraviš po hiši, greš hodit, popoldanski čas ni nič posebnega, kar rabi moja gospa, ker ne vozi avta in zvečer gledam televizijo in reševanje križanke.«

Koliko se je ta dan spremenil od takrat, ko ste bili še v službi? Kaj se je spremenilo?

M: »Dosti, takrat je bilo vse bolj napeto, takrat je bilo vse za službo.«

Kaj vam pomenijo ljudje, s katerimi ste v stiku?

M: »Za prijateljsko druženje.«

Ali kaj pogrešate v vašem življenju?

M: »Ne.«

Opišite prosim svoje počutje.

M: »Stabilno fizično, tudi socialno tudi.«

ANKETIRANEC 05; Tončka, upokojena, 75 let

Ali je v vašem osebnem omrežju kdo, za katerega lahko rečete, da je sodelavec?

T: »Ne.«

Kateri so razlogi za to?

T: »Ni potrebno. Ni časa.«

Kakšen pomen imajo sodelavci sedaj v primerjavi s prejšnjim časom?

T: »Takrat veliko, tudi danes, vendar ni časa.«

Ali jih je kdo nadomestil?

T: »Družina je bolj pomembna.«

Kakšno vlogo imajo v vašem omrežju družinski člani, prijatelji, sosedje? Ali lahko opišete s primerom?

T: »Družina največ pomeni. Tudi prijatelji mi veliko pomenijo. Družina, ker je moja.. Prijatelji, da se pogovarjam z njimi in tudi s sosedi.«

Opišite prosim, kako poteka vaš tipičen dan od jutra do večera!

T: »Zjutraj vstanem normalno, najprej se moram sama oskrbet zaradi bolezni in potem se začnejo injekcije kot diabetik, potem se uredim v kopalnici. Potem se začnejo hišna opravila, po trgovinah, zdravniki. Čez cel dan je družina in zvečer televizija. Zjutraj časopis.«

Koliko se je ta dan spremenil od takrat, ko ste bili še v službi? Kaj se je spremenilo?

T: »Spremenilo se je toliko, da veliko več moram delat cel dan sem doma. Prej sem bila v službi in sem doma krepko morala delat.«

Kaj vam pomenijo ljudje, s katerimi ste v stiku?

T: »Veliko.«

Ali kaj pogrešate v vašem življenju?

T: »Pogrešam, da sem bila navajena biti urejena.«

Opišite prosim svoje počutje (čustveno, fizično, socialno).

T: »Počutim se fizično slabo zaradi bolezni, čustveno dobro, socialno tudi.«

ANKETIRANEC 06; Tone, zaposleni, 59 let

Ali se na delovnem mestu s kom posebno dobro razumete in je tudi vaš prijatelj/prijateljica .

T: »Ne.«

Zakaj po vašem mnenju nimate osebnih stikov? Kakšni so razlogi?

T: »Zaradi tega, ker izgubiš vodstvene sposobnosti, izgubiš tisto, kar bi lahko bil.«

Kaj bo, ko se boste upokojili? Ali bodo sodelavci imeli še tako vlogo v vašem osebnem omrežju kot sedaj?

T: »Bolj me bodo rabili, bolj se bom družil.«

Kakšno vlogo bo imela vaša družina, prijatelji in sosedje?

T: »Verjetno isto vlogo, več se bom posvetil prijateljem, sosedom tudi.«

Prosim, zamislite si, kako bo potekal tipičen dan, ko boste upokojeni in ga opišite.

T: »Nič drugačen, kot je zdaj. Navajen sem zgodaj vstajati, grem v firmo, tam razporedimo delo in teče tako, kot je z ozirom na potrebe delo. Nič drugače ne bo. Bom prišel tja, mogoče bolj pustil, da bodo bolj kreativni in bodo bolj sami načrtovali, od daleč jih bom spremljal in vedno bom tam blizu. Zvečer bom prišel domov in to bo to.

Zvečer ne vem, sedaj je en vnuk, potem bo lahko več vnukov in bo šla motivacija v tej smeri.«