

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Špela Strnad

Skrb odraslih sinov za ostarele starše

Diplomsko delo

Ljubljana, 2017

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Špela Strnad

Mentorica: prof. dr. Zdenka Šadl

Skrb odraslih sinov za ostarele starše

Diplomsko delo

Ljubljana, 2017

Zahvaljujem se svoji mentorici, dr. Zdenki Šadl za vso strokovno pomoč in nasvete pri nastajanju diplomskega dela.

Iskrena hvala tudi vama, mami in Rok, ker sta mi stala ob strani in me spodbujala.

Hvala tudi tebi, Petra, za vso pomoč in prijetno družbo.

Zahvaljujem se tudi vsem intervjuvanim, ki so sodelovali pri raziskavi.

Skrb odraslih sinov za ostarele starše

Skrb za ostarele družinske člane primarno poteka znotraj družine, kjer so pogosto odrasli otroci tisti, ki prevzamejo skrbstveno vlogo. Zgodovinsko gledano, je bila skrb za ostarele družinske člane v glavnem v domeni žensk, kar se je od sredine 20. stoletja dalje zaradi povečane participacije žensk na trgu delovne sile, demografskih sprememb in različnih drugih družbenih sprememb pričelo spreminjati in so neformalno skrb za ostarele; postopoma začeli prevzemati tudi moški, najpogosteje sinovi. V diplomskem delu me zanima, na kakšne načine se sinovi vključujejo v skrb ostarelih staršev in kakšna je njihova skrbstvena izkušnja. V teoretičnem delu najprej predstavim staranje prebivalstva, opredelim koncepte skrb, (neformalno) skrbstveno delo in z njim povezano emocionalno oporo. V nadaljevanju sledi pregled družinske oskrbe v Sloveniji in Evropi, pri čemer opozorim; na še vedno prisotno spolno neenakost pri skrbi za ostarele. Osrednji del naloge je problematika moških v vlogi družinskih oskrbovalcev, kjer izpostavim relokacijo skrbstvenega dela ter predstavim raziskave na temo sinov kot družinskih oskrbovalcev. Sledi empirični del naloge, kjer s pomočjo intervjuja z osmimi odraslimi moškimi (sinovi); proučujem motivacijo za prevzem skrbstvene vloge, načine, na katere se sinovi vključujejo v oskrbo svojih staršev in izzive, s katerimi se ob tem soočajo.

Ključne besede: skrb, skrbstveno delo, skrb za ostarele, moški oskrbovalci, sinovi kot družinski oskrbovalci.

Caregiving of elderly parents by adult sons

Elderly family members are primarily cared for within the family, where adult daughters or sons are usually the ones that take on the role of caregiver. Historically speaking, the act of caring for elderly family members was mainly a woman's responsibility, which has, from the middle of the 20. century onwards, changed due to the increased participation of women in the labour market, demographic changes and various other social changes. Gradually, men, most often sons, started to take part in the informal care of their ageing parents as well. This diploma thesis centres on the ways sons participate in the caregiving process of their elderly parents, as well as on their caregiving experiences. In the theoretical part, aging of the population is presented, along with the concepts of care, (informal) caregiving work and emotional support connected to the process. Moreover, family care in Slovenia and Europe is reviewed, where I draw attention to the ever-present inequality between gender in situations that require caring for aging parents. The main part of the thesis focuses on the role of men as family caregivers, where the relocation of care work and present research on the topic of sons as family caregivers is emphasized. In the empirical part of the thesis, eight adult men (sons) are interviewed in order to study their motivation for becoming caregivers, as well as the ways in which they participate in their parents care and the challenges they face along the way.

Key words: care, caregiving, caring for elderly people, male caregivers, sons as caregivers of family members.

KAZALO VSEBINE

1 UVOD	7
2 STARANJE PREBIVALSTVA.....	9
3 SKRB IN SKRBSTVENO DELO	10
3.1 Opredelitev skrbi	10
3.2 (Neformalno) skrbstveno delo	11
3.3 Skrbstveno delo in emocionalna opora ostarelim	13
4 DRUŽINSKA OSKRBA STAREJŠIH V SLOVENIJI IN EVROPI	13
4.1 Sistem socialne blaginje in družinska oskrba starih ljudi	14
4.1.1 Slovenija.....	14
4.1.2 Evropski okvir.....	15
4.2 Družinska oskrba in neenakost med spoloma	15
4.2.1 Družinska oskrba in njeni akterji v Sloveniji.....	15
4.2.2 Družinska oskrba in njeni akterji v Evropi	17
5 MOŠKI V VLOGI DRUŽINSKIH OSKRBOVALCEV	18
5.1 Problem raziskav o moških oskrbovalcih.....	18
5.2 Relokacija skrbstvenega dela.....	19
5.3 Skrbstvene prakse sinov	19
6 EMPIRIČNI DEL.....	21
6.1 Raziskovalna metodologija	21
6.2 Rezultati.....	23
6.2.1 Opis raziskovalnih enot.....	23
6.2.2 Razlogi za nudenje oskrbe ter časovni okvir pomoči	24
6.2.3 Oblike pomoči odraslih sinov in preostalih vključenih v oskrbo ostarelih	26
6.2.4 Izzivi pri soočenju s skrbstvenim delom.....	32
6.2.5 Motivacija, interes oskrbovalca	34

6.3 Interpretacija rezultatov	39
7 SKLEP	42
8 LITERATURA	44
PRILOGE.....	48
Priloga A: Intervju z Marjanom.....	48
Priloga B: Intervju z Branetom.....	52
Priloga C: Intervju z Ivanom	56
Priloga Č: Intervju s Stanetom.....	60
Priloga D: Intervju s Štefanom	64
Priloga E: Intervju z Boštjanom	69
Priloga F: Intervju s Tomažem	73
Priloga G: Intervju z Luko	77

1 UVOD

Pričujoče diplomsko delo se v splošnem ukvarja z neformalnim skrbstvenim delom, ki so ga starostniki v največji meri deležni od družinskih članov, najpogosteje svojih otrok. Ob tem velja izpostaviti zanimivo misel avtoric Bookman in Kimbrel (2011, 120), ki pravita: »Današnji raziskovalci vedno bolj ugotavljajo, da lahko odrasli porabijo več let za skrb svojih staršev kot pa za skrb svojih otrok.« Omenjena misel odpira mnogo vprašanj in polemik glede odraslih otrok kot družinskih oskrbovalcev, ki namenijo oskrbi svojih staršev ogromno svojega časa in so ob tem pogostokrat nevidni, saj gre v splošnem za skrbstveno delo, ki ne zahteva nobenega plačila in ga je ravno zaradi tega težko ovrednotiti, izmeriti. V današnjem času omenjena problematika postaja vse vidnejša in s tem narašča tudi potreba po vedno večji obravnavi odgovornih akterjev na tem področju.

Vsa zapisana dejstva so me pripeljala do odločitve, da se skozi raziskovanje osredinim na sinove kot oskrbovalce ostarelih staršev, čigar vključevanje, je zaradi številnih demografskih sprememb in preostalih družbenih sprememb, vse opaznejše. Moj glavni cilj je raziskati, na kakšne načine se današnji odrasli sinovi vključujejo v oskrbo svojih ostarelih staršev, torej kako oni sami dojemajo skrbstveno izkušnjo.

V nalogi se opiram na različne vire in literaturo ter raziskave, ki so bile že opravljene na tem področju. V prvem (teoretičnem) delu se najprej posvetim staranju prebivalstva, kjer predstavim spremembe glede rodnosti in umrljivosti ter podaljševanja življenjske dobe v Sloveniji. Sledi poglavje, v katerem opredelim koncept skrbi ter neformalno skrbstveno delo, ki ga za starejše ljudi večinoma opravljajo člani sorodniške mreže, prijateljev, sosedov in prostovoljcev. Le-ti lahko ostarelim nudijo pomoč pri instrumentalnih in osnovnih vsakdanjih opravilih. Izpostavim tudi sodelovanje med tremi vejami (skupinami) sodobne oskrbe (družinskimi oskrbovalci, različnimi zdravstvenimi strokami in politiko) in ob tem dodam še skupino delodajalcev. Nato se osredinim še na emocionalno oporo, ki so jo ostareli deležni s strani družinskih članov idr. V nadaljevanju se posvetim družinski oskrbi v Sloveniji in Evropi ter ob tem predstavim še sisteme socialne blaginje. Pri družinski oskrbi izpostavim še vedno prisotno neenakost med spoloma pri skrbi za ostarele, kar podkrepim tudi s kvantitativnimi podatki. V nadaljevanju izpostavim moške kot družinske oskrbovalce in ob tem izpostavim dva problema, ki jih je mogoče opaziti pri pregledovanju literature: 1. premajhen delež moških zajetih v raziskave; 2. moške kot družinske oskrbovalce; se preveč primerja z oskrbovalkami.

Posvetim se tudi relokaciji skrbstvenega dela, ki se premešča iz žensk na moške, k temu pa so prispevali procesi, kot so povečana participacija žensk v sferi plačanega dela, družinska pluralizacija itd. Zaključim s skrbstvenimi praksami sinov, kjer izpostavim skrbstvene aktivnosti/načine, na katere se sinovi vključujejo v oskrbo svojih staršev (za primerjavo vzamem starejšo ter novejšo raziskavo), razloge, ki motivirajo sinove, da pomagajo staršem, odzive okolice (prijateljev, znancev) - na informacijo, da se sinovi vključujejo v oskrbo svojih staršev itd.

V drugem (empiričnem) delu predstavim rezultate lastne empirične raziskave, ki sem jo izvedla s pomočjo osmih polstrukturiranih intervjujev. Rezultate predstavim v štirih ločenih podpoglavjih, ki so naslednji: 1. razlogi za nudenje oskrbe ter časovni okvir pomoči, 2. oblike pomoči odraslih sinov in preostalih vključenih v oskrbo ostarelih, 3. izzivi pri soočanju s skrbstvenim delom in 4. motivacija, interes oskrbovalca. V ločenem poglavju empiričnega dela rezultate lastne raziskave primerjam z obstoječimi raziskavami s tega področja in naredim končni sklep.

2 STARANJE PREBIVALSTVA

Staranje prebivalstva postaja v Sloveniji in tudi drugod vse bolj pereča problematika, s katero se soočajo sodobne zahodne družbe. Z izboljšanjem zdravstvenih razmer, razvoja medicine in farmacevtske industrije ter nasploh spodbujanja aktivnega in kvalitetnejšega življenja, se podaljšuje življenjska doba, ki vodi v staranje prebivalstva. Vse več ostarelega prebivalstva, pa bo v svojih poznejših letih potrebovalo (dolgotrajno) oskrbo in pomoč.

S tem, ko govorimo o staranju prebivalstva, zajemamo delež prebivalstva nad izbrano starostno mejo - največkrat je ta okoli 65 let, ki pa se povšuje v primerjavi s celotnim prebivalstvom (SURS 2010, 3). Delež starejših se je v Sloveniji začel povečevati po letu 1970, ko je znašal 9,8%, v osemdesetih letih prejšnjega stoletja pa se je povšal za dober odstotek. Po letu 1990 je sledilo desetletje stagnacije, oziroma rahlega upada deleža starejšega prebivalstva. S prihodom novega tisočletja pa je delež starejših ljudi narastel za malo manj kot štiri odstotke in se v prihodnjem desetletju še povšal za dva odstotka. V letu 2012 pa je število ostarelih ljudi v Sloveniji celo preseglo delež mlajše populacije (Hlebec 2009, 22–23). Do¹ leta 2060 je tako pričakovati, da bo delež oseb, starejših od 65 let znašal 33,4%, delež starih 80 let in več pa se bo povzpel na kar 14,1% gledano na celotno slovensko populacijo (SURS 2009, 30).

Ko govorimo o vzrokih in posledicah staranja prebivalstva, je potrebno izpostaviti, da je le-ta del demografskega prehoda, kjer prehajamo iz visoke stopnje rodnosti ter umrljivosti na nižjo raven (Hlebec 2009, 18).

RODNOST

V Sloveniji je mogoče zaznati, da se rodnost znižuje že nekaj več kot 100 let, najbolj intenziven upad se je začel po letu 1980. Še prej, po drugi svetovni vojni (po letu 1950) je prišlo do t.i. »baby boom« generacije, saj se je letno rodilo približno 30.000 otrok. Število rojstev je nato upadlo in se zopet povšalo v 70-ih letih prejšnjega stoletja. Po letu 1980 se je število rojstev pričelo zmanjševati in ta trend se je nadaljeval do novega tisočletja, kjer je bila leta 2003 sicer zabeležena najnižja rodnost, a se je po tem letu začela nekoliko zviševati (SURS 2010, 21). Celotna stopnja rodnosti v letu 1980 je imela v Sloveniji vrednost 2,1; dve desetletji kasneje pa 1,2; v primerjavi z letom 2016, ko je znašala 1,58 (Hlebec 2009, 25; SURS 2016a).

¹ Podatki glede na srednjo varianto projekcije prebivalstva (EUROPOP2008)

UMRLJIVOST - PODALJŠEVANJE ŽIVLJENJSKE DOBE

Do podaljševanja pričakovanega trajanja življenja prihaja zaradi upadanja umrljivosti, ki se pretežno znižuje med ostarelim prebivalstvom (staranje od zgoraj) (Hlebec in drugi 2013, 8). Glede na pričakovano trajanje življenja se Slovenija uvršča, -v primerjavi z evropskimi državami, nekje v sredino. Najbolj kritična so bila šestdeseta leta prejšnjega stoletja, ko se je za moške celo skrajšala pričakovana življenjska doba in praktično kasneje ni bila nadomestljiva. V začetku 90-ih je prišlo do povečane umrljivosti med odraslimi srednjih let, umrljivost med otroci in starejšimi pa je upadala. Proti koncu 90-ih let pa se je umrljivost znižala pri vseh starostnih skupinah. Zaradi zmanjšanja stopnje umrljivosti se je do leta 2002 pričakovano trajanje življenja moških podaljšalo za 2,85 leta, za ženske pa 2,97 leta (Hlebec 2009, 29). Podatki zbrani pred dvema letoma (2015) kažejo na to, da je bilo pričakovano trajanje življenja za moške 77,59 let, za ženske pa 83,51 let (SURS 2016b).

Če se bosta trenda podaljševanja življenja in zniževanje rodnosti nadaljevala, lahko privedeta do tega, da bo prebivalstvo vse starejše, tistih (mlajših), ki bi jim lahko nudili pomoč in oskrbo, pa bo vse manj.

Demografski trendi, ki imajo vpliv na to, da bo vse več ostarelih potrebovalo družinsko oskrbo pa so, poleg nižanja rodnosti in podaljševanja življenja, naslednji: zmanjševanje števila porok, povečevanje števila razvez, vse manj številčnejša gospodinjstva, gospodinjstva z eno osebo ter migracije iz ruralnih v urbana okolja (Touzery 2007a, 91).

3 SKRB IN SKRBSTVENO DELO

3.1 Opredelitev skrbi

Ljudje potrebujemo pomoč, ko se rodimo, torej v najzgodnejši dobi življenja, ko še ne moremo poskrbeti sami zase. Kasneje, v ostarelosti in v primeru bolezni, je pomoč sočloveka zaradi zmanjšanih sposobnosti in nezmožnosti opravljanja dotedanjih opravil, prav tako potrebna (Ramovš in drugi 2012, 4). Ljudje smo odvisni eden od drugega, smo odnosna bitja in kot posameznice in posamezniki lahko dobro živimo in delujemo le v medsebojnih odnosih in vzajemnih skrbstvenih praksah (Tronto v Humer 2009, 36). Tronto izpostavlja štiri faze nudenja skrbi: prva je *skrbeti za* (ang. caring about) in vključuje prepoznanje, da je skrb nujno potrebna. V drugi fazi, ki jo avtorica poimenuje kot *poskrbeti za* (ang. taking care of), predstavlja naslednjo stopnjo v procesu nudenja skrbi - gre za prevzemanje odgovornosti, oz. pomeni znati se odzvati na potrebe drugega. Pri naslednji gre za *dajanje skrbi* (ang. care-giving), pri tej fazi

oskrbovalka-ec skoraj vedno pride v stik z oskrbovancem-ko. Pri zadnji fazi, ki je *prejemanje skrbi* (ang. care-receiving), pa gre za to, da se bo tisti, ki pomoč prejema, dejansko tudi odzval na to prejeto pomoč (Tronto 1993, 106–107).

Sevenhuijsen (2003, 19) izpostavi pojem etike skrbi, ki se nanaša na medsebojno odvisnost in zagovarja dejstvo, da ljudje za preživetje potrebujemo drug drugega in da lahko preživimo le, če drug za drugega tudi skrbimo. Vodilno načelo etike skrbi izpostavlja to, da vsakdo potrebuje skrb in hkrati zavezanost, ki jo je lahko deležen od zanj pomembnih ljudi. Obenem je pomembno, da je vsakdo v principu zmožen nuditi skrb.

3.2 (Neformalno) skrbstveno delo

Neformalna oskrba je področje dela, ki ga je v primerjavi s formalnim (plačanim) delom težje zaobjeti in ovrednotiti, poleg tega pa obstajajo tudi različne konceptualizacije neformalne oskrbe in neformalnih oskrbovalcev (Smolej Jež in druge 2015, 31). Oxford Dictionary of Sociology (v Hiel in drugi 2014) definira neformalno oskrbo kot dano pomoč tistim, ki jo potrebujejo zaradi bolezni in ostarelosti, le - ta pa poteka zunaj okvira organiziranega in plačanega dela.

Ovrednotenje in merjenje neformalne pomoči je torej oteženo zaradi tega, ker gre za neplačano delo in ga lahko opravlja praktično vsak, saj ne zahteva vnaprejšnje usposobljenosti in kompetenc.

Neformalno skrbstveno delo se nanaša na pomoč, ki so jo oskrbovanci deležni večinoma od družinskih članov, prijateljev, sosedov in prostovoljcev (Hvalič v Ramovš in drugi 2012, 35). Največkrat gre za pomoč pri vsakodnevni opravi, ki so potrebna za to, da lahko človek varno in samostojno biva v domačem okolju. Razdelimo jih lahko na instrumentalna in osnovna vsakodnevna opravila. Pri instrumentalnih opravilih gre za naučena znanja, spretnosti, ki smo se jih naučili že v adolescenci. Največkrat mednje prištevamo: a) gospodinjstva opravila (čiščenje stanovanja, pranje in likanje perila itd.), b) priprava hrane in kuhanje, c) nakupovanje hrane in preostalih manjših potrebščin, č) prevoz s transportnim sredstvom, d) upravljanje z denarjem (plačevanje položnic itd.) in e) jemanju zdravil po predpisanih navodilih (Ramovš in drugi 2012, 34–35).

Na drugi strani lahko ostareli potrebujejo pomoč pri osebni negi, kjer gre za pomoč pri osnovnih opravilih, ki se jih naučimo že v zgodnjem otroštvu. Mednje spadajo: a) osebna higiena (kopenje, tuširanje, umivanje zob, britje ipd.), b) oblačenje, c) hranjenje, č) gibanje (po

stanovanju, hoja s pripomočki ali brez). K slednjim pa dodajam še psihosocialno nego, h kateri spadajo konverzacija, čustvena podpora, svetovanje ipd. (Ramovš in drugi 2012, 34–35; Parker in Lawton v Renner 1997).

Avtor Ramovš (2015) izpostavlja, da so družinski in preostali neformalni oskrbovalci nepogrešljivi pri celotni oskrbi starostnikov. Ob tem dodaja, da se odvija sodelovanje med tremi vejami (skupinami) sodobne oskrbe:

1. Prvi so zagotovo (že prej omenjeni) družinski oskrbovalci, ki jim lahko pri oskrbi svojcev pomagajo tudi neformalni ponudniki oskrbe v okviru organiziranega prostovoljstva, kot so različne humanitarne, upokojske in preostale civilne organizacije.

2. Na drugem mestu so strokovne službe, ki vključujejo družinske zdravnike, patronažno nego, fizioterapijo, arhitekto za prilagajanje stanovanj s čim manj ovirami in še druge. Dobro je, da stroke razvijajo in podajajo znanja v interakciji z neformalnimi oskrbovalci, saj se le - ti lahko na takšen način naučijo potrebnega znanja in ustrezne usposobljenosti. Podajanje strokovnega znanja, brez uporabe v praksi, je za neformalne oskrbovalce povsem neučinkovito.

3. Tretji partner pa je politika, ki si prizadeva organizirati in javno sofinancirati sistem dolgotrajne oskrbe, tako na krajevnem kot tudi nacionalnem nivoju. Pomembne so dobro organizirane in finančno podprte politike, ki so usmerjene v dobrobit neformalnih oskrbovalcev.

Avtorici Bookman in Kimbrel (2011, 126–127) dodajata še eno pomembno skupino in sicer delodajalce. Ugotavljata, da delež družinskih oskrbovalcev ostarelih ljudi, ki so zaposleni, narašča že zadnjih trideset let, ta trend pa naj bi se nadaljeval tudi v prihodnje. Po podatkih raziskave² iz leta 2010 naj bi bilo šest od desetih družinskih oskrbovalcev zaposlenih, v primerjavi z³ raziskavama iz leta 1982, ko je bilo zaposlenih le slabih 16%. Ob tem se postavlja vprašanje, ali delodajalci zagotavljajo svojim zaposlenim (družinskim oskrbovalcem ostarelih) »družini-prijazne« ugodnosti in politike, ki družinskim oskrbovalcem olajšujejo zahtevno situacijo, v kateri so se znašli. Po podatkih iz še ene raziskave⁴ so družinski oskrbovalci, ki so bili zaposleni, koristili svojo bolniško odsotnost in dopust, da bi lahko oskrbovali ostarelega družinskega člana – takšnih je bilo 48%. Tistih, ki so delali skrajšan delovni čas ali pustili

²MetLife, MetLife Study of Working Caregivers and Employer Health Costs

³National Long-Term Care Survey v sodelovanju z National Informal Caregivers Survey

⁴Evercare, Family Caregivers—What They Spend, What They Sacrifice

službo, je bilo 37%. Neplačan dopust je vzelo 15% družinskih oskrbovalcev, službo pa je zamenjalo 14% družinskih oskrbovalcev.

3.3 Skrbstveno delo in emocionalna opora ostarelim

Po Šadl (2005, 225) je soočanje starostnikov s fizičnim staranjem lahko izredno travmatična izkušnja, ki je povezana z mnogimi negativnimi emocionalnimi stanji. Pri starostnikih gre največkrat za dolgotrajne bolezni, znižanje dohodka po odhodu v upokožitev, zmanjšano zmožnost skrbi zase, povečano odvisnost od drugih– to slednje Imperl (v Kolar 2016, 49) označuje za največji strah ostarelih. Te izkušnje pa lahko poleg strahu, ustvarjajo tudi emocije kot so razočaranje, jeza, zmedenost, občutke osamljenosti in izoliranosti in druge.

Po avtoricah Šadl in Hlebec (2007, 226–227) gre pri emocionalni opori za zadovoljevanje emocionalnih potreb osebe, ki se je znašla v stresni situaciji, z namenom, da se izboljša njeno/njegovo psihično počutje. Obsega ekspresivne aktivnosti, ki predstavljajo izražanje skrbi, sočutja, razumevanja ter samo (praktično) pomoč pri reševanju osebnih tegob in soočanju s kriznimi situacijami. Za posameznika, ki je emocionalne opore deležen, le-ta predstavlja občutek lastne vrednosti ter povezanosti z drugimi. Izpostaviti je potrebno tudi vlogo tistega, ki nudi emocionalno oporo, saj v to aktivnost vlaga svoj čas, energijo in predhodne izkušnje. Po Delphy in Leonardo (v Šadl 2005, 224) lahko govorimo o emocionalnem delu, ki zahteva določen napor in sposobnosti, saj vključuje aktivno pogovarjanje o različnih stvareh, ki so v interesu drugih, nudenje zadovoljstva, smehljanje, božanje in še drugo.

Za ohranjanje dobrega počutja ostarelih, je ključno nudenje emocionalne opore s strani družinskih članov ter prijateljev (Sherman in drugi, Vandervoort v Šadl 2005, 226). Največkrat emocionalno oporo ostarelim nudijo partnerji ter otroci, tistim, ki so brez partnerja ali otrok, pa so najbolj v oporo bratje in sestre, prijatelji in sosedje. Emocionalna opora slednjih, pa ni nikoli tako intenzivna, kot tista, ki so jo starejši deležni od svojih partnerjev ali otrok (Šadl 2005, 226).

4 DRUŽINSKA OSKRBA STAREJŠIH V SLOVENIJI IN EVROPI

Pod družinske oskrbovalce spadajo svojci, ki nudijo ostarelim družinskim članom svojo pomoč najmanj pet ur tedensko in za to ne dobijo nobenega plačila. Hkrati mednje prištevamo tudi sosede, prijatelje, prostovoljce in še druge neformalne/brezplačne oskrbovalce ostarelih na domu (Inštitut Antona Trstenjaka 2010).

4.1 Sistem socialne blaginje in družinska oskrba starih ljudi

4.1.1 Slovenija

V času socialistične ureditve države, kjer je bil izoblikovan državnosocialistični sistem blaginje, je bila država lastnik in financer vseh institucij in organizacij, ki so izplačevali denarna nadomestila, katera naj bi zagotovila socialno varnost in blaginjo posameznikom. Ta sredstva niso zadostovala vsem potrebam posameznikov, zato so v primeru oskrbe za starejše, veliko breme nosile neformalne mreže družinskih članov in sorodstva (Kolarič in druge 2009, 45). Kasneje, po osamosvojitvi, ko je Slovenija postala samostojna država je prišlo do novega socialnega programa, kjer se je državna blaginja preusmerila v korporativistični tip – odgovornost za zagotavljanje socialne varnosti naj bi se prenesla iz države na posameznike – država pa naj bi zagotavljala zadostne možnosti (Touzery 2007a, 111–112). Avtorici Filipovič Hrast in Hlebec (2015, 33–37) navajata, da je v tranzicijskem obdobju v Sloveniji prišlo do številnih pozitivnih in negativnih sprememb na področju skrbi za starejše in sicer bolj vidna podpora družini, ki skrbi za ostarelega družinskega člana (registracija družinskega oskrbovalca kot družinskega pomočnika v primeru invalidnih oseb in s tem povezano delno izplačilo za izgubljeni dohodek), izboljšave glede socialne oskrbe na domu (večja strokovna usposobljenost oskrbovalk itd.), zmanjševanje zdravstvene pomoči na domu (zaradi kadrovskih omejitev manj zdravniških obiskov na domu itd.) in še nekatere. Danes velja opozoriti, da se spremembe na področju skrbi za ostarele v družinskem okolju odvijajo prepočasi, saj se kljub zavedanju te problematike mnogi zakoni ne sprejmejo več let. Dober primer je Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo, ki je bil zasnovan že leta 2006, vendar do danes še ni bil sprejet. Po navedbah Zveze društev upokojencev Slovenije (2017) naj bi bil omenjeni zakon pripravljen že v začetku leta 2017, v Državnem zboru pa obravnavan pol leta kasneje.

4.1.2 Evropski okvir

Najbolj tipična delitev evropskih držav v odnosu do družinske oskrbe starih ljudi, je delitev glede na sever in jug. Tu so razlike najbolj opazne, saj je na severu izrazito bolj razvit sistem državne blaginje v primerjavi z južnim delom.

Skandinavske države sodijo v t.i. *socialdemokratski model*, za katerega je značilna močna vloga države (tako na nacionalnem, regionalnem in lokalnem nivoju) pri zagotavljanju socialne blaginje državljanom, hkrati tudi pri prevzemanju odgovornosti za oskrbo starih ljudi. Lahko govorimo torej o defamiliarizaciji, kjer je položaj posameznikov (ostarelih) neodvisen od družine (Touzery 2007a, 109; Rakar in druge 2012, 233; Filipovič Hrast in Hlebec 2015, 30–31). Že tradicionalno gledano, pa je tudi miselnost Norvežanov, Švedov in Dancev takšna, da morajo skrb za ostarele v večji meri prevzeti vladne institucije in ne družinski člani ali posamezniki (Tong 2009, 7). V nasprotju s Skandinavijo je *mediteranski ali južnoevropski model*, ki je značilen za Španijo, Portugalsko in Italijo. Značilnost tega modela je manjša vključenost države in posledično večja vključenost neformalnih omrežij in neprofitnih organizacij za zagotavljanje ustreznih blaginj posamezniku. Tu ima družina ključno vlogo za zagotavljanje posameznikove blaginje, saj država ne nudi dovolj pomoči (Filipovič Hrast in Hlebec 2015, 31).

4.2 Družinska oskrba in neenakost med spoloma

Kljub zgoraj naštetim državam z bolj ali manj prijaznimi socialnimi programi za starejše in njihove družinske oskrbovalce, pa se vse države soočajo s še vedno prisotno neenakostjo med spoloma pri skrbi za ostarele. Na tem področju je enakost med spoloma najmanj napredovala in so ženske še vedno prevladujoče oskrbovalke za bolne in ostarele svojce. V nadaljevanju se bom zato osredinila na omenjeno problematiko in pregledala stanje delitve družinskega skrbstvenega dela pri nas in v Evropi.

4.2.1 Družinska oskrba in njeni akterji v Sloveniji

Po avtorici Touzery in ugotovitvah Inštituta Antona Trstenjaka (2007c, 27; 2010) naj bi bilo v Sloveniji med 30.000 in 40.000 (vsaj 10%) ostarelih ljudi, ki ne bivajo v institucionaliziranem okolju in jim družinski člani nudijo občasno ali celostno oskrbo. Obenem so znani tudi podatki o številu družinskih oskrbovalcev (odraslih otrok, ki skrbijo za starše), ki naj bi jih bilo po raziskavi Inštituta Antona Trstenjaka iz leta 2013 okoli 55.000 (Črnak Meglič in drugi 2014, 33). Po Touzery (2007c, 27) so oskrbovalke in oskrbovalci pretežno hčere in sinovi srednjih let, za hčere naj bi bila ocenjena starost nekje med 33 in 55 letom starosti, za sinove pa med 40

in 49 letom starosti. Avtorica dodaja, da je v Sloveniji podobno stanje kot drugod v Evropi, saj so najpogostejše oskrbovalke starih ljudi hčere ter žene; obenem ugotavlja, da je bilo na to temo izvedenih bolj malo raziskav, zato se sama opira na maloštevilne obstoječe. Hrzenjak (v Novak 2015, 30) prav tako ugotavlja, da večino neformalnega dela opravijo ženske, tako na področju gospodinjanskega, skrbstvenega in organizacijskega dela.

Touzery (2007a, 198; 2007b, 16) v svoji raziskavi, izvedeni v Sloveniji, ugotavlja, da je bilo med odraslimi otroki, ki so skrbeli za svoje starše kar 87% žensk, med partnerji pa 78% žensk, kar nakazuje na to, da gre za feminizacijo družinske oskrbe. Najštevilčnejši oskrbovalci ostarelih ljudi so bili otroci, med njimi je bilo kar 87% hčera, preostali pa so bili partnerji oskrbovanih oseb ter snahe. Ob tem avtorica dodaja, da je bilo v vzorcu le 12% moških, kar lahko pomeni, da je delež moških oskrbovalcev v realnosti višji.

Sodelujoči v tej isti raziskavi, so navedli najpomembnejše razloge, na podlagi katerih so se odločili za oskrbovanje starega človeka. K odločitvi so pripomogli čustvena vez, občutek dolžnosti, moralna odgovornost ter postopen prehod v oskrbovanje, kot ga opisuje Svetičič (v Touzery 2009, 111); ta se je sprva začel z majhnimi uslugami in občasno pomočjo, kasneje pa družinska oskrba postane bolj opazna, ko je potrebna pomoč pri gospodinskih opravilih, negi in drugih težjih fizičnih delih (Touzery 2009, 111–112). Ob tem pa Jakič (v Touzery 2007c, 29) doda še pomoč ostarelim glede urejanja financ, pri čemer pomaga kar 80% oskrbovalcev ter skrb za prehrano (62,5%).

Po Hlebec in Bogataj (v Touzery 2007c, 33) hčerke nudijo ostarelim staršem največ pomoči pri gospodinskih opravilih ter nakupovanju (27%), pri nakupovanju so udeleženi tudi »ostali« (22%)—mednje sodijo tudi sinovi, preostala pomoč pa se nanaša na formalne oskrbovalce. Kar zadeva nudenje prevoza, se ostareli v večji meri obrnejo na svoje otroke - tu razlika med hčeram in sinovi ni tako očitna in znaša le štiri odstotke v prid hčerkam. Ostareli starši naj bi tudi najbolj zaupali hčeram (29%), ostalim sorodnikom (31%), sinovom (22%) ter prijateljem (14%).

Touzery (2007a, 220; 2009, 113) izpostavlja štiri vrste obremenitev, s katerimi se lahko soočajo družinski oskrbovalci: telesna, psihična, socialna in finančna. Udeleženci v raziskavi so največkrat izpostavili, da so telesno in fizično obremenjeni (27,3%), pogostokrat pa je bila omenjena tudi psihična obremenitev oskrbovalcev. Tu Jakičeva (v Touzery 2009, 113) dodaja, da po ugotovitvah v njeni raziskavi le dobra tretjina družinskih oskrbovalcev še zmore nuditi pomoč ostarelemu človeku. Preobremenjenost pa se kaže tudi v tem, da je na večdnevni

oddih/dopust odšla manj kot polovica oskrbovalcev. To je zaskrbljujoče ob upoštevanju dejstva, da so nekateri skrbeli za ostarelega družinskega člana tudi več kot pet let.

V nekaterih slovenskih študijah (Svetičič 2002, Čelik 2002 in Hvalič Touzery 2007) pa izpostavljajo tudi pozitivne vidike, ki jih prinaša družinska oskrba. Nekateri sodelujoči v raziskavi so povedali, da so se z oskrbovanjem družinskega člana utrdile medsebojne vezi med družinskimi člani, hkrati pa se je povečal tudi občutek varnosti in strpnosti. Oskrba je pozitivno vplivala tudi na medsosedske odnose in utrjevanje socialne mreže (Touzery 2009, 115).

4.2.2 Družinska oskrba in njeni akterji v Evropi

Tudi v Evropi prevladujejo družinske oskrbovalke, po navedbah Touzery (2006, 29) naj bi jih bilo kar dve tretjini — najpogosteje gre za partnerice, hčerke ali snahe. Rezultati obsežnejše raziskave EUROFAMCARE, v katero je bilo vključenih 23 evropskih držav, pa prav tako potrjujejo žensko dominacijo na skrbstvenem področju (Eurofamcare 2006). Tu velja opozoriti, da gre za starejšo raziskavo in slika je lahko po dobrem desetletju drugačna.

V novejši raziskavi, ki je bila izvedena med oktobrom in decembrom 2014, pa so primerjali družinske oskrbovalce v dveh evropskih državah in sicer Italiji ter Nemčiji, hkrati pa je bila primerjava narejena še z ZDA. V raziskavi je sodelovalo 1700 odraslih iz Nemčije, 1516 iz Italije ter 1692 iz ZDA. V Nemčiji ter ZDA se hčerke bolj vključujejo v samo nego (umivanje, oblačenje) in sicer pri starših, ki so stari 65 let in več. V Nemčiji naj bi pri sami negi staršev sodelovalo 22% hčerk ter 4% sinov v ZDA, pa je ta razlika nekoliko manjša – 19% hčerk ter 8% sinov. Italija je na tem področju izjema, saj naj bi bilo po podatkih raziskave v nego ostarelih staršev vključeno praktično enak odstotek hčerk ter sinov (odraslih hčera: 26%, odraslih sinov: 25%) (Pew Research center 2015, 39–40).

V isti raziskavi so ugotovili, da so v Italiji najštevilčnejši oskrbovalci ostarelih staršev njihovi otroci (41%), sledijo preostali družinski člani (32%), najmanj pa je deljene oskrbe med otroci in preostalimi družinskimi člani ter plačane pomoči – 9%. Podoben trend kot v Italiji je tudi v ZDA, s to razliko, da je v ZDA vključenost odraslih otrok in ostalih družinski članov približno enakovredna. V Nemčiji pa je v oskrbo staršev vključenih več preostalih sorodnikov (41%), kot pa sinov in hčera (29%). Več je tudi plačane (formalne) pomoči – 28%, v primerjavi z Italijo, kjer je ta komaj opazna (9%) (Pew Research center 2015, 38).

Kar zadeva pomoč ostarelim staršem pri različnih vsakodnevnih opravkih, hišnih (gospodinjskih) opravilih ter domačih popravilih, največ odraslih otrok to pomoč nudi v Italiji

(70%), v Nemčiji pomaga 68% odraslih otrok, v ZDA pa najmanj in sicer malo več kot polovica anketiranih (58%). Veliko manj odraslih otrok pa se v omenjenih državah vključuje v intimno nego staršev, kot sta umivanje ter oblačenje. Pri tem izstopa Italija, kjer se v nego ostarelih staršev vključuje kar 26% odraslih otrok, v primerjavi z Nemčijo (13%) in ZDA (14%), kjer sta odstotka nižja (Pew Research center 2015, 39–40).

Velika večina odraslih otrok v vseh treh državah, občuti zadoščenje ob tem, ko pomagajo svojim ostarelim staršem - v Italiji in ZDA kar 88%, v Nemčiji pa nekoliko manj in sicer 84%. Skrbstveno delo pa ne doživljajo kot stresnega družinski oskrbovalci (hčere in sinovi) v Italiji – 83%, kjer je takšnih največ, v primerjavi z Nemci (69%) ter Američani (64%) (Pew Research center 2015, 40).

5 MOŠKI V VLOGI DRUŽINSKIH OSKRBOVALCEV

5.1 Problem raziskav o moških oskrbovalcih

Pri pregledovanju literature na tematiko vključenosti moških (sinov) v oskrbo ostarelih staršev, je mogoče opaziti določene pomanjkljivosti. Prvi problem je premajhen delež moških in prevladujoč delež žensk zajetih v raziskave. Tu lahko govorimo o ne-reprezentativnih vzorcih, saj ne posredujejo lastnosti celotne populacije. Primer takšne raziskave je iz leta 2008 (Texas A&M University), kjer je bilo v vzorec zajetih 11 respondentov, ki so prevzeli vlogo primarnega oskrbovalca za vsaj enega ostarelega starša. Od teh 11 sodelujočih v raziskavi, je bilo kar devet hčera in samo dva sinova (Miller in drugi 2008, 26). Še en primer pa je iz obsežne slovenske raziskave, kjer je Touzery (2007, 190–198) proučevala primarne družinske oskrbovalke-ce, torej tiste, ki so v glavnem prevzeli skrb za ostarelega človeka. V vzorec je bilo zajetih 218 družinskih oskrbovalk-cev ostarelih ljudi, od tega je bilo 87,6% žensk in dobrih 12% moških. Avtorica ob tem opozarja, da je lahko zaradi premajhnega števila moških oskrbovalcev zajetih v vzorec realna slika drugačna.

Na drugi problem opozarjajo avtorji Björk (2015, 21), Collins (2014) in Thompson (2002, 25–27), in sicer da se moške (sinove) kot družinske oskrbovalce ostarelih staršev vse preveč primerja v relaciji z ženskimi oskrbovalkami (hčerami). Moški (sinovi) so lahko hitro označeni kot »šibki« oskrbovalci, ker ne oskrbujejo svojih staršev na enak način, kot to delajo ženske (sestre). Verjetno je srž v delitvi dela med spoloma, saj so bile skozi 19., 20. stoletje ženske glavne družinske oskrbovalke – tako za ostarele, kot tudi svoje otroke, moški pa vključeni v zaposlitveno sfero in bili v glavnem hranilci družine. Ženske so bile zaradi tega, ponekod še

danes, razumljene kot bolj primerne družinske oskrbovalke ostarelih v primerjavi z moškimi, saj naj bi bile bolj odzivne na tujo bolečino in trpljenje, pogosto tudi pripravljene opravljati nevhvaležne skrbstvene naloge. Se pa ob tem pozablja na moške (sinove) in se ne upošteva njihovih izkušenj kot unikatnih oskrbovalcev svojih ostarelih staršev. Te izkušnje se razlikujejo od posameznika do posameznika, a Thompson ob tem izpostavlja, da so pri preučevanju skrbstvenega dela moški prevečkrat zajeti v splošno kategorijo »moških oskrbovalcev« in se ob tem ne upošteva njihove etničnosti, spolne usmerjenosti, religijske pripadnosti, družinskega porekla in razredne pripadnosti.

5.2 Relokacija skrbstvenega dela

Avtorica Sevenhuijsen (2003, 15) izpostavlja, da se skrb in skrbstveno delo premeščata iz žensk na moške. Moški so veliko bolj vključeni v skrb za svoje otroke, partnerje in tudi preostale družinske člane. Eden izmed vzrokov, oziroma procesov, ki so pospešili moško vključenost, - je zagotovo povečana ženska participacija v zaposlitveni sferi. Ta ima po Humer (2007, 71) pri nas že več kot 60-letno zgodovino, v zahodnih evropskih državah pa je ta trend v porastu nekaj desetletij.

Drugi vzroki za povečevanje moških družinskih oskrbovalcev so različne demografske in družbene spremembe, ki so tako kot povečana participacija žensk v zaposlitveni sferi, vplivale na preoblikovanje tradicionalnih moških vlog. Po Humer (2007, 85; 2009, 68–70) pa so ti trendi naslednji: 1. staranje prebivalstva; 2. rodnostne spremembe; 3. družinska pluralizacija – zmanjševanje števila sklenjenih zakonskih zvez (porok) in povečevanje števila izvenzakonskih skupnosti, povečevanje razvez in porast števila enostarševskih družin, v porastu je tudi reorganizacija gospodinjstev, ki vodi do zmanjševanja članov v gospodinjstvih; 4. zviševanje starosti žensk, ko rodijo prvega otroka in poznejša sklenitev zakonske zveze.

5.3 Skrbstvene prakse sinov

Harris (1998, 348–350) oblikuje tipologijo sinov kot družinskih oskrbovalcev. Skozi raziskovanje avtor ugotavlja, da obstajajo štiri tipi: prvi je *sin dolžnosti* (ang. dutiful son), ki občuti posebno dolžnost, da pomaga svojim staršem. Čuti se popolno odgovornega za svoje bolne starše. Drugi je sin, ki ga avtor poimenuje kot *dodatno miljo* (ang. going the extra mile), kar pomeni, da naredijo še več za svojega starša, saj ga vzamejo k sebi, ali pa se oni sami preselijo nazaj domov in so jim na razpolago. Tretji je *sin kot strateški načrtovalec* (ang. the strategic planner), ki se pri skrbstvenem delu poslužuje menedžerskih in načrtovalskih veščin, ki jih je pridobil v sferi plačanega dela. Zadnji tip pa je *sin, ki si deli skrb* (ang. the son who

shares the care). Skrb za starša si sinovi delijo s svojo ženo ali ostalimi sorodniki. So enakovredni, tako v nujenju oskrbe, kot tudi pri odločitvah.

Najpogostejša razloga, ki motivirata sinove, da se vključujejo v oskrbo ostarelih staršev sta občutek dolžnosti, ki temelji na moralni predanosti staršem in občutek priložnosti, da staršem povrnejo, kar so oni nekoč storili za njih. Eden izmed sinov svojo izkušnjo opisuje takole: »Bil sem počaščen, da sem ji bil zmožen v manjši meri povrniti, kar je storila zame« (Harris in Long, 1999).

V raziskavi iz leta 1999 so bili vključeni sinovi v različne skrbstvene aktivnosti, ki pa so se razlikovale glede na zdravstveno stanje (potrebe) bolnih staršev in glede na družinsko situacijo. Nekateri sinovi so bolnemu staršu nudili pomoč pri osebni negi (umivanje, oblačenje, hranjenje ipd.). V primeru, da je eden izmed staršev odšel v dom za ostarele, so drugemu nudili emocionalno oporo, druženje, nujenje prevoza, urejanje finančnih zadev itd. (Harris in Long, 1999).

Za primerjavo bom vzela sodobnejšo raziskavo (Collins 2014, 528), kjer so prav tako proučevali vključenost sinov v oskrbo svojih staršev (matere). Sinovi so bili najbolj v pomoč pri urejanju finančnih zadev (86,7%), sledila je vključenost pri nakupovanju (83,3%), pomoč so nudili tudi pri uporabi elektronske tehnologije – telefona in računalnika (66,6%), nujenju prevoza (60%), pripravi hrane (20%), nadzoru nad jemanjem zdravil (11,1%) ter pranjem perila (4,4%). Nobeden izmed sinov ni bil vključen v pomoč materi pri preostalih gospodinskih opravilih. Rezultati raziskave so pokazali, da so bili sinovi bolj izenačeni s hčerami po količini opravljenega skrbstvenega dela, kar zadeva instrumentalna opravila. Sinovi pa so se v manjši meri kot hčerke, vključevali v pomoč ostarelim materam pri skrbi za osebno nego (umivanje, oblačenje, pomoč pri hranjenju ipd.).

V empiričnem delu svoje diplomske naloge bom preučila tudi odzive okolice (prijateljev, znancev) na informacijo, da se sinovi vključujejo v oskrbo svojih staršev. Ravno ta vidik so proučevali tudi v zgoraj omenjeni študiji, ki je pokazala, da večina sosedov in prijateljev ni mogla razumeti in ni bila zmožna sprejeti dejstva, da so sinovi (vključeni so bili tudi možje) prevzeli vlogo oskrbovalca. Skrbstvene aktivnosti sinov so bile nasprotno prevladujočim normam moškosti, zato so bili sinovi oz. možje deležni zelo malo podpore in razumevanja s strani okolice (Harris in Long, 1999).

6 EMPIRIČNI DEL

Poleg teoretičnega dela sem se odločila, da bo del moje diplomske naloge tudi kvalitativni empirični del, s katerim sem obravnavano področje še sama raziskala in s tem pridobila lastne podatke oz. globlji vpogled v področje skrbstvenega dela odraslih sinov.

6.1 Raziskovalna metodologija

Želela sem pridobiti izčrpne in poglobljene odgovore na raziskovalno vprašanje: Na kakšne načine se sinovi vključujejo v oskrbo svojih ostarelih staršev? Odločila sem se za kvalitativno tehniko polstrukturiranih intervjujev, s katero izvajalec intervjuja oblikuje vnaprej pripravljena okvirna vprašanja za intervjuvance in jih tekom pogovora z njimi ustrezno prilagaja. Gre za uporabo vprašanj odprtega tipa, kjer intervjuvanci prosto podajajo svoje mnenje, stališče, razmišljanje ipd. Ritchie in Lewis (2003, 36) izpostavljata, da so individualni intervjuji verjetno najpogostejše uporabljena kvalitativna metoda, ki zagotavlja precizno raziskovanje in osredotočanje direktno na posameznika. Ob tem gre za poglobljeno razumevanje osebnega konteksta. Intervjuji so primerni za raziskave, ki zahtevajo razumevanje globoko zakoreninjenih ali občutljivih pojavov in praks.

Pri naboru intervjuvancev sem uporabila metodo vzorčenja po principu snežne kepe, ki je po avtorici Brečko (2005, 109) najbolj primerna za vzorčenje bolj skritih in nedostopnih populacij, v katere na nek način sodijo tudi moji intervjuvanci, ki jih ni bilo najlažje poiskati. Osebno sem poznala le dva izmed intervjuvancev, ki sta ustrezala zgornji zastavitvi raziskovanja. Tekom pogovora, oziroma po samem pogovoru sta me intervjuvanca napotila na druge oz. sem od njiju pridobila kontakte od preostalih sodelujočih v raziskavi. Na zadnjega intervjuvanca pa nisem bila napotena, ampak sem ga srečala po naključju, ko je prišel na obisk h gospodu, s katerim sem tedaj opravljala intervju; ob tej priložnosti sem se za intervju dogovorila tudi z njim, saj mi je gospod zaupal, da tudi sam oskrbuje ostarelo mater, tako da je popolnoma ustrežal moji izbrani populaciji intervjuvancev. Brečko (2005, 109) izpostavlja, da ima kljub uspešnosti metoda vzorčenja preko socialnih mrež (metoda snežne kepe), ker zajema tudi skrite populacije, le ta nekaj slabosti. Prva je zagotovo ta, da s tem, ko se tvorijo različni krogi respondentov, pride enkrat do zaključka in tisti respondenti v zadnjem krogu ne poznajo več nikogar, ki bi bil primeren za vzorec. Hkrati pa je slabost tudi v tem, da tisti posamezniki, ki imajo malo manj socialnih stikov, sploh ne bodo vključeni, oziroma bodo vključeni le tisti, ki izhajajo iz ene socialne mreže.

Intervju je sestavljen iz 20 vprašanj, ki sem jih glede na vsebino razdelila v štiri tematske sklope. Še pred pričetkom intervjuja sem intervjuvance prosila, da se na kratko predstavijo, hkrati pa sem jih povprašala po socio-demografskih podatkih. Zanimala me je njihova starost in starost osebe, za katero skrbijo, nadalje sem jih vprašala po kraju bivanja in bivanja oskrbovane osebe, trenutnemu statusu zaposlitve oziroma upokojitve. Zanimala me je tudi dosežena končna izobrazba ter v primeru, da niso edinci, koliko sester in bratov imajo. Nadaljevala sem s prvim tematskim sklopom, v katerem sem se osredinila na splošna vprašanja glede nudenje pomoči ostarelim staršem, sledil je naslednji sklop vprašanj, v katerem sem raziskovala različne oblike pomoči, ki so jih ostareli starši deležni od svojih odraslih sinov, drugih družinskih članov in širše. Tretji sklop vprašanj se je navezoval na različne izzive, s katerimi se soočajo odrasli sinovi, pri tem ko pomagajo staršem. Pri zadnjem sklopu pa sem se osredinila na motivacijo, interes in kaj za intervjuvanca izvajanje skrbi osebno pomeni. Naknadno sem dodala še splošno vprašanje in sicer me je zanimalo stališče intervjuvancev do (še vedno prevladujoče) spolne delitve dela pri skrbi za druge, ki pa sem ga vključila v sam zaključek intervjuja.

Skupno sem opravila osem intervjujev in sicer z odraslimi moškimi, ki imajo vsaj enega starša, ki potrebuje in prejema njihovo pomoč. Glede na to, da sem proučevala neformalno skrbstveno delo sinov; je bil pogoj za vključitev respondenov v vzorec ta, da njihovi ostareli starši bivajo v neinstitucionalnem okolju, hkrati pa tudi ločenost bivanja sinov in staršev (bivanje vsaj v različnih gospodinjstvih). Ta pogoj mi omogoča vpogled v skrbstvene prakse sinov ostarelih staršev in predpostavljam, da je ločenost bivanja zgovoren pokazatelj, koliko časa dejansko preživijo skupaj. Vse intervjuje sem opravila v mirnem okolju, v večini primerov sem se oglasila pri njih doma, saj se mi je zdelo zelo pomembno, da se intervjuvanci dobro počutijo ob tem, ko govorijo o sebi in skrbi za starše. Vsi intervjuji so bili opravljeni v mesecu juniju letošnjega leta (2017). Intervjuvance sem že vnaprej seznanila s tem, da bodo pogovori opravljeni za namen diplomske naloge, posneti in kasneje transkribirani. Vse pogovore sem nekajkrat poslušala in nato naredila dobeseden prepis. Zagotovila sem jim popolno anonimnost, zato bom v nadaljevanju uporabljala izmišljena imena.

6.2 Rezultati

6.2.1 Opis raziskovalnih enot

V raziskavo je bilo vključenih osem odraslih moških, ki skrbijo za vsaj enega ostarelega/bolnega starša. Intervjuvanci se razlikujejo glede na starost (najmlajši šteje 45 let, najstarejši pa ima 70 let), status zaposlitve oziroma status upokojenca (polovica je upokojenih in preostala polovica redno zaposlenih), kraj bivanja (trije izmed intervjuvancev bivajo v urbanem okolju, preostali pa v predmestju oz. na podeželju), doseženo stopnjo izobrazbe - trije intervjuvanci imajo doseženo univerzitetno stopnjo izobrazbe, preostalih pet pa ima zaključeno srednjo šolo. Razlikujejo se tudi glede na to, ali so edinci oz. imajo sestre in brate (dva izmed intervjuvancev sta edinca, preostali pa imajo sestre ali brate).

Marian je star 63 let in ima univerzitetno izobrazbo. Še pred upokojitvijo je bil zaposlen v vojski. Pomaga svojemu 88-letnemu očetu ter 85-letni mačehi, saj sta zaradi ostarelosti in zdravstvenih težav precej onemogla. Gospod Marjan živi na podeželju, oče in mačeha pa v urbanem okolju. Skrb za starša si deli skupaj z mlajšo sestro, a se sam bolj angažira, saj sestra živi na drugem koncu Slovenije.

Brane je 63-letni upokojenec, ki skrbi za mamo, ki je stara 95 let. Dokončano ima srednjo šolo in skupaj z ženo živi na podeželju. Skrb za mamo si enakomerno deli s svojim bratom (obiskujeta jo vsak drugi dan), pri tem pa je vključena tudi Branetova soproga. Mama potrebuje pomoč predvsem zaradi ostarelosti, prisotne pa so še občasne zdravstvene težave (npr. vrtočlavinica).

Ivan je star 69 let in z dolgoletno partnerico živi v predmestju. Dokončal je srednjo poklicno šolo v Ljubljani. Upokojen je že pet let, pred tem pa je opravljal poklic plinarja. Pri oskrbi pomaga 91-letni mami, ki predvsem zaradi ostarelosti potrebuje pomoč pri vsakdanjih opravilih, obiskih zdravnika itd. Ima tudi dve mlajši sestri, ki sta prav tako upokojeni in skrbita za mamo.

Stane je star 70 let in je upokojeni kovinostrugar. Dokončano ima srednjo šolo in skupaj z ženo živi v predmestju. Skrbi za svojega 92-letnega očeta, še prej pa je skrbel tudi za mamo, ki je pred letom in pol odšla v dom za ostarele. Oče biva v urbanem okolju in potrebuje veliko pomoči zaradi oslavljenih kolen in težav s pljuči.

Štefan je star 52 let in je zaposlen v podjetju, ki prodaja opremo za avtoservisno dejavnost. Dokončano ima srednjo tehnično šolo in skupaj z ženo in hčerko živi v urbanem okolju. Pri

skrbi pomaga svoji 74-letni materi, ki prav tako živi v urbanem okolju, a drugje kot sin. Mama potrebuje pomoč pri urejanju okolice hiše, vedno več pa tudi pri instrumentalnih opravilih. Stefan si skrb za mamo deli s svojo šest let mlajšo sestro, ki biva v istem kraju kot mama.

Boštjan je 47-letni moški, ki je že celo življenje zaposlen kot poštar in ima končano srednjo šolo. Skupaj z ženo in dvema hčerama živi v primestnem okolju, kjer si skrb za očeta deli s starejšim bratom. Vsi skupaj živijo v večstanovanjski hiši, vendar oče in brat bivata v drugem gospodinjstvu kot Boštjan z družino. Imata pa še enega mlajšega brata, ki v oskrbo večinoma ni vključen. 79-letni oče potrebuje pomoč svojih sinov predvsem zaradi težav s koleni.

Tomaž je 55-letni diplomirani ekonomist, ki vodi lastno podjetje in živi v urbanem okolju. Pri skrbi pomaga skoraj 82-letnemu očetu, ki boleha za demenco. Skrb za očeta si deli skupaj z materjo, ki v večji meri še lahko skrbi za moža, a je zaradi zahtevnosti bolezni potrebna tudi sinova pomoč. Pogosto je v skrb vključena tudi vnukinja, ki stara starša redno obiskuje. Tomaž ima še pet let mlajšega brata, ki pa se bolj poredko vključuje v oskrbo očeta. Vsi bivajo v urbanem okolju.

45-letni **Luka**, diplomirani računalničar, zadnjih sedem let skrbi za svojo 70-letno mamo, ki jo je prizadela možganska kap. Oba živita v urbanem okolju, a v različnih krajih. Za mamo skrbi sam, do pred kratkim, pa se je zaradi pomanjkanja časa posluževal plačljive pomoči. Vključuje se v vse vrste pomoči in je z mamo v rednem stiku.

6.2.2 Razlogi za nudenje oskrbe ter časovni okvir pomoči

Polovica sinov oskrbovanje nudi svoji materi, trije izmed intervjuvanih oseb svojemu očetu, eden pa pomaga tako očetu kot tudi svoji mačehi. Glavni razlog za vključevanje sinov v oskrbo svojih staršev, je skoraj v vseh primerih njihova ostarelost (kar trije sinovi imajo mamo ali očeta starejšega od 90 let), ki jo v večini primerov spremljajo tudi različna bolezenska stanja. Največkrat gre za primere, ko starši potrebujejo pomoč zaradi oslabljenih nog, kolen in se težje premikajo:

Največje probleme ima z nogami in posledica je, da se težko giba. Drugih zdravstvenih težav, razen povišanega holesterola, mislim, da nima (Štefan, 52 let).

Sedaj mu odpovedujejo tudi noge in spomnim se, da kakšne pol leta nazaj, sem ga moral celo iz tretjega nadstropja nesti po stopnicah in ga odpeljati do zdravnika. Najbolj prizadeta ima pljuča in noge (Stane, 70 let).

Edino kar je, da je postala naglušna in težko je dolgo na nogah. Sama se še malo »rihta«, vendar ji z bratom kar precej pomagava (Brane, 63 let).

Razlog je oboje skupaj, tako bolezen kot ostarelost. Očeta so »matrala« kolena že prej in zato je šel bolj zgodaj v pokoj. Potem se je to samo še stopnjevalo in zdaj težko hodi. Pred enim letom ga je zadela še kap in se mu vrti (Boštjan, 47 let).

Njegova žena (moja mačeha) je še »gibljiva«, vendar ima težave z dolgotrajno hojo, bolečine v hrbtu (zožanje spinalnega kanala), oslabljen sluh (nosi slušni aparat), rahlo inkontinenco (Marjan, 63 let).

V preostalih primerih so poleg ostarelosti prisotne še druge bolezni, kot so demenca, možganska kap in druge.

Sinovi so v oskrbovanje svojih staršev različno dolgo vključeni - Brane (63 let) svojo mamo oskrbuje že osem let, Boštjan (47 let) in Luka (45 let) pa leto manj. Preostali so v oskrbo svojih staršev vključeni že vsaj eno leto. Sinovom skrb za ostarele starše količinsko vzame različno dolgo časa. Razlika je opazna med tistimi, ki so še delovno aktivni in tistimi, ki so že upokojeni. Slednji ostarele starše pogosteje obiskujejo (v povprečju vsak dan ali na dva dni), sinovi, ki so še delovno aktivni pa nekoliko manj - pravijo, da je odvisno od tega, kako se mama ali oče počutita in koliko jih tisti trenutek potrebujeta. Tu izstopa Štefan (52 let), ki svojo mater redno obiskuje vsak konec tedna in ji pomaga - pravi, da mu skrb za ostarelo mater vzame 60–70% vsega časa. Opazna je tudi razlika med edincema Stanetom (70 let) in Luko (45 let) in preostalimi, ki si skrbstveno delo za starše delijo s sestrami oz. brati. Stane (70 let) si skrb za ostarelega očeta ne deli z nikomer in se sam spopada z izzivi skrbstvenega dela; podobno je pri Luki (45 let), ki je prav tako posvečal ogromno časa materini oskrbi, a je po njenem okrevanju bolj razbremenjen. Svojo izkušnjo opisujeta takole:

Veliko, a ta skrb je od srca. Na razpolago sem cel dan in tega ne morem izmeriti v urah. Veliko sem pri očetu, tudi mamo redno obiskujem v domu (Stane, 70 let).

Trenutno mi skrb ne vzame več toliko časa, saj je že precej okrevala, takoj po kapi je bilo pa grozno. Živela je pri meni in bil sem ji na razpolago skoraj 24 ur na dan. Vzel sem si celo dvotedenski dopust in ji pomagal. Sedaj jo obiskujem na nekaj dni in sem pri njej kakšni dve uri – odvisno kakšno pomoč potrebuje (Luka, 45 let).

Ob vsem tem bi dodala, da je vključenost sinov pri skrbi za ostarele starše pogojena tudi z napredovanjem njihove bolezni, ostarelostjo in zato se časovni okvir nudenja pomoči ostarelim staršem razlikuje med sinovi.

6.2.3 Oblike pomoči odraslih sinov in preostalih vključenih v oskrbo ostarelih

Sledila so vprašanja, pri katerih sem se najprej osredinila na načine, na katere se sinovi vključujejo v oskrbo svojih staršev. Ta sklop je za analiziranje vključenosti moških v oskrbo zelo pomemben, saj se nanaša na glavno raziskovalno vprašanje. Največ sinov pomaga staršem pri instrumentalnih opravilih, kot so prevoz in spremstvo do zdravnika, skrb za redno jemanje zdravil, kupovanje in prinašanje potrebščin iz trgovine (tudi prevoz do trgovine), hkrati tudi nudenje prevoza do raznoraznih obveznosti, popravila v hiši/stanovanju in v okolici.

Izpostaviti je potrebno, da se več intervjuvancev vključuje tudi v opravljanje oz. pomoč pri gospodinjskih opravilih – staršem pomagajo pri sesanju, pranju in obešanju perila, pomivanju posode in tal. Kljub temu da jih ima večina soprogo oz. partnerico, jih kar nekaj tudi skuha in odnese hrano materi ali očetu. Tega se poslužuje Ivan (69 let), ki pravi takole: »Največkrat skuham doma in ji že skuhamo hrano odnesem. Kdaj pa kdaj pa tudi pri njej kaj skuham in potem skupaj pojeva.« Pri kuhanju in preostalih gospodinjskih opravilih pomaga tudi Štefan (52 let), ki pravi: »Pomagam ji tudi pri gospodinjskih opravilih - pri sesanju in kuhanju. Zelo rad kuham in eksperimentiram s hrano, potem obešanju perila, pri teh delih, ki jih vse težje in težje zmore.« Tudi Luka (45 let) se trudi pomagati mami, ko to najbolj potrebuje in izkušnjo opisuje takole: »Sedaj ji največkrat kaj pospravim, pomagam pri gospodinjskih opravilih. Zelo se trudi tudi sama, a ji ne znese vedno. Večinoma hodim v trgovino po hrano, jo peljem k zdravniku, kuhati sicer ne znam, ampak tudi to sem počel. Sedaj si skuha večinoma kar sama, kdaj pa ji tudi kaj prinesem. Z njo poskušam hoditi na kakšen sprehod, a je hitro utrujena.«

Po njihovih pripovedih oz. izkušnjah, -je mogoče ugotoviti, da se pri nekaterih (že iz njihovih začetnih odgovorov) kaže, da si delijo skrbstveno delo za svojo mamo ali očeta z ženo, vendar oni sami niso nič manj vključeni, - kot njihove soproge ali sestre (več o tem v naslednjem poglavju). Eden takšnih primerov je npr. Brane (63 let), ki pravi: »Pomagam pri čiščenju, pranju (moja soproga opere, posuši in zlika). Jaz skrbim za čiščenje stanovanja, ker živi sama. Pri tem mi pomaga žena, jaz opravi tista večja dela – posesam, pomijem po tleh, žena pa pomije okna, pobriše prah, skratka dopolnjujeva se in si razdeliva delo.« Podobno pripoveduje tudi Štefan (52 let): »Nabavljam razne dobrine, ki jih potrebuje za hišo – tudi do tega, da se ji gre nakupit

hrano. Čeprav tukaj tudi sestra sodeluje in se kar uskladiva med sabo. Peljem jo tudi do zdravnika ali pa po kakšnih drugih opravkih, še posebej, če gre na pokopališče. Nima izpita za avto, zato ona ne vozi in je pač odvisna zmeraj od drugih prevozov.«

V nadaljevanju sem se osredinila na pomoč sinov pri osebni negi staršev. Ker velika večina sinov ni izpostavila te pomoči pod vprašanjem: Na kakšne načine pomagata staršem?, sem postavila še podvprašanje, v katerem me je zanimalo, ali pomagajo materi/očetu (obema) pri osebni negi (umivanju, pomoč pri oblačenju ipd.). Temu je sledilo še eno pomembno podvprašanje: kakšen je na splošno njihov odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnosu do negovanja drugega.

Najprej se bom osredinila na prvo podvprašanje - polovica sinov je povedala, da njihovi starši (mama ali oče) še ne potrebujejo pomoči pri osebni negi, torej pri oblačenju, umivanju, britju ipd. Polovica pa jih že potrebuje pomoč in tu se (delno) vključujejo intervjuvanci, ali pa so bili vsaj enkrat vključeni tudi sami. Večina tistih, ki so mami ali očetu že pomagali, predvsem pri umivanju je povedala, da so to delo opravljali zelo težko - dva sta pomagala mami, eden pa očetu. Ob tem so se počutili zelo slabo in žalostno, saj sta se jim mama ali oče smilila, prisotna je bila tudi »nerodnost« (odnos mama - sin ali oče - sin) in nasploh tisti »čudni občutek«, da jih mama ali oče sedaj res potrebujeta, tudi pri tako intimnih stvareh. Kasneje so se nekateri raje začeli posluževati plačane pomoči. Svoje občutke ob tem so povedali takole:

Da, skrbel sem tudi za nego svoje matere. Potrebno jo je bilo preoblačiti, na jok mi je šlo, ko sem jo umival. Kdor to počne brez nekih problemov »ala mu vera«. Ob tem prihaja do nekih notranjih sentimentalnosti, kaj se zgodi s človekom, ko pride v ta stadij. Nobenemu ne paše umazan človek od lastnih iztrebkov, sploh pa pri staršu, ki si ga spoštoval in te je vzgajal. To sem počel kratek čas in zdaj, ko pomislim, bi raje najel negovalko, kot da bi bil spet soočen s tem. Očeta skopa negovalka, pride enkrat tedensko in opravi svoje delo (Stane, 70 let).

Odnos z očetom je bil v mladosti izrazito patriarhalen in sprva je bilo predvsem pri negi nekaj težav. Ko pa vidiš nemočno osebo, ki potrebuje pomoč, bariera popusti in zadeve se lotiš, kakor pač znaš. Tudi oče je bil sprva v stiski. Prizadetost njegove intime sva skupaj z ženo le stežka premagala. Kasneje je sledila strokovna (plačana) pomoč, ki jo je oče kar dobro sprejel. Vsekakor je zunanja pomoč bolj zaželena. Ne samo, da je bolj strokovna (ostareli imajo specifične težave, na katere je stroka že pripravljena), temveč

se mi zdi, da je oskrbovančeva intima manj prizadeta, ker zadevo jemlje bolj kot »storitev« in ne kot osebni odnos s svojcem - sinom (Marjan, 63 let).

Zelo emocionalno pa je pomoč pri negi svoje mame, doživljal tudi Brane (63 let), ki je mamo samo enkrat negoval (jo umil), a pravi, da tega noče nikoli več početi in raje plača neko zunanjo pomoč. Svoje občutke je opisal takole:

Meni je žal, imam jo zelo rad, ampak tega ne morem početi. Ne vem, zakaj ne...mogoče se mi smili, mogoče iz tega naslova. Imam jo zelo rad, ampak res...Zdaj nazadnje je imela en problem, ko je padla saj ima vrtoglavico - to sem pozabil povedat. Padla je in je šlo od nje, saj sem pobiral in jo umil, seveda sem, a so mi malo solze na oči prišle. Tako da raje tisti denar, ki je za to namenjen damo negovalki in to ona »poštima«. Tudi brat ne more, tako kot jaz. Zna biti kakšna nerodnost, pa tudi smili se mi, ker je stara 95 let, brihtna, nobene demence.

Izjema pa je Luka (45 let), ki je bil vključen v mamino nego po možganski kapi, a mu to ni povzročalo večjih težav. Kasneje je raje najel negovalko, saj mu je zmanjkovalo časa za ostale obveznosti. Svoje občutke je povedal takole:

Na začetku sem ji pomagal pri oblačenju, zdaj to lahko stori že sama. Na začetku sem ji pomagal tudi pri tuširanju, a tega nisem mogel več opravljati, ker je zmanjkovalo časa. Sam sem polno zaposlen in pri taki bolezni, ki prizadene bližnjega, je zelo težko skrbeti za vse. Drugače do umivanja mame, nisem imel nekih posebnih zadržkov, a časovno ni zneslo. Najel sem žensko, ki je mami pomagala dvakrat tedensko in sem bil bolj razbremenjen.

Preostali sinovi pa se negovanja (pomoči pri oblačenju ali umivanja) še niso lotili ali opravljali, ker starši za zdaj te pomoči še ne potrebujejo. Sem pa jih povprašala o njihovem stališču do nege ostarelih staršev in nasploh negovanju drugega. Štefan (52 let) in Boštjan (47 let) ne občutita nobenih zadržkov do negovalnega dela in bi verjetno pomagala, če bi prišlo do te potrebe. Problem vidita le v tem, da ne bi časovno zmogla, ker sta oba polno zaposlena, eden izmed njiju pa še precej oddaljen od matere.

Ivan (69 let) pa, se negovalnega dela izogiba in ga raje prepusti mlajšima sestrama:

Moram reči, da mi ta negovalni del ne gre ravno od rok in tudi z ozirom na to, da imam dve mlajši sestri, ki sta bolj sposobni in tudi bolj primerni. Mislim, da ženska ženski lažje pomaga, kot moški recimo. Meni osebno je malo nerodno...težko govorim o tem. Zdaj, na primer, ko sestri prideta z morja in bo potrebno mamu umiti...bosta onidve prevzeli to, jaz bom pa pospravil in skuhal.

Tomažev (55 let) oče pa prav tako ne potrebuje pomoči pri sami negi, sem ga pa kljub temu povprašala o njegovem odnosu do le-te. Njegovo mnenje je, da mora skrb za nego prevzeti profesionallec/profesionalka, saj je za to potrebno izobraževanje, biti moraš usposobljen za to. Sam sebe ne smatra za dovolj kompetentnega, da bi lahko pomagal pri negi.

Dotaknila pa sem se tudi emocionalnega dela, torej odnosa med sinovi in starši glede kakšnih osebnih stisk, tegob ali preprosto nasvetov. Splošna slika je, da se starši (mama ali oče) v določenih primerih obrnejo na sinove, a jih nočejo preveč obremenjevati. Nekateri težave preprosto zadržijo zase, nekaj pa se jih obrne raje na hčerke. Največkrat se starši obrnejo na sinove zaradi osamljenosti in kakšnih zdravstvenih težav, kot to počneta Marjanov oče ter mačeha: »Se obrneta, a gre večinoma za zdravstvene težave ter težave s komuniciranjem z okoljem (računi, pošta, telefonski klici, ponudbe...). Kot sem omenil že zgoraj, je bil najin odnos izrazito patriarhalen, zato si ne predstavljam, da bi mi oče potarnal o kakšnih osebnih stiskah. Name se obrneta tedensko, vse težave rešujemo sproti. Oče mi potarna le kar se tiče kakšnih njegovih zdravstvenih težav.« Pri nekaterih starših je vzrok predvsem osamljenost in zato se večkrat slišijo, predvsem po telefonu - Ivan (69 let), Brane (63 let). Štefan (52 let) je povedal, da mama svoje tegobe zaupa svoji hčeri, ki posreduje naprej- mama ga noče preveč obremenjevati, ker ne živi blizu. Tudi Ivan (69 let) opaža, da mama kakšne intimne stvari raje zaupa sestram. Stane (70 let) si je z obema staršema zelo blizu, kljub temu, da je mama že v domu. Svoje občutke je povedal takole:

Bil sem edini, na katerega sta se lahko obrnila (tako oče kot mama). Bili smo takšna družina za vikat. Nikoli se nismo žalili, kregali ali karkoli. Bili smo revna družina in živeli v baraki. Name so se vedno lahko obrnili glede česar koli, zares smo si veliko zaupali. Večinoma pa jamrati nista hotela in smo se bolj o pozitivnih stvareh pogovarjali. Tudi zdaj, ko je oče ostal sam ne jamra kaj dosti, se mi zdi, da se zaveda, koliko sem mu že pomagal in koliko mu še bom.

Pri Boštjanu (47 let) in Luki (45 let) pa je problem, saj oče in mama tegobe zadržujeta zase in se s težavo odpreta.

Glede na pridobljene odgovore, bi težko ugotovili, da vsi sinovi nudijo emocionalno podporo svojim staršem, saj le - to otežujejo sami odnosi v družini, ki so globoko zasidrani že od prej (npr. patriarhalna vzgoja). Spet drugi se trudijo, a se starši s težavo odprejo. Pri določenih pa je povezanost že iz mladosti velika in to se pozna tudi na odnosu.

Zanimalo me je tudi, ali sinovi sami potožijo glede kakšne težave, tegobe svoji mami ali očetu. Pri veliki večini sem dobila odgovor, da je/ga nočejo obremenjevati s svojimi zadevami, ker ima sam/a dosti svojih skrbi. Zanimiv odgovor je bil od gospoda Braneta (63 let), ki pravi: »Ne glede na zdravje, vprašam pa jo za kakšen recept (moja žena ne ve), ker moja mama je zelo dobro kuhala. Ni bila kuharica, ampak je pa dobro kuhala. Glede zdravja pa ne, tega se pa izogibam, ker potem ona začne svoje notri prinašat. Se pa tudi za kaj drugega na njo obrnem, ker je še zelo brihtna v glavi, to je to.«

Tiste sinove, ki imajo brate ali sestre sem povprašala o tem, kako si delijo skrb (če si) za ostarelega starša, torej na kakšne načine so vključeni oni in bratje/sestre, in ali se o skrbi med seboj dogovarjajo. Tu naj najprej povem, da sta dva izmed intervjuvancev edinca, zato sem to vprašanje postavila preostalim šestim. Največ je takšnih, ki si skrb za starše (vsaj po njihovem pripovedovanju) povsem enakomerno delijo s svojimi brati ali sestrami. Mednje spadajo Marjan (63 let), ki si skrb za mamo deli s svojo sestro, sledi Brane (63 let), ki si prav tako skrb za mamo deli s svojim bratom, Ivan (69 let) si skrb deli z obema sestrama in Štefan (52 let), kateremu pri oskrbi mame, pomaga tudi sestra. Pri Tomažu (55 let) je situacija takšna, da se v skrb pretežno vključuje sam (poleg svoje matere), brat pa se vključuje bolj poredko. Boštjan (47 let) si skrb z bratom enakomerno deli, tretji brat pa v oskrbo ni vključen.

Prevladujejo torej tisti, ki si skrb enakomerno razdelijo in se pri tem tudi večinoma dogovarjajo. Tu spolna vloga ne igra posebne vloge, ker so moški enako vključeni, kot njihove sestre in hkrati praktično ni razlik med tipičnim »moškim« in »ženskim delom«, saj se tudi moški poslužujejo gospodinjskih opravil itd. Izjema je le Ivan (69 let), ki negovalno delo raje prepušča sestram.

Jaz bom rekel, da se kar dopolnjujeva. Ona je pri mami v tistem času, ko mene ni in obratno, ko nje ni, sem pa jaz pri mami./.../ Zaenkrat sama še vse kuha ali ji pa

včasih tudi sestra prinese hrano, če več skuha. Ko smo skupaj jaz večinoma pomagam tam, tudi sestra, če imamo kakšen piknik ali pa kaj takšnega. Meni prepusti ta težja dela okrog hiše, tega ona ne zmore (Štefan, 52 let).

Ker sestra ne živi blizu in je v oddaljenem kraju, vsak teden pokliče očeta, obiskuje pa ju po svojih zmožnostih. Če je potrebno, me zamenja skoraj pri vseh opravilih. To je najin dogovor. Če ne utegnem, gre namesto mene v trgovino, ju pelje k zdravniku, kaj pospravi (Marjan, 63 let).

Tisti sinovi, ki imajo partnerico (ženo) si večinoma z njo delijo skrbstveno delo za svojega starša. Ivan (69 let) pravi takole: »Tudi vstopi. Podobno kot pri sestrah, če jaz ne utegnem, potem ona vskoči. Še posebno pri nakupih hrane, dogovorih z zdravniki, tudi če ima kakšne druge stvari. Zdaj ima recimo ultrazvok trebuha in mora vedeti kdaj in točno poklicat, ker so dolge čakalne dobe. Več ali manj ima čez te organizacijske zadeve. Kar se tiče pa kakšnih gospodinjskih opravil, pa sem jaz bolj vključen kot žena.« Tudi Stane (70 let) pojasnjuje, da si skrb za očeta, še prej pa mamo delita: »Pomagala je tako mami, kot tudi sedaj očetu. Velikokrat skuha in mu jaz odnesem. Veste...jaz sem bolj slab kuhar. Skrb sva si in si deliva, brez problemov.« Štefan (52 let) pa pojasnjuje, da je žena sicer vključena, a ima tudi sama ostarelo mamo, za katero je potrebno poskrbeti. Žena se ne vključuje le pri Boštjanu (47 let), slednji pojasni, da za to še ni potrebe.

Za konec tega tematskega sklopa, pa me je zanimalo, ali so v oskrbo staršev vključeni tudi vnuki in vnukinje (torej skrb za babico in za dedka), preostalo sorodstvo, prijatelji in sosedje ter ali je vključena tudi kakšna formalna pomoč - odgovore sem pridobila že prej. Bolj intenzivno se vključujeta le dve vnukinji in nekateri sosedje ter prijatelji. Štefan (52 let) pravi, da hčera obiskuje babico in ji tam tudi pomaga: »Vključena je tudi vnukinja, ki je zdaj ostala pri dveh babicah in obema pomaga. Malce gre k eni, malce k drugi in jim obema pomaga, kolikor je v njeni moč.« Tudi Tomaž (55 let) omenja vnukinjo, ki pa je njegova nečakinja: »Nečakinja se zelo angažira glede staršev, jih redno obiskuje, sodeluje pri nakupih. Mogoče je še kaj, kar jaz ne vem. Ohranja redne stike z mojim očetom in tudi mamo ter je v zelo veliko pomoč.« Nekateri pa so izpostavili tudi prijatelje in sosede: »Eno sosedo ima, ki se je zdaj preselila, je precej mlajša in kar pomaga, če je »gljih« treba. Če drugega ne, jo pokliče in spijeta kakšno kavico in poklepetata. Ji reče »če kaj potrebujete, kar pokličite«. Najbližje je, ker mi smo vsi malo daleč.« (Ivan, 69 let)

Sinovi nudijo pomoč svojim ostarelim staršem pri številnih instrumentalnih opravilih, ki si jih večinoma enakomerno razdelijo s svojimi partnericami oz. sestrami in brati. Polovica intervjuvancev je že negovala mamo in očeta, vendar to ne počno več - bodisi zaradi pomanjkanja časa ali osebnih zadržkov, ki jih imajo do negovanja svojih staršev. Preostala polovica intervjuvancev izkušenj z negovanjem staršev še nima, ker to še ni bilo potrebno, ali pa to delo raje prepusti drugim. Kar zadeva emocionalno oporo, se le redki starši obrnejo na svoje sinove po nasvet oz. jim potožijo glede kakšne težave - bodisi zaradi tega, ker jih ne želijo obremenjevati ali pa preprosto to ni v njihovi navadi. Določeni starši se na sinove obrnejo zaradi osamljenosti, spet drugi, pa se raje obrnejo na hčerke.

6.2.4 Izzivi pri soočenju s skrbstvenim delom

V naslednjem sklopu sem se osredinila na različne izzive, s katerimi se sinovi srečujejo pri skrbi za ostarele starše. Na začetku me je zanimalo, če se je življenje od sinov na kakršenkoli način spremenilo, odkar jih starši bolj potrebujejo in kako. Tu sem jih pustila, da prosto odgovarjajo in jim nisem postavljala podvprašanj. Štefan (52 let), Ivan (69 let) in Boštjan (47 let) pojasnjujejo, da je razlika le v količini prostega časa. Marjan (63 let) pravi, da tega ne občuti, ker je upokojenec in ima čas. Brane (63 let) ter Luka (45 let) pravita, da se je precej spremenilo, sploh za Luko, ki je po možganski kapi prevzel skrb za mamo: »Seveda, sprememba je bila ogromna. Moral sem se kar precej žrtvovati, vzeti mamo k sebi za dobra tri leta in ji biti na voljo. Nikoli pa ni bila tečna ali kaj takšnega, ampak je vse ubogala in poslušala, če sem ji želel samo pomagati.« Stane (70 let) pa pojasnjuje takole: »Ne, to je tok življenja. Zavedam se, da sta starša stara, sem se pa vedno bal, kako se bo vse skupaj zaključilo. Kar se tiče pomoči sem tako mami, kot sedaj očetu vedno nesebično pomagal in še enkrat bi šel čez vse to, če bi bilo potrebno.« Tomaž (55 let) pa pravi, da se ta trenutek ni kaj bistveno spremenilo, a se je bolj začel ukvarjati s prihodnostjo, kaj bo sledilo z očetovim zdravjem.

Sinove sem povprašala tudi o prednostih in morda kakšnih slabih vidikih, ki jih prinaša oskrbovanje ostarelih staršev. Brane, Stane in Štefan so podali različna občutja, a sem jih glede na osebno doživljanje same skrbi za očeta ali mamo, lahko združila. Opisovali so, da ob tem čutijo zadoščenje, pomoč pa je vzajemna, saj so tudi starši nekoč skrbeli za njih. Slabosti praktično ne zaznavajo, le kar se tiče prostega časa (Štefan, 52 let).

Ne predstavljam si, da jaz zdaj ne bi njej pomagal. To je vzajemno, saj je moja edina mama (Brane, 63 let).

Največ kar lahko dobiš so starši. Edino na njih se lahko zares zanesesh in te ne bodo prizadeli kot te lahko kdo drug. Seveda, da sem in jim še pomagam tudi zdaj. Neizmerno sem jima hvaležen za vse in to upam, da zdaj vračam (Stane, 70 let).

Ne vem, nekako neko zadoščenje, da pomagaš sočloveku, ki je tebi prej pomagal in to je nekako samoumevno, če imaš s starši normalen odnos (Štefan, 52 let).

Tomažu (55 let) in Boštjanu (47 let) se zdi povsem normalno, da skrbita za svojega očeta, a ob tem ne občutita nič posebnega. Tomaž pojasnjuje takole: »Gre za naraven proces. Ne pomeni mi nekega hudega problema, niti nekega hudega zadovoljstva. Meni se to zdi normalno in gre za običajen življenjski proces, v katerem se bomo tudi mi nekoč znašli in morda potrebovali pomoč. Ne čutim pa ob tem nekega hudega zadovoljstva, ker vseeno neka obremenitev je (za zdaj še ne prevelika), ne predstavlja mi pa neke težave, nelagodja.« Ivan (69 let) pojasnjuje, da o prednostih bolj težko govori, ker gre predvsem za skrb. Kot sam pravi: »Pomagam zato, ker hočeš, nočeš, moraš.« Marjan (63 let) pa podaja naslednjo misel: »Skrb za starejše zahteva neskončno veliko potrpežljivosti in volje, ko pa se zavedaš, da si sam na isti poti, se umiriš in skušaš razumeti. Morda bom s svojim sinom imel srečo, a tega ne zahtevam oz. pričakujem. Ne vidim nekih slabosti...vsak bo enkrat na istem.« Luka (45 let) pa pojasnjuje, da ni imel izbire, saj je edinec, hkrati pa dodaja: »Seveda sem ji pomagal tudi iz srca in zato, ker je tudi ona nekoč zame skrbela. Bilo mi je pa težko, če ne doživiš tega, ne moreš vedeti kako je.« Ob tem pa dodaja, da v tistem obdobju po mamini kapi, ni imel nič časa zase - stalen nadzor itn.

Pri naslednjih dveh vprašanjih me je zanimalo, ali je imela oskrba staršev kakršenkoli vpliv na službo in službene obveznosti (za tiste, ki so še delovno aktivni) ter preživljanje prostega časa. Praktično vsi intervjuvanci, ki so zaposleni, ne doživljajo skoraj nobenih sprememb, kar zadeva zaposlitve in izostankov od dela. Največkrat izostanejo, ko morajo starša peljati k zdravniku, a to kasneje nadomestijo in ni večjih težav. O kakšnem skrajšanem delovnem času ali kaj podobnega, ni poročal nobeden.

Odsoten sem kdaj, ampak zadevo prinesem notri na drugačen način. Odsoten sem pa bolj poredko in več zadev probam urediti v popoldanskem času. Razen, ko očeta peljem k zdravniku, takrat pa me ni celo dopoldne, a ker sem sam svoj šef ne predstavlja to nobenega problema. Ni opaznih razlik, v tej situaciji še sigurno ne (Tomaž, 55 let).

Pri Luki (45 let) je bilo nekoliko drugače, saj je takoj po mamini bolezni vzel dopust in bil z njo dva tedna (to je opisal že pri nekaterih preteklih vprašanjih). Svojo izkušnjo pa opiše še takole: »Takrat, tik po bolezni je precej vplivalo. Sedaj ne vpliva kaj dosti, ker ne potrebuje več toliko zdravnikov itn. Še vedno pa sem kdaj odsoten, če jo moram kam odpeljati in potem to nadomestim. «

Za zaključek v tem sklopu vprašanj pa me je zanimalo, kakšen je bil odziv okolice (prijateljev, znancev, sosedov ipd.), ko so izvedeli, da intervjuvanci kot sinovi pomagajo pri oskrbi svojih staršev. Pri treh sinovih - Marjanu (63 let), Branetu (63 let) ter Luki (45) je bil odziv prijateljev, sosedov ipd. pozitiven, saj so jih tudi pohvalili.

Bili so pozitivno presenečeni, a se jim zdi to nekaj samoumevnega, vsaj večini. Tudi oni pomagajo svojim staršem, če to pomoč že potrebujejo (Marjan, 63 let).

Nič posebnega ni bilo, moja mama pa nama je z bratom povedala, da ko je govorila s tisto in tisto sosedo in jima omenila, da če ne bi imela takšnih dveh zlatih sinov (mene in brata), potem ne ve, kako bi bilo. /.../ Tudi sosedje naju pohvalijo, da sva v redu in da skrbiva za njo. Jaz pa pravim, res je, za koga pa bova, če ne za najino mamo (Brane, 63 let).

So me kar občudovali, saj so videli, da mi je kar težko, ampak nisem izgubljal upanja. Nekako sem verjel, da bo mama nekoč spet v redu in bo lahko poskrbela sama zase (Luka, 45 let).

Ivan (69 let) pravi, da se jim ni zdelo nič posebnega, saj je bil že vsak soočen s tem. Podal je tudi primere, ko sinovi in hčere pomagajo ostarelim staršem: »Soseda hodi vsak drugi dan k materi, sosed prav tako hodi k svoji materi v Ljubljano in če se ne motim skoraj vsak dan.« Štefan (52 let) pa pravi, da je to pri njih v Slovenj Gradcu (od koder prihaja, a sedaj biva v Ljubljani) povsem samoumevno, razloge pa išče v tem, da je morda v Slovenj Gradcu drugače kot v Ljubljani, saj gre za manjše mesto, kjer vsi mlajši skrbijo za starejše.

6.2.5 Motivacija, interes oskrbovalca

V zadnjem sklopu pa se bom osredinila na motivacijo, interes, željo, zaradi katere so se sinovi odločili prevzeti skrb za svoje ostarele starše.

Velika večina sinov pomaga staršem, ker se ji to zdi prav. Prav takšen pa je tudi njihov odnos do splošne pomoči odraslih otrok ostarelim staršem. Takšen medsebojni odnos (med njimi in

starši) se jim zdi edino pravilen in predvsem zaradi tega pomagajo. Odgovori so bili zelo podobni, zato bom izpostavila tri, ki so se nekoliko razlikovali. Marjan (63 let) pravi takole: »Načeloma je to pravilen odnos, če drugega ne – recipirate, vendar se tu postavlja vprašanje usposobljenosti, zmožnosti in nenazadnje empatije. Niso vsi otroci, četudi so ljubeči do svojih staršev, sposobni razumeti in prevzemati odgovornosti v tem odnosu. Nenazadnje imajo otroci tudi svoje težave, hkrati pa tudi niso strokovnjaki za gerantologijo.« Stane (70 let) pa pravi: »Če ne pomagajo je zelo narobe, če pa pomagajo, je pa edino pravilno. Stari ljudje so potrebni pomoči, saj si nikakor ne morejo pomagat. Ko pridejo v neko fazo, si začnejo izmišljevati stvari, lažejo, imajo različne bolezni in vsaka bolezen ima svoje zanke. Treba se je prilagodit in jim pomagat, kolikor pač lahko.« Brane (63 let) pa na to gleda nekoliko drugače in pravi: »Mislim, da s tem daješ vzgled tudi svojim otrokom. Seveda pa s tem tudi osrečiš svoje starše, saj vidijo, da so vzgojili nesebičnega človeka. Lepše je dati takšen občutek, kot pa takega, da nočeš nič pomagati.«

Kar zadeva medsebojne odnose med sinovi in njihovimi starši, so se takrat, ko so se sinovi pričeli vključevati v oskrbo, pri nekaterih spremenili. Polovica intervjuvancev tako zaznava spremembo v odnosu (povečini na boljše), polovica pa te spremembe ne zazna. Prav nihče pa ni omenil, da bi se odnosi poslabšali. Če najprej začnem pri tistih, ki so opazili spremembo, gre največkrat za pozitivno spremembo, saj se je njihov odnos poglobil, bolj so se zblížali, ker so bili tudi več skupaj itn. Temu pritrjuje tudi Brane (63 let), ki pripoveduje: »So se ja, smo bolj povezani, tudi več kontaktiranja je in mojih obiskov pri mami. Mama že malo težje hodi in bi tudi rada prišla sem, ampak zdaj veliko leži in se doma najbolje počuti.« Marjan (63 let) opaža razliko tako v očetovem obnašanju, kot tudi spremembo pri sebi, svoje občutke opisuje takole: »Seveda se je spremenil. Oče nikoli ni bil odvisen od mene, sedaj, ko pa potrebuje mojo pomoč pa je veliko bolj prijazen, vidim, da ceni, kar delam za njega. Tudi moj odnos do njega se je spremenil, ker vidim, da me potrebuje in ni več tisti močan možki, kot je bil včasih. Odnos se je bolj spremenil v smislu subordinacije, a ne v slabšalnem smislu.« Podobno razmišlja tudi Tomaž (55 let), ki pravi: »Če že, so se na boljše. Včasih se nisva prav dobro razumela in sva se občasno tudi kregala. Zdaj razumem, da je bolan in da se moram malo drugače obnašati do njega, kot sem se včasih. Zdaj je drugačen način komunikacije, včasih je bil bolj odnos oče – sin, zdaj pa glede na bolezen komunikacija drugače poteka. Bolj ga »probam« razumeti...«

Stane (70 let), Štefan (52 let), Boštjan (47 let) in Ivan (69 let) pa sprememb ne opažajo, ker so se vedno dobro razumeli s svojim očetom ali materjo.

Tistim, ki imajo sestre ali brate, pa sem postavila tudi vprašanje, če se je njihov odnos s sestrami ali brati na kakršenkoli način spremenil, odkar se vključujejo v oskrbo svojih staršev. Ker sta dva izmed intervjuvancev edinca, je bilo to vprašanje relevantno za preostalih šest. Tudi v tem primeru – trije sinovi opažajo spremembo in sicer so se odnosi spremenili na boljše. Marjan (63 let) in Brane (63 let) tudi pri odnosu s sestro in bratom opažata spremembe, ki se kažejo v pozitivno smer (tako kot v odnosu do mame). Brane sedanji odnos z bratom pojasnjuje takole: »Bolj sva povezana, samo to lahko rečem. Pred tem z bratom nisva bila toliko povezana, potem, ko je pa mama potrebovala vedno več pomoči, sva se začela veliko dogovarjati in usklajevati, kar naju je čisto nezavedno bolj povežalo.« Marjan pa na spremenjen odnos gleda takole: »Da, tu lahko zatrdim, da se je v skupni skrbi za očeta in tudi mačeho najin odnos spremenil. S tem, ko naju oba potrebujeta, sva se tudi sama primorana dogovarjati, usklajevati. Sploh, ko želim iti na morje, se s sestro obvezno dobiva in domeniva, kako bodo stvari potekale, ko bom odsoten. Ker živi drugje, so najini pogovori večinoma po telefonu, a jih je veliko več, kot pa pred očetovo boleznijo.«

Preostali bistvenih sprememb ne opažajo, bi pa izpostavila le Štefana (52 let), ki opazi, da se večkrat s sestro pogovarjata po telefonu. »Mogoče se malce večkrat slišiva kot prej. Največkrat jo vprašam, kako je mama, ker mi sama noče povedati. Posebno takrat, ko je imela bolezenske probleme. Včasih noče povedat zato, da ne bi obremenjevala, ker ve, da hodim v službo in sem bolj oddaljen kot sestra. Sva pa v kontaktu s sestro in ko izve, mi pove, tako da imam jaz potem informacijo iz prve roke, čeprav je ona ne želi dati.«

Zanimalo pa me je tudi, kako so sinovi zadovoljni s to izkušnjo, da pomagajo svojim ostarelim staršem, in ali so se pri tem kaj novega naučili. Ker so bili odgovori tako različni in hkrati zanimivi, poučni, sem se odločila, da izpostavim kar vse.

Ja, naučil sem se, da to narediš in ti pri tem ni težko. Fino se ti zdi, da če bi recimo moja partnerka potrebovala pomoč, da sem že navajen takšnih stvari. Dobra izkušnja je in iz tega lahko povlečem koristne stvari, če bi tudi moja partnerka v prihodnosti rabila mojo pomoč. Sva vedno starejša in zagotovo bova rabila eden drugega, tukaj mi pa ta izkušnja lahko pride zelo prav. Podobno pričakujem tudi od svoje hčere, da bi nekoč pomagala meni (Ivan, 69 let).

Lahko rečem, da sem se iz tega naučil, da ni dobro pretiravati z nobenim športom, saj oče nosi posledice na stara leta. Grozno mi je, ko vidim mladino, kako se preteguje na

raznih fitnessih in dviguje razne uteži, potem vidim, kakšne napore ljudje premagujejo, s tem ko pretiravajo z ekstremnimi športi itd. (Stane, 70 let).

Človek se celo življenje uči. Ne vem, kaj bi se lahko iz tega naučil. Iz tega se lahko samo naučiš, da je pomagati nekaj normalnega. Človek je družbeno bitje in meni je samoumevno, da pomagaš nekemu, ki te je rodil in vzgajal od začetka. Tako da težko bi rekel, da se nisi nič naučil, je izkušnja, ki te spremlja vse življenje in poskušaš to izkušnjo potem predati naprej otrokom. Da se tudi oni zavedajo, da boš tudi ti nekoč star in boš potreboval pomoč in to gre iz generacije v generacijo. V tem duhu sem vzgajal tudi hčerko (Štefan, 52 let).

Mogoče sem se počasi začel zavedati, da je oče vedno starejši in da so dragocene minute, ki jih preživljam z njim. Vsakršno druženje, kava, karkoli...Kot sem že prej povedal, sem se do pred nekaj časa nazaj, poskušal malo drezati vanj in ga spodbujati, da bi čim več hodil, a se ne da, je res trmast (smeh) (Boštjan, 47 let).

V tej fazi, še ni neke posebne razlike. Tukaj nisem dobil nekih novih izkušenj, gre bolj za drugačen odnos do očeta, ker razumeš, da je bolan in da je potrebno malo drugače delati z njim. Do kakšnih posebnih spoznanj še nisem prišel, predpostavljam pa, da to še pride. No, mogoče sem se naučil biti bolj strpen. Pri človeku z demenco je strpnost izredno pomembna, saj dostikrat ne more povedat vsega kar želi in moraš biti potrpežljiv, mu pomagati ...To je mogoče edino, ni pa oče še tako daleč, da bi potreboval oskrbo vsak dan (Tomaž, 55 let).

Pridobil sem predvsem potrpljenje, saj ga ob tako hudi bolezni potrebuješ veliko. Zares je treba biti pazljiv, ker včasih si že zelo na koncu z živci in hitro lahko kaj blekneš, kar prizadene mamo. Velikokrat sem se moral zadržati in pač potrpeti. Sproti sem si govoril, da bo nekoč boljše in res je bilo (Luka, 45 let).

Sem zadovoljen, a je hkrati dodatna obremenitev, dodatna skrb. Vseeno se mi pa zdi prav, da se pomaga staršem po svojim zmožnostih (Marjan, 63 let).

Mislim, da sem se ob tem naučil marsikaj. Tudi jaz bom nekoč star in sedaj imam nekako priložnost, da vidim kako to poteka. Tu je treba seveda povedati, da ima mama veliko srečo, saj je pri 95 letih še vedno v formi (smeh) (Brane, 63 let).

Za konec pa sem dodala vprašanje, ki se navezuje na spolno delitev dela pri skrbi za ostarele starše. Kot sem ugotavljala že v teoretičnem delu, je omenjena problematika še vedno prisotna, saj se ženske bolj intenzivno vključujejo v samo skrb kot moški. Ker pa se osredotočam na izkušnjo moških, me zanima, kakšen je njihov pogled na to. Večina sinov je ob tem vprašanju pričela govoriti o sebi in o svojem vključevanju v gospodinjstva opravila, skrb za ostarelega starša ter na nek način poizkusila zagovarjati vključenost njih samih v oskrbo ostarelih staršev in sodelovanje pri različnih opravilih (na primer: enakomerna delitev gospodinjstnega dela skupaj s partnerico oz. ženo). Vseeno pa je spolna delitev še vedno prisotna in je na tem področju (skrbstvenega dela) enakost med spoloma najmanj napredovala. Iz odgovorov je bilo mogoče razbrati, da se tega zavedajo trije respondenti, tisti, ki imajo univerzitetno izobrazbo. Preostalih pet ima dokončano srednjo šolo in drugega razen svoje izkušnje in izkušnje sosedov, prijateljev ipd., niso opisovali. Najbolj tehten premislek o tej problematiki je podal Marjan (63 let), ki pravi:

Zagotovo ima tradicija delitve dela med spoloma veliko vlogo. Če se že pri sebi zavedam nesmisla te delitve, pa je zadeva v očetovi generaciji (verjetno tudi v moji) precej ukoreninjena. Verjetno je v tem srž tvoje trditve o delitvi vloge spolov pri skrbstvenem delu - zlasti med sorodniki. In ni morda preveč smela trditev, da je zunanja pomoč (tudi nasprotno spolna) bolj zaželena. Še posebej, če delitvi dela dodamo tradicionalno patriarhalno vzgojo, ki neguje lik patriarha kot »dotakljivega« (če že mora) le njegovi ženi.

Sinovi pomagajo svojim ostarelim staršem, ker jim je to nekaj povsem normalnega, samoumevnega in gre za pravilen odnos. Nekateri ob tem čutijo dolžnost, da staršem povrnejo vso skrb, ki so jo bili nekoč deležni od njih, spet drugi pričakujejo podobno od svojih otrok in so jim tako za zgled. Polovica sinov opaža spremembe v odnosu z ostarelimi starši, po tem ko so jih pričeli oskrbovati. Te spremembe so pozitivne, saj se je pri večini poglobil in izboljšal odnos. Preostali sinovi teh sprememb ne zaznavajo. Odnos s sestrami in brati se je izboljšal pri treh intervjuvancih, saj opažajo, da so več v stiku (dogovarjanje glede oskrbe staršev ipd.); preostali ne zaznavajo nobenih sprememb. Nekateri sinovi so se ob oskrbovanju svojih staršev, naučili biti bolj potrpežljivi, imeli možnost videti, kako poteka proces staranja, pričeli ceniti dragocene trenutke, ki jih preživljajo s staršem itd. Še vedno prisotno spolno delitev dela pri skrbi za druge, se zaveda nekaj višje izobraženih sinov, preostali (nižje izobraženi) tega ne zaznavajo.

6.3 Interpretacija rezultatov

V zaključku empiričnega dela bom, opiraje na raziskovalno vprašanje in podane teoretične ugotovitve, interpretirala pridobljene podatke lastne raziskave.

Podatki kažejo, da se sinovi največkrat vključujejo v oskrbo ostarelih staršev, ko le-ti potrebujejo pomoč pri instrumentalnih opravilih. Najpogosteje gre za spremstvo in prevoz do zdravnika, skrb za redno jemanje zdravil, kupovanje in prinašanje potrebščin iz trgovine (tudi prevoz do trgovine), nudenje prevoza do drugih opravil in obveznosti ter popravila v hiši ali stanovanju in v okolici. Pomemben segment instrumentalnih opravil, je tudi vključevanje sinov v različna gospodinjstva opravila ter pripravo hrane in kuhanje, ki jih nekateri ostareli starši le s težavo opravljajo in zato potrebujejo pomoč. Več kot polovica sinov se tako vključuje tudi v omenjene dejavnosti, največkrat so to: kuhanje in gospodinjstva opravila (sesanje, pranje in obešanje perila ter pomivanje posode in tal). Naši podatki se le delno ujemajo z ugotovitvami tujih raziskav, ki zadevajo skrbstvene prakse sinov. Odrasli sinovi so npr. v raziskavi Collinsa (2014, 528) vključeni v pomoč materi pri urejanju finančnih sredstev, nakupovanju, uporabi elektronske tehnologije, nudenju prevoza, pripravi hrane, nadzoru nad jemanjem zdravil in gospodinskih opravilih kot je pranje perila. Sinovi se v preostala gospodinjstva opravila (ang. housekeeping) niso vključevali. Podobnosti v primerjavi z ugotovitvami iz moje raziskave so torej: nakupovanje, nudenje prevoza, nadzor nad jemanjem zdravil, pranje perila ter priprava hrane, ki se v rezultatih moje raziskave bolj navezuje na samo kuhanje.

Kot kažejo naši podatki, je nekaj sinov že negovalo (umivanje, pomoč pri oblačenju) svojo mamo in očeta, a so se kasneje raje posluževali strokovne pomoči, saj jim je bilo ob negovanju težko; počutili so se potrte in žalostne, oz. jim je zaradi nege zmanjkalo časa za preostale obveznosti. Eden izmed sinov pa negovanje svoje matere raje prepušča sestram. V raziskavi iz leta 1999 (Harris in Long, 1999), so se nekateri sinovi prav tako vključevali v negovanje (umivanje, oblačenje, hranjene ipd.) svojega bolnega starša. Po podatkih raziskave iz leta 2014 (Pew Research center 2015, 40) je v Italiji v negovanje svojih ostarelih staršev, vključenih približno toliko sinov kot hčera. Po rezultatih moje raziskave in raziskav iz tujine so se sinovi torej preizkusili tudi v negovanju svojih ostarelih staršev, še posebno je to opazno pri Italijanih, saj imajo slabo razvit sistem državne blaginje glede skrbi za starejše in je zato družina (partnerji, otroci) tista primarna, ki poskrbi za ostarele.

Nekateri intervjuvani sinovi iz lastne raziskave ostarelemu staršu nudijo emocionalno oporo, zlasti, ko so starši osamljeni, potrebujejo kakšen nasvet (glede zdravstvenih težav ipd.) ali

preprosto zgolj pogovor. Nekateri ostareli starši pa zelo neradi obremenjujejo svoje sinove (in obratno) s kakšnimi osebnimi težavami ali stiskami in se le stežka odprejo - dva izmed njih (Štefan, 52 let in Ivan, 69 let) se raje izpovesta hčerkam. Slednje sovпада z ugotovitvami avtoric Hlebec in Bogataj (v Touzery 2007c, 33), ki ugotavljata, da 29% ostarelih staršev najbolj zaupa hčeram, manj pa sinovom (22%). V raziskavi iz leta 1999 (Harris in Long, 1999) so sinovi pripovedovali o tem, da so nudili emocionalno oporo staršu, v primeru, da je drugi starš odšel v dom za ostarele. Podobno je bilo tudi v moji raziskavi, kjer je velika večina ostarelih staršev že izgubila partnerja-ko in se lahko zanese (večinoma) samo na svoje otroke.

Nekateri naši intervjuvanci, pripovedujejo o tem, da se jim je življenje spremenilo, ko so pričeli skrbeti za ostarelega starša, a o hujši preobremenjenosti – razen enega (Luka, 45 let) – ne poročajo. Najbolj vidna sprememba je bila glede prostega časa, saj so ga nekateri (Štefan, Boštjan in Ivan) imeli nekoliko manj. Takšne preobremenjenosti (tako fizične kot psihične) kot v raziskavi ugotavlja Jakičeva (v Touzery 2009, 113) pa med mojimi intervjuvanci ni bilo zaznati. Sinove sem povprašala tudi o prednostih in slabih vidikih, ki jih prinaša skrb za starše. Brane (63 let), Stane (70 let) in Štefan (52 let) so ob skrbstvenem delu občutili zadovoljstvo, zadoščenje, pomoč so razumeli kot nekakšno vzajemnost, saj so je bili v svojem zgodnejšem življenja tudi sami deležni od staršev. Dvema intervjuvancema (Tomažu, 55 let in Boštjanu, 47 let) se je zdelo povsem normalno, da poskrbita za svoje ostarele starše, eden izmed intervjuvancev (Ivan, 69 let) pa je pojasnil, da težko govori o prednostih, saj gre bolj za skrb in pomaga, zato ker mora in ne gre drugače. Glede na zgornjo ugotovitev (o majhni obremenjenosti glede skrbstvenega dela) lahko vidimo, da skrb za ostarele starše, intervjuvanim sinovom ne povzroča večjih težav pri opravljanju službenih obveznosti. Izjema je bil le eden intervjuvanec, ki je bil primoran zaradi materine bolezni vzeti dvotedenski dopust. Preostali niso poročali o nobenih posebnostih, v nasprotju s sodelujočimi v tuji raziskavi, ki jo navajata avtorici Bookman in Kimbrel (2011, 42), v kateri so sodelujoči pripovedovali, da so zaradi oskrbovanja ostarelih staršev koristili bolniško odsotnost in dopust, delali skrajšan delovni čas, vzeli neplačan dopust ali celo pustili službo.

V intervjujih sem sinove povprašala tudi o odzivih iz okolice (prijateljev, znancev, sosedov ipd.), ko so izvedeli, da oskrbujejo svoje starše. Pri treh je bil odziv pozitiven in so dobili pohvalo, pri preostalih petih pa ni bilo posebnih odzivov. Raziskava iz leta 1999 (Harris in Long, 1999) je, nasprotno pokazala, da se je okolica odzvala negativno - večina ni razumela in ni bila zmožna sprejeti dejstva, da so sinovi (tudi možje) prevzeli vlogo družinskega oskrbovalca (ki se je izkazala za odklonsko glede na prevladujoče norme moškosti).

Intervjuvani sinovi, v največji meri pomagajo ostarelim staršem, ker se jim zdi to edino prav. Odgovori intervjuvancev so bili podobni, eden izmed njih (Marjan, 63 let) pa je izpostavil, da je pomoč ostarelim staršem pravilna (gre za pravilen odnos), vendar ob tem opozarja, da niso vsi odrasli otroci usposobljeni ali dovolj empatični, da bi prevzeli skrbstveno vlogo. Harris in Long (1999) izpostavljata razloga, ki sta motivirala sinove, da so se vključili v oskrbo svojih staršev in sicer občutek priložnosti, da staršem povrnejo, kar so oni v preteklosti storili za njih ter občutek dolžnosti, ki temelji na moralni predanosti staršem. Oba razloga so navajali tudi naši sogovorniki.

V nadaljevanju je polovica sinov poročala o izboljšanju medsebojnih odnosov med njimi in starši, ko so se pričeli vključevati v oskrbo. Odnos se je bolj poglobil, bolj so se zblížali, ker so bili več skupaj. Nekateri intervjuvanci so opazili, da se je odnos s sestrami in brati spremenil na bolje. O utrjevanju medsebojnih odnosov med družinskimi člani, govorijo tudi nekatere slovenske študije (Čelik 2002, Touzery 2007 in Svetičič 2002 v Touzery 2009, 115), ki hkrati ugotavljajo tudi povečano strpnost družinskih oskrbovalcev, po tem, ko so pričeli z oskrbovanjem družinskega člana. O povečani strpnosti pa so pripovedovali tudi nekateri naši sogovorniki.

Za konec me je zanimalo še mnenje sinov, kar zadeva spolno delitev dela pri skrbi za ostarele. Kot ugotavlja Touzery (2007c, 27), so, v Sloveniji in tudi drugod v Evropi, najpogostejše oskrbovalke starih ljudi hčere in žene. Sinovi, zajeti v našo raziskavo, so pri tem vprašanju, večinoma pričeli govoriti o sebi in svojem vključevanju v gospodinjstva opravila ter skrb za ostarelega starša in le pri treh respondentih (z doseženo univerzitetno izobrazbo), je bilo mogoče opaziti, da se zavedajo omenjene problematike. Eden takšnih je Luka (45 let), ki opaža, da ženske še vedno v prvi meri poskrbijo za družinske člane – še posebno kar zadeva negovalno delo.

7 SKLEP

Zmanjševanje rodnosti po eni strani in umrljivosti med starejšimi po drugi strani, se v sodobnih zahodnih družbah kaže v povečanju števila ostarelih, ki potrebujejo pomoč svojih družinskih članov ali drugih sorodnikov, med najpogostejšimi, ki jim pomoč lahko zagotavljajo, pa so njihovi otroci. Vedno bolj prihajajo v ospredje odrasli sinovi, katerih vključevanje je, med drugim, spodbudila povečana participacija žensk na trgu delovne sile vse od druge svetovne vojne dalje.

Moj glavni cilj v diplomski nalogi, je bilo ugotoviti, na kakšne načine (če sploh) se odrasli sinovi vključujejo v oskrbo svojih ostarelih staršev. Glede na rezultate iz lastne raziskave ter po pregledu opravljenih tujih raziskav sem ugotovila, da se ugotovitve v večji meri skladajo in se odrasli sinovi pri oskrbi ostarelih staršev najbolj intenzivno vključujejo v instrumentalna opravila, pri katerih gre največkrat za nudenje prevoza, nakupovanje, nadzor nad jemanjem zdravil in pripravo hrane (kuhanje). V lastni raziskavi precej sinov pomaga staršem pri gospodinjskih opravilih, ki največkrat obsegajo sesanje, pranje in obešanje perila ter pomivanje posode in tal. Nasprotno kaže raziskava Collinsa (2014), kjer se zelo majhen delež sinov vključuje v pomoč materam pri pranju perila, nobeden pa ni vključen v preostala gospodinjska opravila. Nekoliko manj sinov se vključuje v skrb ostarelih staršev pri osebni negi, kot sta umivanje in pomoč pri oblačenju, še posebej v primerjavi s sestrami. Tudi tisti, ki so nudili nego, kasneje zaradi osebnih zadržkov ali pomanjkanja časa, prepustijo osebno nego negovalki. Emocionalno oporo ostarelim staršem nudi več intervjuvanih sinov – največkrat gre za primere osamljenosti – ko starši potrebujejo pogovor, oz. vprašajo sinove za kakšen nasvet. V splošnem pa ostareli starši, po pripovedovanju intervjuvancev, neradi obremenjujejo sinove s svojimi težavami in jih raje zadržijo zase oz. se obrnejo na hčere.

V raziskovanje bi bilo smiselno vključiti tudi izkušnje, opažanja, občutja oskrbovanih staršev, saj so oni tisti, ki jim je oskrba namenjena in lahko iz prve roke povedo, kako (na kakšne načine) jim pomagajo sinovi, kakšni so medsebojni odnosi med njimi in sinovi, kaj jim pri oskrbovanju ustreza, jih kaj moti, v primeru, da imajo tudi več otrok - kako poteka delitev skrbstvenega dela med njimi ipd.

Na splošno bi bilo potrebno družinsko oskrbo v Sloveniji obravnavati celostno - kot sem omenjala že uvodoma, so družinski oskrbovalci velikokrat nevidni, njihova preobremenjenost prezrta. Starejši ljudje so »skrb« ne le svojcev, ampak bi morali biti skrb celotne družbe, ki

mora ustrezno ukrepati preko socialnih politik in programov, ki razbremenijo družinske oskrbovalce. Poleg pozitivnih sprememb na področju družinske oskrbe pri nas, ki jih izpostavljata Filipovič Hrast in Hlebec (2015) – vidnejša podpora družini, ki skrbi za ostarelega družinskega člana, določene izboljšave glede socialne oskrbe na domu ipd., so premiki na boljše prepočasni. Ob tem avtorici izpostavita tudi Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo (omenila sem ga že v teoretičnem delu), ki ga ne sprejmejo že več let. Zapisane splošne določbe, v katerih npr. navajajo: »Dejavnost dolgotrajne oskrbe obsega tudi storitve, namenjene ohranjanju preostalih psihofizičnih sposobnosti brez pomoči druge osebe ali zmanjšanju potrebe po pomoči na najmanjšo možno mero, v okviru možnosti pa tudi povrnitvi sposobnosti osebe za življenje brez pomoči druge osebe.« (Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve 2010) bi v precejšnji meri razbremenil družinske oskrbovalce.

8 LITERATURA

1. Björk, Sofia. 2015. Doing, Re-doing or Undoing Masculinity? Swedish Men in the Filial Care of Aging Parents. *Nordic Journal of Feminist and Gender Research* 23 (1): 20–35.
2. Bookman, Ann in Delia Kimbrel. 2011. Families and Eldercare in the Twenty-First Century. *The Future of Children* 21 (2). Dostopno prek: <http://www.jstor.org/stable/41289632> (25. julij 2017).
3. Brečko, Barbara Neža. 2005. Istospolno usmerjeni: metodologija raziskovanja skritih populacij. *Družboslovne razprave* XXI(49/50): 107–118.
4. Collins, Cynthia R. 2014. Men as caregivers of the elderly: support for the contributions of sons. *Journal of Multidisciplinary Healthcare* (7). Dostopno prek: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4234282/> (22. junij 2017).
5. Črnak-Meglič, Andreja, Janja Drole, Barbara Kobal Tomc, Boris Koprivnikar, Lea Lebar, Mateja Nagode, Andreja Peternelj, Hermina Smole, Anja Šonc in Martin Toth. 2014. *Podpora samostojnemu bivanju v domačem okolju in dolgotrajna oskrba*. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje. Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.
6. Eurofamcare. 2006. *Services for Supporting Family Careers of Elderly People in Europe: Characteristics, Coverage and Usage*. Dostopno prek: file:///C:/Users/user/Downloads/summary_of_findings.pdf (19. junij 2017).
7. Filipovič Hrast, Maša in Valentina Hlebec. 2015. *Staranje prebivalstva: oskrba, blaginja in solidarnost*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
8. Harris, Phyllis B. 1998. Listening to Caregiving Sons: Misunderstood Realities. *The Gerontologist* 38 (3): 342–352.
9. --- in Susan Orpett Long. 1999. Husbands and sons in the United States and Japan: Cultural expectations and caregiving experiences. *Journal of Aging Studies* 13 (3): 241–267.
10. Hiel, Laura in drugi. 2014. Providing personal informal care to older European adults: Should we care about the caregivers' health? *Preventive Medicine* (70): 64–68.

11. Hlebec, Valentina, ur. 2009. *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Maribor: Aristej.
12. --- Matic Kavčič in Gabi Ogulin Počrvina. 2013. *Staranje, izziv za izobraževanje in medgeneracijsko sodelovanje. Učbenik programa za usposabljanje strokovnih delavcev v izobraževanju odraslih*. Ljubljana: Zveza ljudskih univerz Slovenije.
13. Humer, Živa. 2007. Skrbstvene aktivnosti moških v družinskem življenju. *Družboslovne razprave*, XXIII (56): 75–89.
14. --- 2009. *Etika skrbi, spol in družina: procesi relokacije skrbi med zasebno in javno sfero*. Doktorska dizertacija. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
15. Inštitut Antona Trstenjaka. 2010. *Družinska oskrba starejšega svojca*. Dostopno prek: <http://www.inst-antontrstenjaka.si/gerontologija/projekti/28.html> (17. junij 2017).
16. Kolar, Jasna. 2016. *Čustvene in socialne stiske starostnikov v institucionalnem varstvu*. Magistrsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
17. Kolarič Zinka, Rakar Tatjana in Kopač Mrak Anja. 2009. Slovenski sistem blaginje v procesu postopnega spreminjanja. V *Starejši ljudje v družbi sprememb*, ur. Valentina Hlebec, 45–75. Maribor: Aristej.
18. Miller Katherine I., Shoemaker Martha M., Willyard Jennifer in Addison Penny. 2008. Providing Care for Elderly Parents: A Structural Approach to Family Caregiver Identity. *Journal of Family Communication* (8): 19–43.
19. Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve. 2010. Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo. Dostopno prek: http://www.mddsz.gov.si/fileadmin/mddsz.gov.si/pageuploads/dokumenti__pdf/17022010_ZDOZDO.pdf (12. avgust 2017).
20. Novak, Meta. 2015. *Neformalno delo: opredelitev javnopolitičnega problema*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede. Dostopno prek: [file:///C:/Users/user/Downloads/Neformalno_URN-NBN-SI-DOC-DXZRICMT%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/user/Downloads/Neformalno_URN-NBN-SI-DOC-DXZRICMT%20(3).pdf) (19. junij 2017).
21. Pew Research Center. 2015. *Family Support in Graying Societies: How Americans, Germans and Italians Are Coping with an Aging Population*. Dostopno prek: <http://www.pewsocialtrends.org/2015/05/21/family-support-in-graying-societies/> (20. junij 2017).

22. Rakar, Tatjana, Ružica Boškić in Metka Kuhar. 2012. Družinski centri v različnih sistemih blaginje. *Socialno delo* (51). Dostopno prek: <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:doc-EDTGYOB8> (18. junij 2017).
23. Ramovš Jože, Lipar Tina in Ramovš Marta. 2012. Oskrba onemoglih ljudi. *Kakovostna starost: Revija za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje* 15 (3). Dostopno prek: <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/slike/1258-1.pdf> (15. junij 2017).
24. Ramovš, Jože. 2015. Neformalni oskrbovalci. *Kakovostna starost, revija za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje* 18 (1). Dostopno prek: <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/tisk/kakovostna-starost/clanek.html?ID=1508> (20. julij 2017).
25. Rener, Tanja. 1997. Rastoča manjšina: problem negovalnega dela. *Družboslovne razprave* XIII (24/25).
26. Ritchie, Jane. 2003. The applications of qualitative methods to social research. V *Qualitative research practice: A guide for social science students and researchers*, ur. Jane Ritchie in Jane Lewis, 24–46. London: Sage.
27. Sevenhuijsen, Selma. 2003. Prostor za skrb, pomen etike skrbi za socialno politiko. V *Labirinti skrbi - pomen perspektive etike skrbi za socialno politiko*, ur. Selma Sevenhuijsen in Alenka Švab, 13–39. Ljubljana: Mirovni inštitut.
28. Smolej Jež, Simona, Lea Lebar in Barbara Kobal Tomc. 2015. *Potencial nevladnih organizacij v okviru deinstitucionalizacije skrbi za starejše*. Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo. Dostopno prek: <https://www.irssv.si/upload2/Potencial%20NVO.pdf> (16. junij 2017).
29. SURS. 2009. *Prebivalstvo Slovenije danes in jutri, 2008-2060: projekcije prebivalstva EUROPOP2008 za Slovenijo*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/doc/pub/prebivalstvo2009.pdf> (10. junij 2017).
30. --- 2010. *Starejše prebivalstvo v Sloveniji*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/doc/StarejsePrebivalstvo.pdf> (10. junij 2017).
31. --- 2016a. *Osnovni podatki o živorojenih, rojenih v 2016*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/StatWeb/News/Index/6768> (11. junij 2017).

32. --- 2016b. *V 2015 umrlo povprečno 54 prebivalcev na dan*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/StatWeb/News/Index/6046> (13. junij 2017).
33. Šadl, Zdenka. 2005. Družbene spremembe, travmatične emocije in emocionalna opora. *Družboslovne razprave* XXI (49/50): 223–242.
34. --- in Hlebec Valentina. 2007. Emocionalna opora v omrežjih srednje in starejše generacije v časovni perspektivi. *Teorija in praksa* 44 (1-2): 226–253.
35. Thompson, Edward H. 2002. What's Unique About Men's Caregiving? V *Men as caregivers: theory, research, and service implications*, ur. Betty J. Kramer in Edward H. Thompson. New York: Springer Publishing Company, inc. Dostopno prek: google books (22. julij 2017).
36. Tong, Rosemarie. 2009. Long-term care for the elderly world wide: whose responsibility is it? *The international journal of feminist approaches to bioethic* 2 (2). Dostopno prek: <http://www.utpjournals.press/doi/pdf/10.3138/ijfab.2.2.5> (22. julij 2017).
37. Touzery, Simona H. 2006. Vloga družinskih članov pri oskrbi starih ljudi. *Socialno delo* (1/2): 29–33.
38. --- 2007a. *Družinska oskrba starih družinskih članov*. Doktorska dizertacija. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
39. --- 2007b. "Tukaj smo" Opazite naše delo" Pomagajte nam!"- Raziskava o oskrbi starega človeka v družini. *Kakovostna starost* 10 (2): 4–27.
40. --- 2007c. *Supporting Family Careers of Older People in Europe - The National Background Report for Slovenia*. Vol. 7. Hamburg: Münster.
41. --- 2009. Družinska oskrba bolnih starih družinskih članov. V *Starejši ljudje v družbi sprememb*, ur. Valentina Hlebec, 109–138. Maribor: Aristej.
42. Tronto, Joan C. 1993. *Moral boundaries: a political argument for an ethic of care*. New York, London: Routledge.
43. Zveza društev upokojencev Slovenije. 2017. *Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi naj bi bil pripravljen v začetku leta*. Dostopno prek: <http://www.zdus-zveza.si/predlog-zakona-o-dolgotrajni-oskrbi-naj-bi-bil-pripravljen-v-zacetku-lea> (18. junij 2017).

PRILOGE

Priloga A: Intervju z Marjanom

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Pomagam obema, tako svojemu očetu kot tudi mačehi.

2. Zakaj potrebuje/potrebujeta pomoč (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Osnovni razlog je ostarelost, ki je pri očetu izrazitejša. Bolj slabo vidi, ima okrnjeno motoriko, težave s prostato, okvarjen živec leve roke, težave z odvajanjem, abdominalno kilo, nespečnost, slabšo orientacijo...Skratka, vse klasične starostne težave. Demenca za zdaj še ni prisotna, ima le oslavljen spomin in težave s komuniciranjem. Njegova žena (moja mačeha) je še »gibljiva«, vendar ima težave z dolgotrajno hojo, bolečine v hrbtu (zožanje spinalnega kanala), oslavljen sluh (nosi slušni aparat), rahlo inkontinenco. Je še vedno orientirana, a ima slabši spomin.

3. Koliko časa že potrebuje/eden izmed njih potrebuje vašo pomoč?

Oče pomoč potrebuje že več kot štiri leta. Dokler ga je lahko, ga je oskrbovala, mu pomagala njegova žena, zadnji dve leti sem se tudi sam vključil. V zadnjem letu in pol sem vključil še plačljivo socialno oskrbo. Pomagajo mu pri jutranji higieni in oblačenju in ga vsak teden skopajo. Uredil sem jima tudi redno prehrano, torej kosilo za oba z dostavo iz Doma ostarelih občanov. Občasno se z Zavodom za oskrbo na domu domenim še za pospravljanje njunega stanovanja, manikuro, pedikuro. Mislim, da je to vse.

4. Vam časovno skrb za očeta ter mačeho vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na teden znaša?

Oba redno obiskujem vsak dan, kdaj tudi na dva dni. Tedensko skupaj pet ur, včasih tudi več. V kontaktu smo tudi preko telefona, kadar ne morem do njiju.

5. Na kakšne načine pomagata očetu ter njegovi ženi (vaši mačehi)?

Pomoč se nanaša na vsakdanja opravila – poleg plačljive jutranje pomoči in tedenskega kopanja, še prevozi do zdravnika. Očeta redno obiskujem in se z njim pogovarjam. Neposredno tudi komuniciram z družinskim zdravnikom – pregled oskrbe z zdravili, kontrola pritiska in splošnega zdravstvenega stanja,...), omejena telovadba za ohranjanje motorike, komunikacija

in vključevanje v omejeno socialno okolje, oskrba in pregled nad hrano (dostava težjih količin – mleko, sadje, voda). Prevzel sem plačilo računov in vodenje osebnih financ, pregled pošte in odgovor nanjo, skrb za vzdrževanje hiše. Stalna »dežurna služba« na mobilnem telefonu.

Pomagate očetu, mačehi tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Odnos z očetom je bil v mladosti izrazito patriarhalen in sprva je bilo predvsem pri negi nekaj težav. Ko pa vidiš nemočno osebo, ki potrebuje pomoč, bariera popusti in zadeve se lotiš, kakor pač znaš. Tudi oče je bil sprva v stiski. Prizadetost njegove intime sva skupaj z ženo le stežka premagala. Kasneje je sledila strokovna (plačana) pomoč, ki jo je oče kar dobro sprejel. Vsekakor je zunanja pomoč bolj zaželeno. Ne samo, da je bolj strokovna (ostareli imajo specifične težave, na katere je stroka že pripravljena), temveč se mi zdi, da je oskrbovančeva intima manj prizadeta, ker zadevo jemlje bolj kot »storitev« in ne kot osebni odnos s svojcem - sinom.

6. V primeru, se vaš oče ter mačeha počutita potrta, sta žalostna ali imata kakšno tegobo/problem, ali se obrneta na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrneta na vas?

Se obrneta, a gre večinoma za zdravstvene težave ter težave s komuniciranjem z okoljem (računi, pošta, telefonski klici, ponudbe...). Kot sem omenil že zgoraj, je bil najin odnos izrazito patriarhalen, zato si ne predstavljam, da bi mi oče potarnal o kakšnih osebnih stiskah. Name se obrneta tedensko, vse težave rešujemo sproti. Oče mi potarna le kar se tiče kakšnih njegovih zdravstvenih težav.

Ali tudi vi kdaj staršem potožite glede kakšne svoje težave? Ju kdaj vprašate za kakšen nasvet?

V naši družini to resnično ni bil običaj.

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo staršev razlikuje od te, ki jo opravlja vaša sestra? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki sta jo oče ter mačeha deležna od vaše sestre?

Ker sestra ne živi blizu in je v oddaljenem kraju, vsak teden pokliče očeta, obiskuje pa ju po svojih zmožnostih. Če je potrebno, me zamenja skoraj pri vseh opravilih. To je najin dogovor. Če ne utegnem, gre namesto mene v trgovino, ju pelje k zdravniku, kaj pospravi.

8. Ali vstopa v skrb očeta ter mačehe tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Ne vstopa.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico, dedka), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

V oskrbo je vključen tudi nečak (vnuk), ki živi v isti hiši, vendar je dogovorjeno, da vskoči le v »stand by« situaciji.

10. Se pri negi in oskrbi staršev, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)?

Vse sem povedal že na začetku intervjuja. Plačal sem socialno oskrbo, kateri prihajajo vsak teden in očeta okopajo, mu pomagajo pri jutranji higieni in pri oblačenju. Z njimi sem se predhodno dogovoril, pri čem vse oče potrebuje pomoč.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaši starši potrebujejo pomoč in da ste edini oz. eden izmed njih, ki jim lahko pomaga?

Ker sem upokojenec, mi to časovno ne predstavlja težav. Tudi sicer pomoči ne jemljem kot breme. V času dopustov si vloge razdelimo ni nobeden preveč obremenjen.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za starše? Kaj za vas osebno to pomeni?

Spoznavam tegobe starosti in si skušam zapomniti situacije, v katerih bi se lahko sam znašel. Razmišljam o svojih reakcijah, kako odreagiram v nekaterih situacijah in si govorim, da bom tudi jaz nekoč morda potreboval pomoč in da je potrebno biti kar se da strpen.

Je mogoče tudi kakšen slab vidik?

Skrb za starejše zahteva neskončno veliko potrpežljivosti in volje, ko pa se zavedaš, da si sam na isti poti, se umiriš in skušaš razumeti. Morda bom s svojim sinom imel srečo, a tega ne zahtevam oz. pričakujem. Ne vidim nekih slabosti...vsak bo enkrat na istem.

13. Kako pa skrb za starše vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Ne vpliva, ker sem upokojenec.

14. Kako pa skrb za starše vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Normalno, da je, saj moraš v svoje življenje vključiti tudi skrb za starše. Podobno je kot takrat, ko si imel majhne otroke in je bilo potrebno skrbeti za njih. Meni se to zdi povsem samoumevno, da za ostarele starše skrbiš in jim pomagaš po svojih zmožnostih.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri sami oskrbi staršev?

Bili so pozitivno presenečeni, a se jim zdi to nekaj samoumevnega, vsaj večini. Tudi oni pomagajo svojim staršem, če to pomoč že potrebujejo.

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

Načeloma je to pravilen odnos, če drugega ne – recitete, vendar se tu postavlja vprašanje usposobljenosti, zmožnosti in nenazadnje empatije. Niso vsi otroci, četudi so ljubeči do svojih staršev, sposobni razumeti in prevzemati odgovornosti v tem odnosu. Nenazadnje imajo otroci tudi svoje težave, hkrati pa tudi niso »strokovnjaki« za gerantologijo.

17. So se vaši/vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje/potrebujeta vašo pomoč?

Seveda se je spremenil. Oče nikoli ni bil odvisen od mene, sedaj, ko pa potrebuje mojo pomoč pa je veliko bolj prijazen, vidim, da ceni kar delam za njega. Tudi moj odnos do njega se je spremenil, ker vidim, da me potrebuje in ni več tisti močan moški, kot je bil včasih. Odnos se je bolj spremenil v smislu subordinacije, a ne v slabšalnem smislu.

18. Ali se je vaš odnos s sestro kaj spremenil, odkar starši potrebujejo pomoč?

Da, tu lahko zatrdim, da se je v skupni skrbi za očeta in tudi mačeho najin odnos spremeni. S tem, ko naju oba potrebujeva, sva se tudi sama primorana dogovarjati, usklajevati. Sploh, ko želim iti na morje, se s sestro obvezno dobiva in domeniva, kako bodo stvari potekale, ko bom odsoten. Ker živi drugje, so najini pogovori večinoma po telefonu, a jih je veliko več, kot pa pred očetovo boleznijo.

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svojemu očetu in mačehi? Ste se kaj iz tega naučili?

Sem zadovoljen, a je hkrati dodatna obremenitev, dodatna skrb. Vseeno se mi pa zdi prav, da se pomaga staršem po svojih zmožnostih. Mislim, da sem se naučil biti bolj strpen.

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

Zagotovo ima tradicija delitve dela med spoloma veliko vlogo. Če se že pri sebi zavedam nesmisla te delitve, pa je zadeva v očetovi generaciji (verjetno tudi v moji) precej ukoreninjena. Verjetno je v tem srž tvoje trditve o delitvi vloge spolov pri skrbstvenem delu - zlasti med sorodniki. In ni morda preveč smela trditev, da je zunanja pomoč (tudi nasprotno spolna) bolj zaželeno. Še posebej, če delitvi dela dodamo tradicionalno patriarhalno vzgojo, ki neguje lik patriarha kot »dotakljivega« (če že mora) le njegovi ženi.

Priloga B: Intervju z Branetom

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Pomoč nudim svoji ostareli materi.

2. Zakaj potrebuje pomoč (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Zaradi svojih let - ostarelost. Drugače je zelo zdrava, ne jemlje tablet (pritisk je v redu, sladkor in holesterol pa tudi). Edino kar je, da je postala naglušna in težko je dolgo na nogah. Sama se še malo »rihta«, vendar ji z bratom kar precej pomagava.

3. Koliko časa že potrebuje vašo pomoč?

Ni takšne pomoči, da bo moral biti cele dneve tam. Z bratom prihajava vsak drugi dan, enkrat jaz in enkrat on, je čisto odvisno. Na primer, zdaj bom šel do nje, sam ravno prej govoril z njo in ji nesem nekaj za pojed. Čeprav moram povedati, da si še sama skuha, ima pa tudi rada, da ji kakšen kaj prinese. Da me bolj potrebuje, je to zadnjih osem let, recimo.

4. Vam časovno skrb za vašo mamo vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na dan/teden znaša?

Glede na to, da sem vsak drugi dan tam dve do tri ure, tam nekje 12 ur na teden. Včasih več, včasih manj, čisto odvisno.

5. Zanima me, na kakšne načine pomagate mami?

Pomagam pri čiščenju, pranju (moja soproga opere, posuši in zlika). Jaz skrbim za čiščenje stanovanja, ker živi sama. Pri tem mi pomaga žena, jaz opravi tista večja dela – posesam, pomijem po tleh, žena pa pomije okna, pobriše prah, skratka dopolnjujeva se in si razdeliva delo.

Pomagate mami tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Pomoč že potrebuje, gre za delno pomoč, dobiva neko podporo za to. Vsak ponedeljek pride negovalka, ampak samo, da jo skopa. Meni je žal, imam jo zelo rad, ampak tega ne morem početi. Ne vem, zakaj ne...mogoče se mi smili, mogoče iz tega naslova. Imam jo zelo rad, ampak res...Zdaj nazadnje je imela en problem, ko je padla saj ima vrtočlavo - to sem pozabil povedat. Padla je in je šlo od nje, saj sem pobiral in jo umil, seveda sem, a so mi malo solze na oči prišle. Tako da raje tisti denar, ki je za to namenjen damo negovalki in to ona »poštima«. Tudi brat ne more, tako kot jaz. Zna biti kakšna nerodnost, pa tudi smili se mi, ker je stara 95 let, brihtna, nobene demence. Včasih z bratom mirno stojiva pred njo in začne »tole pa tole bo«. Dve leti nazaj si je tudi kolk zlomila in se suši, shujšala je - boga reva ima 52 kil. Ampak pustimo to, še drži, glava dela in vse, hvala bogu.

6. V primeru, da je vaša mama žalostna ali ima kakšno tegobo/problem, ali se obrne na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrne na vas?

Se obrne name, lahko pokažem telefon, saj me je včeraj šestkrat klicala, spotoma tudi brata (smeh). Se kar malo zmisli, samo da dobi družbo, je precej osamljena. V njeni okolici, živi v Ljubljani in vse njene kolegice, tiste, ki so bile skupaj, so že pomrle. Zdaj je sama ostala, najstarejša je (95 let). Je doživela že lepo starost, Mislim pa, da bo še, sto let mora doživeti.

Ali tudi vi kdaj mami potožite glede kakšne svoje težave? Jo kdaj vprašate za kakšen nasvet?
Glede težav ji ne potožim, vprašam pa jo za nasvet. Ne glede zdravja, vprašam pa jo za kakšen recept (moja žena ne ve), ker moja mama je zelo dobro kuhala. Ni bila kuharica, ampak je pa dobro kuhala. Glede zdravja pa ne, tega se pa izogibam, ker potem ona začne svoje notri prinašat. Se pa tudi za kaj drugega na njo obrnem, ker je še zelo brihtna v glavi, to je to.

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo vaše mame razlikuje od te, ki jo opravlja vaš brat? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki jo je vaša mama deležna od brata?

Ni nobenega dogovora med nama, tisto kar rabi, to narediva. Dogovor je edino ta, da kar se tiče pomivanja oken, to midva z ženo prevzameva, ona pa druge stvari. Na primer gre večkrat v trgovino kot jaz, saj živi v Ljubljani in ima do mame cca. 10 minut s kolesom do mame, jaz pa 20 minut z avtom in je razlika.

8. (Na to vprašanje ste sicer že odgovorili, ampak me vseeno zanima, če bi želeli še kaj dodati) Ali vstopa v skrb mame tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Seveda, že prej sem omenil. Vse ji opere, saj si sama ne more. Pralni stroj ima, a si ne more več oprati. Moja žene opere in zlika in posuši, oziroma zlika si tudi kdaj sama, saj pravi, da mora malo delati. Tudi po tleh kdaj pomete, samo zdaj se boji zaradi vrtočlavice, ker lahko pade skupaj. O takšni delitvi dela sva dogovorjena, kot sem že omenil, jaz poskrbim za nekaj, žena pa za nekaj.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico, dedka), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

Ne, pokličejo že, če kaj rabi, vendar saj veste kakšna je današnja mladina in tempo... Mladina je ves čas v službi, skoraj še za svoje otroke nimajo časa.

10. Se pri negi in oskrbi mame, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)? Omenili ste že, da ob ponedeljkih prihaja negovalka, se z njo dogovarjate o skrbi?

Se uskladimo, za katero uro in tako. Če je mati bolehna, jo pokličem jaz ali moj brat, da naj ne hodi. Smo v kontaktu.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaša mama potrebuje pomoč in da ste edini, poleg brata, ki ji lahko pomaga?

Delno se je, seveda. Vedno, ko grem v Ljubljano, se pri njej ustavim in vprašam kako je, pogledam, če je vse v redu. Se je kar spremenilo, sploh po tistem padcu, ko si je kolk zlomila. Od takrat z bratom bolj gledava na to, da se ne bi še kaj zgodilo, kaj hujšega. Še eden primer je bil, ko je padla ponoči in ni mogla vstati. Sosedje so že gasilce klicali, ker je tok vpila na pomoč. Se je spremenilo, ker je večja skrb in prej ni bilo takšne.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za mamó? Kaj za vas osebno to pomení?

Jaz sem takšnega mišljenja, pogledjte, od doma sem odšel pri 22 letih in se zaposlil, ko sem prišel iz vojske bivše Jugoslavije. 22 let je skrbela zase, me oblačila, hranila, šivala in mi dajala žepnino. Ne predstavljam si, da jaz zdaj ne bi njej pomagal. To je vzajemno, saj je moja edina mama. Oče je že pred 33 leti umrl.

Je mogoče tudi kakšen slab vidik?

Slabih stvari ne vidim...ona je moja mama in za njo moram poskrbeti.

13. Kako pa skrb za mamó vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Jaz sem upokojenec, ko sem bil pa še v službi, pa mama ni potrebovala pomoči.

14. Kako pa skrb za mamó vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Ko je človek v penziji, težko govoriš o tem. Prostega časa je čudo in da bi ga bilo zaradi mame manj, ne opazim. Nič se ni spremenilo.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri oskrbi vaše mame?

Nič posebnega ni bilo, moja mama pa nama je z bratom povedala, da ko je govorila s tisto in tisto sosedo in jima omenila, da če ne bi imela takšnih dveh zlatih sinov (mene in brata), potem ne ve kako bi bilo. Ravno do zdaj je imela to srebrno bančno knjižico in je brat dvigoval denar, ker živi v Ljubljani in je blizu. Zdaj so pa prišle kartice in je rekla, da kako bi ona zdaj brez naju. Tudi sosedje naju pohvalijo, da sva v redu in da skrbiva za njo. Jaz pa pravim res je, za koga pa bova, če ne za najino mamó?

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

Mislim, da s tem daješ vzgled tudi svojim otrokom. Seveda pa s tem tudi osrečiš svoje starše, saj vidijo, da so vzgojili nesebičnega človeka. Lepše je dati takšen občutek, kot pa takega, da nočeš nič pomagat.

17. So se vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje vašo pomoč?

So se ja, smo bolj povezani, tudi več kontaktiranja je in mojih obiskov pri mami. Mama že malo težje hodi in bi tudi rada prišla sem, ampak zdaj veliko leži in se doma najbolje počuti. Tukaj, pri nas na kavču, se verjetno ne bi ulegla, razen, če bi bilo nujno, da bi se ji zvrtilo ali kaj takšnega. Najboljše se počuti doma.

18. Ali se je vaš odnos z bratom kaj spremenil, odkar starši potrebujejo pomoč?

Bolj sva povezana, samo to lahko rečem. Pred tem z bratom nisva bila toliko povezana, potem, ko je pa mama potrebovala vedno več pomoči, sva se začela veliko dogovarjat in usklajevat, kar naju je čisto nezavedno bolj povezalo.

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagata svoji materi? Ste se kaj iz tega naučili?

Mislim, da sem se ob tem naučil marsikaj. Tudi jaz bom nekoč star in sedaj imam nekako priložnost, da vidim kako to poteka. Tu je treba seveda povedati, da ima mama veliko srečo, saj je pri 95 letih še vedno v formi (smeh).

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

Pri naši hiši je tako, če govorim za našo družino, soproga res prevzame pobudo za gospodinjska dela, vendar tudi ona včasih zboli in potem jaz to prevzamem. Tudi ona priskoči na pomoč, če jaz ne morem žagati, ko sem bolan. Zaenkrat pa je tako, ker sva oba zdrava. Meni sploh ni težko skuhati, posodo pomiti in tudi skuhati za mojo mamo. Hkrati pa tudi njej ni težko narediti nekaj, kar naj bi veljalo za tipično moško delo. Takšne striktne delitve nikoli ni bilo pri nas. Mislim, da se tudi prijatelji, sosedi vključujejo v enaki meri kot soproge. Sploh, če pogledam soseda, ki velikokrat kuha in tudi skuhamo odnese svoji ostareli mami - ob tem pa je treba povedati, da ima dve sestri in ženo.

Priloga C: Intervju z Ivanom

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Skrbim za mamo.

2. Zakaj potrebuje vašo pomoč (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Zaradi ostarelosti, oslabelosti. Kašna posebna bolezen ni prisotna, razen povišan pritisk. Zdaj, ko je bila nazadnje na pregledu, je imela izvide skoraj boljše kot jih imam jaz. Glaven razlog je torej ostarelost.

3. Koliko časa že potrebuje vaša pomoč?

Mojo pomoč najbolj potrebuje zadnji mesec, ker ima povišan pritisk in posledica je vrtoglavica. Sem pa že od prej vključen (kakšno leto), sploh takrat, ko je imela določene ženske probleme po operaciji. Mislim pa, da so ji takrat bolj sestre pomagale kot jaz. Zdaj sem bolj jaz ključen, sploh zaradi tega, ker so sestre na dopustu.

4. Vam časovno skrb za vašo mamo vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na dan/teden znaša?

Trenutno mi vzame kar precej časa, nekaj ur na dan sigurno. Govorim pa za zadnji mesec, saj je zdaj bolj slaba. Prej naše pomoči skorajda ni rabila.

5. Zanima me, na kakšne načine pomagata mami?

Največkrat skuham doma in ji že skuhamo hrano odnesem. Kdaj pa kdaj pa tudi pri njej kaj skuham in potem skupaj pojeva. Poleg tega pospravim, pomagam ji oprati perilo in tudi obesim, saj ji to ne znese ravno več. Skrbim za nabavo - hodim v trgovino, vodim jo k zdravniku in skrbim, da redno jemlje zdravila. Zdaj ima tudi takšno škatlico, kjer ima po dnevih koliko zdravil mora vzeti, tako da za to tudi sama malo skrbi.

Pomagata mami tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Za zdaj še ne potrebuje pomoči pri oblačenju, edino kdaj je problem pri tuširanju, ker ne more dolgo stati pod tušem in to potem sestre bolj uredijo. Moram reči, da mi ta negovalni del ne gre ravno od rok in tudi z ozirom na to, da imam dve mlajši sestri, ki sta bolj sposobni in tudi bolj primerni. Mislim, da ženska ženski lažje pomaga, kot moški recimo. Meni osebno je malo nerodno...težko govorim o tem. Zdaj, na primer, ko sestri prideta z morja in bo potrebno mamo umiti...bosta onidve prevzeli to, jaz bom pa pospravil, skuhal.

6. V primeru, da je vaša mama žalostna ali ima kakšno tegobo/problem, ali se obrne na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrne na vas?

Dostikrat me pokliče in mi malo pojamra. Največkrat gre po moje za osamljenost, ker živi sama in je vdova že dolga leta. Sosedov tudi nima več, vsi so pomrli in nima več stikov v bloku. Pogovarja se edino z eno mlajšo sosedo, drugače pa ne. O kakšnih intimnih zadevah prej govori s sestrama, pokliče pa tudi mene.

Ali tudi vi kdaj mami potožite glede kakšne svoje težave? Jo kdaj vprašate za kakšen nasvet? Ne kaj dosti.

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo vaše mame razlikuje od te, ki jo opravljajo vaše sestre? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki jo je vaša mama deležna od sester?

Najbolj se razlikuje v osebni negi, ki meni ravno ne gre. To sestre prevzamejo. Sestre drugače delajo enako kot jaz, saj drugače ne gre. Grejo v trgovino, ji pomagajo skuhat (recimo kakšne polnjene paprike, ker je ravno sezona), tako da ima malo zaloge. Dogovarjamo se sproti po telefonu in vedno ima kdo čas, da priskoči na pomoč.

8. Ali vstopa v skrb mame tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Tudi vstopi. Podobno kot pri sestrah, če jaz ne utegnem, potem ona vskoči. Še posebno pri nakupih hrane, dogovorih z zdravniki, tudi če ima kakšne druge stvari. Zdaj ima recimo ultrazvok trebuha in mora vedeti kdaj in točno poklicat, ker so dolge čakalne dobe. Več ali manj ima čez te organizacijske zadeve. Kar se tiče pa kakšnih gospodinjskih opravil, pa sem jaz bolj vključen kot žena.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico, dedka), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

Bolj malo, zato ker imajo še bolj majhne otroke in jim ne znese hkrati s službenimi obveznostmi. Se bolj vključujejo drugi vnuki in vnukinje, ki imajo že starejše otroke - tu mislim otroke od sestra. Mislim, da jo občasno obiskujejo, jo pokličejo... Eno sosedo ima, ki se je zdaj preselila, je precej mlajša in kar pomaga, če je »glih« treba. Če drugega ne, jo pokliče in spijeta kakšno kavico in poklepetata. Ji reče »če kaj potrebujete, kar pokličite«. Najbližje je, ker mi smo vsi malo daleč.

10. Se pri negi in oskrbi mame, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)?

Ta pomoč še ni potrebna.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaša mama potrebuje pomoč in da ste edini, poleg sester, ki ji lahko pomaga?

Edino to, da imam manj prostega časa. Če grem za nekaj ur tja, potem zmanjka časa za kakšne druge aktivnosti. Tu je največja razlika.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za mamo? Kaj za vas osebno to pomeni?

O prednostih težko govorim, ker je to bolj skrb. Pomagam zato, ker hočeš, nočeš, moraš. Ne gre drugače. Meni je to samoumevno.

13. Kako pa skrb za mamo vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Sem upokojenec.

14. Kako pa skrb za mamo vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Prej si šel kamor si hotel. Ona je bila samostojna, je hodila po svoje in se zabavala, mi pa prav tako. Zdaj je pa vseeno malo obveze, ker je ravno čas za na morje hodit in potem premišljuješ ali bi še ali ne...Malo vpliva, zagotovo.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri oskrbi vaše mame?

Nič posebnega, večina pravi »to sem jaz že skozi dal«. Mislim, da to ni osamljen primer, da moški/otroci pomaga ostarelim staršem. Veliko primerov je tudi v moji okolici, soseda hodi vsak drugi dan k materi, sosed prav tako hodi k svoji materi v Ljubljano in če se ne motim skoraj vsak dan (starši so približno enakih let kot moja mama).

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

To se mi zdi povsem samoumevno. Dokler smo še mi zdravi in lahko pomagamo, potem je prav, da pomagamo.

17. So se vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje vašo pomoč?

Ne, smo se že prej dobro zastopili. Razen tega, da se zdaj malo bolj družiš, ko pomagaš, prej pa bolj občasno.

18. Ali se je vaš odnos s sestrami kaj spremenil, odkar starši potrebujejo pomoč?

Ne, od vedno se dobro razumemo. To nas ni posebno povezalo, ali pa da bi se bolj zblížali. Morda se le večkrat pogovarjamo po telefonu in dogovarjamo o skrbi. Prej se nismo tolikokrat slišali po telefonu kot se zdaj. Tu je edina opazna razlika.

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svoji mami? Ste se kaj iz tega naučili?

Ja, naučil sem se, da to narediš in ti pri tem ni težko. Fino se ti zdi, da če bi recimo moja partnerka potrebovala pomoč, da sem že navajen takšnih stvari. Dobra izkušnja je in iz tega lahko povlečem koristne stvari, če bi tudi moja partnerka v prihodnosti rabila mojo pomoč. Sva vedno starejša in zagotovo bova rabila eden drugega, tukaj mi pa ta izkušnja lahko pride zelo prav. Podobno pričakujem tudi od svoje hčere, da bi nekoč pomagala meni.

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

Se kar strinjam s tem, da se loči moško in žensko delo pri skrbi za starejše. Še posebno pri osebni negi (kot sem že povedal) se mi zdi, da je boljše, da so ženske zraven kakor moški. Mislim, da tudi moji prijatelji (moški) skrbijo za svoje starše in si delijo skrb s sestrami, brati. Tisti, ki so pa edinci, pa morajo sami poskrbeti.

Priloga Č: Intervju s Stanetom

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Sedaj nudim pomoč samo očetu.

2. Zakaj potrebuje vašo pomoč (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Če začnem najprej pri očetu, ko je bil mlad, je bil športnik (tekel na smučeh) in na stara leta so se mu pokazale posledice tega športa. Sedaj preklinja čez šport in vse, saj v tistem času od športa ni imel nič, danes pa so vidne posledice na zdravju. Pridelal je strahovito pljučno bolezen, pri 76 pa je začel še kaditi. Sedaj mu odpovedujejo tudi noge in spomnim se, da kakšne pol leta nazaj, sem ga moral celo iz tretjega nadstropja nesti po stopnicah in ga odpeljati do

zdravnika. Najbolj prizadeta ima pljuča in noge. Kmalu bo sprejet v dom, saj se ne more »rihtati« več sam. Mama ima 130 kil in enkrat se spomnim, ko sem bil nedosegljiv, je ostala zaklenjena v stanovanju in poklicala gasilce, da so jo odnesli dol in peljali v UKC. Pri njej je glavna težava debelost ter nepokretnost. Kakšno leto in pol je že v domu.

3. Koliko časa že potrebuje vaša pomoč?

Približno pet let - ne vem čisto natančno.

4. Vam časovno skrb za vašega očeta vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na dan/teden znaša?

Veliko, a ta skrb je od srca. Na razpolago sem cel dan in tega ne morem izmeriti v urah. Veliko sem pri očetu, tudi mamu redno obiskujem v domu.

5. Zanima me, na kakšne načine pomagate očetu?

Streženje očeta kolikor se da, vožnja očeta k zdravniku, komunikacija z zdravnikom. Drugače pa pomagam pri gospodinjskih opravilih - pomivam posodo, sesam, hodim v trgovino po hrano, skrbim za preostala hišna opravila, popravila...Kar oče potrebuje, mu zmanjka...grem to kupit, veliko sem na razpolago. Tudi, ko je bila še mama doma sem vse naredil.

Pomagate očetu (ali mami, ko je bila še doma) tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Da, skrbel sem tudi za nego svoje matere. Potrebno jo je bilo preoblačiti, na jok mi je šlo, ko sem jo umival. Kdor to počne brez nekih problemov »ala mu vera«. Ob tem prihaja do nekih notranjih sentimentalnosti, kaj se zgodi s človekom, ko pride v ta stadij. Nobenemu ne paše umazan človek od lastnih iztrebkov...Sploh pa pri staršu, ki si ga spoštoval in te je vzgajal. To sem počel kratek čas in zdaj, ko pomislim, bi raje najel negovalko kot da bi bil spet soočen s tem. Očeta skopa negovalka, pride enkrat tedensko in opravi svoje delo.

6. V primeru, da je vaš oče žalosten ali ima kakšno tegobo/problem, ali se obrne na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrne na vas?

Bil sem edini, na katerega sta se lahko obrnila (tako oče kot mama). Bili smo takšna družina, za vikat. Nikoli se nismo žalili, kregali ali karkoli. Bili smo revna družina in živeli v baraki. Name so se vedno lahko obrnili glede česarkoli, zares smo si veliko zaupali. Večinoma pa jamrati nista hotela in smo se bolj o pozitivnih stvareh pogovarjali. Tudi zdaj, ko je oče ostal sam ne jamra kaj dosti, se mi zdi, da se zaveda, koliko sem mu že pomagal in koliko mu še bom. Ali tudi vi kdaj očetu potožite glede kakšne svoje težave? Ga kdaj vprašate za kakšen nasvet? Ko smo bili mlajši smo se veliko pogovarjali, zdaj pa nočem nobenega obremenjevati s svojimi težavami, saj jih imata sama dosti. Za nasvet pa ju verjetno kdaj vprašam, a se zdaj ne spomnim kaj.

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo vaših staršev razlikuje od te, ki jo opravljajo vaše sestre/bratje? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki so jo vaši starši deležni od sester/bratov?

/

8. Ali vstopa v skrb očeta tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Pomagala je tako mami, kot tudi sedaj očetu. Velikokrat skuha in mu jaz odnesem. Veste...jaz sem bolj slab kuhar. Skrb sva si in si deliva, brez problemov.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico, dedka), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

Vnuki in vnukinje ne. So pa vključeni sosed in me pokličejo takoj, če je kaj narobe.

10. Se pri negi in oskrbi očeta, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)? Za očeta ste že omenili, bi še kaj radi dodali?

Negovalka pride enkrat tedensko in okopa očeta. Obleče se zaenkrat še lahko sam, a s težavo. Pomagam mu kolikor imam čas.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaš oče potrebuje pomoč in da ste edini, ki mu lahko pomaga?

Ne, to je tok življenja. Zavedam se, da sta starša stara, sem se pa vedno bal kako se bo vse skupaj zaključilo. Kar se tiče pomoči sem tako mami, kot sedaj očetu vedno nesebično pomagal in še enkrat bi šel čez vse to, če bi bilo potrebno.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za očeta? Kaj za vas osebno to pomeni?

Največ kar lahko dobiš, so starši. Edino na njih se lahko zares zanesesh in te ne bodo prizadeli kot te lahko kdo drug. Seveda, da sem in jim še pomagam tudi zdaj. Neizmerno sem jima hvaležen za vse in to upam, da zdaj vračam.

Je mogoče tudi kakšen slab vidik?

Ne.

13. Kako pa skrb za očeta vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Sem upokojen.

14. Kako pa skrb za očeta vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Zelo težko. Prostega časa imam izredno malo. Enkrat se spomnim, da ko je bila še mama doma in sva se z ženo ravno odpravljala na morje, me je mama poklicala in rekla, da naj pridem k njej, ker želi družbo. K njej nisem šel, ker je bila to edina možnost, da grem z ženo na morje. Mi je bilo pa ob tem zelo težko, samo ne morem vsega podredit svojim staršem, tudi jaz imam svojo družino.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri oskrbi vašega očeta (še prej pa mame)?

Saj to je normalno, če si edini sin pač moraš pomagati. Ne, da moraš pomagat, ampak je to pri nas avtomatsko. Sem že povedal, da smo bili urejena družina in dobro smo se razumeli med sabo. Nobeden ni imel nič proti drugemu.

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

Če ne pomagajo je zelo narobe, če pa pomagajo, je pa edino pravilno. Stari ljudje so potrebni pomoči, saj si nikakor ne morejo pomagat. Ko pridejo v neko fazo, si začnejo izmišljevati stvari, lažejo, imajo različne bolezni in vsaka bolezen ima svoje zanke. Treba se je prilagoditi in jim pomagati, kolikor pač lahko.

17. So se vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje vašo pomoč?

Mislím, da ne. Pozabil sem prej povedat, da je moja mama veliko pomagala pri skrbi za moje otroke in za to ji bom večno hvaležen. Takšne stari je potrebno vračat.

18. Ali se je vaš odnos s sestrami kaj spremenil, odkar starši potrebujejo pomoč? 19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svoji mami? Ste se kaj iz tega naučili?

Tudi sam se staraš, to je naraven proces. Iz bolezni se ne naučiš ne vem kaj, ker dva bolnika nista ista. Ko je odšla mama v dom, sem imel nekoliko več prostega časa, vendar zdaj, ko je oče bolj slab, me tudi zelo potrebuje.

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svojemu očetu? Ste se kaj iz tega naučili?

Lahko rečem, da sem se iz tega naučil, da ni dobro pretiravati z nobenim športom, saj oče nosi posledice na stara leta. Grozno mi je, ko vidim mladino, kako se preteguje na raznih fitnesih in dviguje razne uteži, potem vidim, kakšne napore ljudje premagujejo, s tem, ko pretiravajo z ekstremnimi športi itd.

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

Imam čudovito ženo, ki to ureja. Sam pomagam po svojih močeh. Sem mehankar in vidim, kaj se da v stanovanju narediti, da olajšam življenje ostarelemu očetu in tudi prej mami. Pomagam tudi ženini mami (moji tašči), kolikor pač lahko. Izdelujem pripomočke, da staršem olajšam, da gredo lahko na stranišče, da se lažje skopajo, da jim perilo ne leti na glavo, nastavim jim stojala za sušenje perila. Nenehno vozim na okrog svojega očeta...se vključujem toliko kot moja žena. Tako da iz mojega vidika naredim ogromno in tako ženin kot moj prosti čas trpi in sem ravno tako prizadet s prostim časom.

Priloga D: Intervju s Štefanom

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Pomoč nudim samo mami. Takrat, ko je bil oče še živ, sta kolikor toliko sama lahko vse »rihtala«, čeprav je bila tudi takrat moja pomoč nadvse dobrodošla. Sedaj pa večinoma to pomoč prejema samo mama.

2. Zakaj potrebuje (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Največje probleme ima z nogami in posledica je, da se težko giba. Drugih zdravstvenih težav, razen povišanega holesterola, mislim, da nima.

3. Koliko časa že potrebuje vaša pomoč?

To je bolj zdaj, bom rekel v zadnjih petih letih se bolj pozna, ker ima zelo probleme z nogami in težko hodi. Vsi težji napor, ki so pač takšni, da mora delati okrog hiše, jo tudi že zelo utrudijo in zato, če je le možno počaka, da ji pomagamo.

4. Vam časovno skrb za mamo vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na teden znaša?

Ja, veliko časa. Večinoma zelo veliko časa, ko sem pri njej. Da sem pri njej, je možno večinoma samo za konec tedna (vikend) in takrat je to kar časovno intenzivno - se pravi vsaj 60-70% časa se porabi za to, da ji pomagam.

5. Na kakšne načine pomagate vaši materi?

Ja najprej je to okrog hiše, se pravi košnja in žive meje in košnja trave, odvoz raznih večjih kosov, ko je na smetišče treba peljat, ker je vse treba kosovno ločevati in vse odpeljati. Potem nabava raznih dobrin, ki jih potrebuje za hišo – tudi do tega, da se ji gre nakupiti hrano. Čeprav tukaj tudi sestra sodeluje in se kar uskladiva med sabo. Peljem jo tudi do zdravnika ali pa po kakšnih drugih opravkih, še posebej, če gre na pokopališče. Nima izpita za avto, zato ona ne vozi in je pač odvisna zmeraj od drugih prevozov. Pomagam ji tudi pri gospodinjskih opravilih - pri sesanju, pri kuhanju - zelo rad kuham in eksperimentiram s hrano, obešanju perila, pri teh delih, ki jih vse težje in težje zmore.

Pomagate materi tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Zaenkrat še ne potrebuje te pomoči. Zaenkrat se še zmeraj sama dosti dobro »porihta« in tega še ni potrebovala. V bistvu nimam zadržkov, če bi bil seveda takrat tam. Zdaj sva sicer malo lokacijsko ločena in je težje vse skupaj. Ko pride do tega, takrat pa normalno, da pomagam vsakemu svojemu svojcu, ali pač nekako je smiselno, da sočloveku tudi pomagam, če je le mogoče. Jaz mislim, da bomo vsi enkrat stari in vsi bomo enkrat potrebovali pomoč. Ne moreš reči »ok, zdaj je pa ne boš rabil«. Razen, če na hitro umreš, da te povozi avto ali kaj takšnega.

6. V primeru, se vaša mama počuti potrto, je žalostna ali ima kakšno tegobo/problem, ali se obrne na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrne na vas?

Tudi pokliče, ne tako pogosto. Večkrat se s sestro pogovori o bolj teh ženskih zadevah. Midva se o tem nisva kaj dosti pogovarjala. Do sedaj ni imela velikih problemov, me pa tudi kdaj pokliče in vpraša za nasvet.

Ali tudi vi kdaj materi potožite glede kakšne svoje težave? Jo kdaj vprašate za kakšen nasvet?

Tudi včasih. Fino je, da kakšen pameten nasvet dobiš od starejšega človeka, ki je dal več skozi kot ti.

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo mame razlikuje od te, ki jo opravlja vaša sestra? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki jo je mama deležna od vaše sestre?

Jaz bom rekel, da se kar dopolnjujeva. Ona je pri mami v tistem času, ko mene ni in obratno, ko nje ni, sem pa jaz pri mami. Tako da ja, no res pa je, da ona tista težja dela ne opravlja okrog hiše, ampak ji vse drugo pomaga. V bistvu je tako, da ona takrat, ko mene ni precej pomaga. Se pravi, da jo kam pelje, da ji nabavi stvari in tako. Zaenkrat sama še vse kuha ali ji pa včasih tudi sestra prinese hrano, če več skuha. Ko smo skupaj jaz večinoma pomagam tam, tudi sestra, če imamo kakšen piknik ali pa kaj takšnega. Meni prepusti ta težja dela okrog hiše, tega ona ne zmore.

8. Ali vstopa v skrb mame tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Ja tudi moja žena pomaga pri tem. Seveda, ker sva bila zmeraj, v večini primerov skupaj pri njej, čeprav ona mora tudi za svojo mamo že skrbet, je tudi že starejša in je sama in živita v istem kraju, tako da, če ima možnost pomaga tudi meni. Predvsem pa je ona bolj osredotočena na svojo mamo. Ko pa pomaga moji mami, ji pa največkrat v gospodinjstvu, pomoč pri nabavi hrane in na splošno pri gospodinjskih opravilih.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

Vključena je tudi vnukinja, ki je zdaj ostala pri dveh babicah in obema pomaga. Malce gre k eni, malce k drugi in jim obema pomaga, kolikor je v njeni moči. So pa tudi prijatelji vključeni, ki jih večkrat pokliče, kadar ni ne mene ne sestre in ji tudi od prijateljev kdo priskoči na pomoč.

10. Se pri negi in oskrbi mame, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)?

Ne kakšne takšne pomoči še ni. Ni še zaprosila, in tudi mislim, da še ne rabi tega. Ko pa bo potrebno, bomo pa priskrbeli.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaša mama potrebuje pomoč in, da ste edini, poleg sestre, ki ji lahko pomaga?

Ja je, malce se je spremenilo, zato ker imaš manj tistega prostega časa. Bolj ga moraš vskladiti s sestro in s tem, da je vedno nekdo v bližini in ji lahko priskoči na pomoč. Nikoli nisva oba hkrati na morju.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za mamo? Kaj za vas osebno to pomeni?

Ne vem, nekako neko zadoščenje, da pomagaš sočloveku, ki je tebi prej pomagal in to je nekako samoumevno, če imaš s starši normalen odnos. Tega ne moreš izločit, razen v primeru, če si v popolnoma drugih državah in je tako razdalja zelo velika. Ali pa nekateri se tudi toliko skregajo, da potem nimajo stikov.

Je mogoče tudi kakšen slab vidik?

Slab vidik je, da imaš manj prostega časa. Da je potrebno bolj vskladiti in načrtovati potovanja in ostale zadeve.

13. Kako pa skrb za mamo vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Načeloma nima vpliva, ker nimam niti take kariere, da bi moral biti kot poslanec na nekih sejah. Se dogaja, da je potrebno kaj preložiti, ampak gre vedno delodajalec toliko na roko, da se da vse vskladiti.

14. Kako pa skrb za mamo vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Malce je razlika, večinoma je tako, da če smo tam gor (pri mami), preživimo z njo prosti čas, če se le da. Je le bolj vezana samo na hišo in okolico, tudi težko gre kam daleč. Probamo biti v njeni bližini, tako da se počuti nekako bolj varno, bi rekel.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri sami oskrbi mame?

Ne, odziv je bil čist normalen. Mogoče zato, ker živimo v takem urbanem okolju, bi rekel v naselju takih hiš, kjer se vidi, da vsi mlajši nekako skrbijo za starejše. Slovenj Gradec je manjše mesto in je nekako bolj samoumevno kot mogoče v Ljubljani.

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

To se mi zdi edino pravilno, moraš pomagati staršem, saj so tudi oni nekoč skrbeli zate.

17. So se vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje vašo pomoč?

Mislim, da ne. Mislim, da sva kar enake odnose imela vse življenje. Res je, da sva malo ločena, ampak je ta odnos ostal skoraj enak. Ona me pokliče kadar kaj potrebuje pa tudi občasno jo jaz med tednom pokličem in jo vprašam kako je in kaj počne. Nekako je odnos ostal približno enak.

18. Ali se je vaš odnos s sestro kaj spremenil, odkar mama potrebuje pomoč?

Mogoče se malce večkrat slišiva kot prej. Največkrat jo vprašam kako je mama, ker mi sama noče povedat. Posebno takrat, ko je imela bolezenske probleme. Včasih noče povedat zato, da ne bi obremenjevala, kerve, da hodim v službo in sem bolj oddaljen kot sestra. Sva pa v kontaktu s sestro in ko izve, mi pove, tako da imam jaz potem informacijo iz prve roke, čeprav je ona ne želi dati.

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svoji materi? Ste se kaj iz tega naučili?

Človek se celo življenje uči. Ne vem, kaj bi se lahko iz tega naučil. Iz tega se lahko samo naučiš, da je pomagati nekaj normalnega. Človek je družbeno bitje in meni je samoumevno, da pomagaš nekomu, ki te je rodil in vzgajal od začetka. Tako da težko bi rekel, da se nisi nič naučil, je izkušnja, ki te spremlja vse življenje in poskušaš to izkušnjo potem predati naprej otrokom. Da se tudi oni zavedajo, da boš tudi ti nekoč star in boš potreboval pomoč in to gre iz generacije v generacijo. V tem duhu sem vzgajal tudi hčerko.

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

Ne vem, pri nas se tega ni videlo, da bi se delilo strogo žensko - moško. Tudi to ne, da bi jaz kaj manj pomagal mami, kot ji pomaga moja sestra ali žena. Tisti, ki je v tistem trenutku na razpolago pri mami, tisti pomaga pri teh opravilih. Tako da za zdaj, z mojo sestro ali z ženo, ki pomaga nisva imela strogo ločenih delitev del. Zmeraj sva oba skrbela, če sva le utegnila. Jasno je, da težja fizična dela ženske ne morejo prevzeti, čeprav se tudi trudijo včasih, ker hočejo dokazati, da so tudi zmožne. Ampak vseeno, v glavnem ni bilo »ti imaš to jaz to«.

Priloga E: Intervju z Boštjanom

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Pomoč nudim očetu.

2. Zakaj potrebuje pomoč (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Razlog je oboje skupaj, tako bolezen kot ostarelost. Očeta so »matrala« kolena že prej in zato je šel bolj zgodaj v pokoj. Potem se je to samo še stopnjevalo in zdaj težko hodi. Pred enim letom ga je zadela še kap in se mu vrti. Načeloma je to o bolezni, potem se mu pa pomaga na način, da se ga pelje k zdravniku, da se kaj prinese iz trgovine, načeloma se pa še sam »rihta«.

3. Koliko časa že potrebuje vašo pomoč?

Pomoč rabi že kakšnih sedem let.

4. Vam časovno skrb za očeta vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na teden znaša?

Načeloma ne, ker skupaj združiš te stvari za trgovino in tako. Edino kar je, ko je kakšno kosilo ali kaj takega. Vsak dan mi vzame kakšno uro, kdaj več in kdaj manj, odvisno.

5. Na kakšne načine pomagate svojemu očetu?

Tu moram povedati, da oče živi skupaj z bratom in mu on največ pomaga. Pomagam mu seveda tudi jaz, ampak je on bližje. Jaz grem v trgovino in mu prinesem kar potrebuje, hkrati nakupim še za brata. Drugače pa mu brat kuha, midva pa se druživa bolj na kavi, ker sam noče hoditi

ven in ga malo drezam, da bi vsaj malo migal. Od začetka sem ga še malo silit, da bi več hodil in migal, potem sem pa to opustil, ker sem videl, da je trmast. »Rihita« se zaenkrat še sam, jaz pa ga peljem v zdravniku, v trgovino. Ni tisto, da mora biti stalna pomoč, le ko potrebuje.

Pomagate očetu tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Ne, ne rabi še te pomoči. Načeloma s tem ne bi imel problemov. Glede na to, da smo v službah, bi potem moral pustiti službo, to pa ne bi šlo verjetno. Težko zdaj o tem govorim...zdaj si lahko mislim, da ne bi bilo nobenega problema, da ob tem ne bi imel zadržkov, ampak ne vem kako bi pa bilo, če bi dejansko prišlo do tega. Če me zdaj vprašate, bi tudi to naredil zanj.

6. V primeru, da se vaš oče počuti potrtega, je žalosten ali ima kakšno tegobo/problem, ali se obrne na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrne na vas?

Na mene bolj malokrat. Tudi do bratov bolj malokrat, ker je tak, da ne govori rad o takšnih stvareh. Moraš zelo »zvlečt« ven in še potem bolj težko pove, zelo drži v sebi te osebne zadeve.

Ali tudi vi kdaj očetu potožite glede kakšne svoje težave? Ju morda kdaj vprašate za kakšen nasvet?

Za nasvet ga kdaj vprašam, ne ravno pogosto, ampak kdaj pa. Jamram bolj ženi in ne svojemu očetu (smeh).

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo očeta razlikuje od te, ki jo opravljata vaša brata? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki jo je oče deležen od bratov?

Načeloma 60% je vključen brat in ga on v glavnem vozi k zdravniku, kadar pa on ne more, ga pa jaz. Za vikende brat hodi okoli in prosi, da njega ne bo in da jaz malo na očeta pogledam in poskrbim za njega. V glavnem se dogovarjava in če on kam gre se zmeniva, da jaz malo bolj pogledam in obratno. Se kar dopolnjujeva.

8. Ali vstopa v skrb očeta tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Ne, ker zaenkrat še ni potrebe.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico, dedka), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

Načeloma gremo na kavo skupaj, za razvedrilo. Direktne skrbi ni, je pa bolj pogovarjanje in druženje z vnuki.

10. Se pri negi in oskrbi očeta, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)?

Ne, ker jo zavrača. Bila je ponudba, patronažna je prinesla ponudbo, da se da v občini kakšne usluge koristit, ampak ni za to. Ene parkrat sem malo potipal, mu predlagal, a ni zainteresiran.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaš oče potrebuje pomoč in da ste edini oz. eden izmed njih, ki mu lahko pomaga?

Ni razlik. Na vsake toliko časa je treba vskočit...Saj pravim, da je brat bolj vključen in se je bolj zanj spremenilo. Mogoče imam malo manj prostega časa, ampak poskušam tudi to uskladiti, da po službi odpeljem očeta na kavo, se podruživa na vrtu ali kaj takšnega. Težko rečem, da se je kaj bistveno spremenilo...verjetno se bo, ko bo oče bolj rabil mojo in bratovo pomoč.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za svojega očeta? Kaj za vas osebno to pomeni?

Gre za naraven proces. Ne pomeni mi nekega hudega problema, niti nekega hudega zadovoljstva. Meni se to zdi normalno in gre za običajen življenjski proces, v katerem se bomo tudi mi nekoč znašli in morda potrebovali pomoč. Ne čutim pa ob tem nekega hudega zadovoljstva, ker vseeno neka obremenitev je (za zdaj še ne prevelika), ne predstavlja mi pa neke težave, nelagodja.

Je mogoče tudi kakšen slab vidik?

Tukaj bi isto povedal. To je treba vključit v svoje življenje. Dokler je tako, da lahko vsaj približno sam zase skrbi, če bi pa prišlo do tega, da bi ležal na pojstli 24ur na dan, bi pa vse spremenilo. Tisto bi bilo vse drugače. Trenutno nekako še poskrbi zase in to potem je vse drugače.

13. Kako pa skrb za očeta vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Kdaj, ko sem ga moral peljati k zdravniku, sem si pač vzel dopust, a je bilo to bolj poredko. Brat, ki je tudi še zaposlen, pa mislim, da tudi to ne vpliva na njegovo zaposlitev, saj je oče še vedno lahko cel dopoldan sam in en potrebuje nikogar, da bi pazil nanj.

14. Kako pa skrb za očeta vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Ne opazim bistvenih razlik.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri sami oskrbi očeta?

Ni bilo nič posebnega. Tu lahko povem za brata, ki živi z očetom in tudi pri njemu ne vem če je prišlo do kakšnih odzivov, saj se je sam odločil, da bo živel z njim in to pride potem vse zraven.

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

Ko je človek star, mu pomagaš. To tudi jaz pričakujem od svojih otrok in dokler lahko, potem pomagaš. Tudi starši so tebe vzgajali in potem ti to vračaš. Ni pa to nič posebnega in zdi se mi čisto normalno, da se pomaga svojim ostarelim staršem. Ko pa bo nekega dne prišlo do tega, da bo rabil bolj strokovno pomoč, pa ali bo prišla negovalka, ali pa bo moral v dom.

17. So se vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje vašo pomoč?

Ne, je isto.

18. Ali se je vaš odnos z bratoma kaj spremenil, odkar oče potrebuje vašo pomoč?

Načeloma ne.

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svojemu očetu? Ste se kaj iz tega naučili?

Mogoče sem se počasi začel zavedati, da je oče vedno starejši in da so dragocene minute, ki jih preživljam z njim. Vsakršno druženje, kava, karkoli...Kot sem že prej povedal, sem se do pred nekaj časa nazaj, poskušal malo drezati vanj in ga spodbujati, da bi čim več hodil, a se ne da, je res trmast (smeh)

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

Jaz itak vse delam. Nikoli nisem rekel, da mora ženska kuhati ali pleti vrt...to se mi zdi absurdno. Jaz kuham, pomivam posodo, pomivam tla...tisti, ki ima čas, no. Je bolj tako pri nas in si enakomerno razdelimo delo. Nimam pa sestre, da bi lahko rekel, kako si z njo deliva skrb za očeta. Mislim pa, da ne bi bilo nič drugače, kot zdaj, ko si deliva z bratom.

Priloga F: Intervju s Tomažem

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Svojemu očetu.

2. Zakaj potrebuje pomoč (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Pomoč potrebuje zaradi diagnoze bolezni demence in določenih zadev, ne more več samostojno opravljati. Tudi sam se name obrne s kakšno zadevo in potem skupaj urediva stvari.

3. Koliko časa že potrebuje vašo pomoč?

Kakšno leto, več ne. Takrat je bolezen začela napredovati.

4. Vam časovno skrb za očeta vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na teden znaša?

Tukaj moram povedati, da sta z mamo nekaj časa doma, velikokrat pa gresta tudi na vikend, ki je oddaljen slabo uro. Težko torej govorim o tem ali mi skrb za očeta vzame veliko časa... Veste, veliko je odvisno kako se počuti, ali ga kaj pesti itd. Kdaj ne potrebuje nič, je čisto v redu in ni zmeden, pride pa trenutek, ko veliko stvari pozabi.

5. Na kakšne načine pomagata svojemu očetu?

Pomagam večinoma samo kar se tiče opravil v zvezi z zdravnikom. Praktično samo, ko je potrebna koordinacija z zdravnikom, obiski pri zdravniku – skupni obisk po potrebi, vodenje evidenc kdaj ima preglede, opozarjanje na preglede... Praktično so ta opravila v zvezi z zdravjem – s to boleznijo in tudi s kakšnimi drugimi zadevami, ki niso povezane s to boleznijo. Nudim tudi kakšen prevoz, ker nima več voznškega dovoljenja, a se trenutno raje okoli vozi z avtobusom.

Pomagata očetu tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Ne, oče še ne potrebuje te pomoči. Glede na to, da do tja še nismo prišli, bi si upal reči, da bi zadevo boljše opravili strokovnjaki kot pa jaz. Se mi zdi, da moraš za tako stvar imeti že neko

izobrazbo, šolo in poznati določene tehnike. Verjamem, da se to da, ampak bi pa verjetno poskušal dobiti nekega profesionalca, ker vem, da bi boljše opravil kot jaz.

6. V primeru, da se vaš oče počuti potrtega, je žalosten ali ima kakšno tegobo/problem, ali se obrne na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrne na vas?

Ne, nikoli.

Ali tudi vi kdaj očetu ali materi potožite glede kakšne svoje težave? Ju morda kdaj vprašate za kakšen nasvet?

Ne nikoli. Še pred boleznijo pa sva se pogovarjala bolj glede službenih zadev.

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo očeta razlikuje od te, ki jo opravlja vaš brat? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki jo je oče deležen od vašega brata?

Se mi zdi, da je oče kar mene pooblastil za ta opravila. Oče se name obrača in se jaz s tem ukvarjam. Predpostavljam, da če kaj prosi brata, to tudi to naredi. Brata prosi za kakšen prevoz ali pa za kakšna popravila po stanovanju, vendar bolj malo. Kar se tiče tehnike, je brat bolj primeren kot jaz. Z bratom se ne dogovarjava za skrb in je bolj individualno. Predpostavljam, da se na brata oče z drugimi vprašanji napotuje kot name. Da ni potrebna kakšna koordinacija, kdaj smo se pa tudi že vskladili. Primer je zamenjava luči v kuhinji (smeh), kjer je oče mene prosil, da jo zamenjam, jaz pa sem rekel bratu, da to uredi. Kaj drugega se pa ne spomnim. Brat ni vključen kaj dosti, le občasno.

8. Ali vstopa v skrb očeta tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Posredno tudi, ne ravno za samo skrb, ampak bolj za kakšen telefonski pogovor, kosilo...Ne kot skrb, ampak kot socialni stik. V glavnem se moja in njena vključenost razlikujeta. Ona ne ureja kar se tiče zdravnikov itd.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico, dedka), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

Razen nečakinje, nobeden. Nečakinja se zelo angažira glede staršev, jih redno obiskuje, sodeluje pri nakupih. Mogoče je še kaj, kar jaz ne vem. Ohranja redne stike z mojim očetom in tudi mamo, ter je v zelo veliko pomoč. S prijatelji pa ima redne stike (z dvema prijateljema), s

katerimi hodi na kosilo enkrat na teden oziroma na 14 dni. Najbolj pa se angažira najbližji sosed, ga starša pokličeta, če kaj potrebujeta ali česa ne moreta sama naredit.

10. Se pri negi in oskrbi očeta, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)?

Ne še.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaš oče potrebuje pomoč in da ste edini oz. eden izmed njih, ki mu lahko pomaga?

Načeloma ta hip ne, je pa res, da se začneš malo bolj s prihodnostjo ukvarjat, kaj lahko vse sledi. To pa veliko premišlujem...kaj bistveno pa se ni spremenilo, saj mi oskrba ne vzame veliko časa.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za svojega očeta? Kaj za vas osebno to pomeni?

To se mi zdi čisto neka normalna zadeva, nekaj logičnega. Ne znam vam povedati, kaj to zame pomeni. Zdi se mi čisto normalno, da se v takih primerih sodeluje na tak način. Ne vem pa kaj bo, če se bo zadeva poslabševala, ampak ta hip se mi zdi to nekaj najbolj normalnega.

Je mogoče tudi kakšen slab vidik?

Zaenkrat ne.

13. Kako pa skrb za očeta vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Odsoten sem kdaj, ampak zadevo prinesem notri na drugačen način. Odsoten sem pa bolj poredko in več zadev probam urediti v popoldanskem času. Razen, ko očeta peljem k zdravniku, takrat pa me ni celo dopoldne, a ker sem sam svoj šef ne predstavlja to nobenega problema. Ni opaznih razlik, v tej situaciji še sigurno ne.

14. Kako pa skrb za očeta vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Nima nobenega vpliva na to, da bi si moral kako drugače organizirati prosti čas.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri sami oskrbi očeta?

Ni bilo odziva, res pa je, da tudi ne vem koliko sem to okrog govoril.

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

Zdi se mi prav, da pomagaš svojim staršem. Če te potrebuje, mu pač pomagaš. Otroci morajo pomagat svojim staršem.

17. So se vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje vašo pomoč?

Če že, so se na boljše. Včasih se nisva prav dobro razumela in sva se občasno tudi kregala. Zdaj razumem, da je bolan in da se moram malo drugače obnašati do njega, kot sem se včasih. Zdaj je drugačen način komunikacije, včasih je bil bolj odnos oče – sin, zdaj pa glede na bolezen komunikacija drugače poteka. Bolj ga »probam« razumeti...

18. Ali se je vaš odnos z bratom kaj spremenil, odkar oče potrebuje pomoč?

Zaradi tega ne. Večkrat se vidimo zaradi mojega nečaka, kot pa zaradi očeta.

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svojemu očetu? Ste se kaj iz tega naučili?

V tej fazi, še ni neke posebne razlike. Tukaj nisem dobil nekih novih izkušenj, gre bolj za drugačen odnos do očeta, ker razumeš, da je bolan in da je potrebno malo drugače delati z njim. Do kakšnih posebnih spoznanj še nisem prišel, predpostavljam pa, da to še pride. No, mogoče sem se naučil biti bolj strpen. Pri človeku z demenco je strpnost izredno pomembna, saj dostikrat ne more povedat vsega kar želi in moraš biti potrpežljiv, mu pomagati ...To je mogoče edino, ni pa oče še tako daleč, da bi potreboval oskrbo vsak dan.

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

Se mi zdi, da je res še vedno prisotna, ampak v mojem primeru to ne drži. Jaz že pri sebi delam vsa ženska dela, tako da ne vidim zadržkov, da jih ne bi tudi pri očetu (kuhal, pomival, pospravljaj...). Zaenkrat to ni potrebno, ampak če bi bilo treba pa tudi bi, nimam nobenih predsodkov. Tudi pri negovalnem delu mislim, da lahko to opravlja moški negovalec, tudi oni lahko to opravijo. Nimam nobenih predsodkov, da bi za to morala biti ženska, lahko je tudi moški. Se mi pa zdi, da mora biti profesionallec. Mogoče, če bom pa kdaj v takšni situaciji, bom pa drugače razmišljal, da bi moral sam naredit. Za zdaj pa tako razmišljam.

Priloga G: Intervju z Luko

1. Najprej bi vas prosila, da mi poveste komu nudite pomoč? Materi, očetu ali morda obema staršema?

Že kar nekaj časa pomagam svoji mami, ki živi sama. Z očetom sta se ločila in od takrat je sama.

2. Zakaj potrebuje pomoč (bolezen, ostarelost...)? Prosim, da malo opišete bolezensko stanje, če je le - to prisotno.

Mamo je sedem let nazaj prizadela huda možganska kap, saj je imela ohromljeno desno polovico telesa. Po dolgotrajni rehabilitaciji, se je stanje izboljšalo, a še vedno težko hodi in težko uporablja desno roko. Ker sem edinec, je po bolezni nekaj časa živela pri meni, potem pa se je vrnila domov. Zaradi oteženega premikanja in prizadetosti roke, skrbim zanjo in ji poskušam čim bolj olajšati premagovanje vsakodnevnih ovir.

3. Koliko časa že potrebuje vašo pomoč?

Pomoč potrebuje sedem let, pred tem je bilo z njo vse v redu.

4. Vam časovno skrb za mamo vzame veliko časa? Lahko približno ocenite, koliko ur na teden znaša?

Trenutno mi skrb ne vzame več toliko časa, saj je že precej okrevala, takoj po kapi je bilo pa grozno. Živela je pri meni in bil sem ji na razpolago skoraj 24 ur na dan. Vzel sem si celo dvotedenski dopust in ji pomagal. Sedaj jo obiskujem na nekaj dni in sem pri njej kakšni dve uri- odvisno kakšno pomoč potrebuje.

5. Na kakšne načine pomagate vaši mami?

Sedaj ji največkrat kaj pospravim, pomagam pri gospodinjskih opravilih. Zelo se trudi tudi sama, a ji ne znese vedno. Večinoma hodim v trgovino po hrano, jo peljem k zdravniku, kuhati sicer ne znam, ampak tudi to sem počel. Sedaj si skuha večinoma kar sama, kdaj pa ji tudi kaj prinesem. Z njo poskušam hoditi na kakšen sprehod, a je hitro utrujena. Vseeno se zelo trudi in poskuša prehoditi čim več. Če ne morem do nje, se slišiva po telefonu, da preverim, če je vse v redu.

Pomagate mami tudi pri sami negi (pomoč pri oblačenju, umivanju...)? Kakšen je vaš odnos do pomoči staršem pri osebni negi, torej odnos do negovanja drugega?

Na začetku sem ji pomagal pri oblačenju, zdaj to lahko stori že sama. Na začetku sem ji pomagal tudi pri tuširanju, a tega nisem mogel več opravljati, ker je zmanjkovalo časa. Sam sem polno zaposlen in pri taki bolezni, ki prizadene bližnjega, je zelo težko skrbeti za vse. Drugače do umivanja mame, nisem imel nekih posebnih zadržkov, a časovno ni zneslo. Najel sem žensko, ki je mami pomagala dvakrat tedensko in sem bil bolj razbremenjen.

6. V primeru, se vaša mama počuti potrto, je žalostna ali ima kakšno tegobo/problem, ali se obrne na vas po pogovor, pomoč? Če približno lahko ocenite, kolikokrat se obrne na vas?

Veliko se pogovarjava, a, ko pride do nekih osebnih stisk, problemov, tega ne omenja rada. Moram kar malo bezljat vanjo, da se odpre.

Ali tudi vi kdaj mami potožite glede kakšne svoje težave? Jo kdaj vprašate za kakšen nasvet?

Tudi jaz se izogibam tega, sploh po taki bolezni, ki jo je prizadela. Za nasvet sigurno, a se zdaj ne spomnim.

7. V čem se vaša vključenost v oskrbo staršev razlikuje od te, ki jo opravljajo vaše sestre/bratje? Katera je ta pomoč, ki jo nudite vi in katera tista, ki so jo starši deležni od vaših sester/bratov?

/

8. Ali vstopa v skrb mame tudi vaša partnerica? Kakšno pomoč nudite vi in kakšno vaša partnerica? Kako pride do takšne delitve dela, se o njej med seboj dogovorita?

Tudi jaz sem ločen in trenutno nimam partnerice.

9. So poleg vas, vključeni še morda vaši otroci (torej skrb za babico, dedka), nasploh ožje sorodstvo, prijatelji in morda sosedje?

Imam sina, ki svojo babico občasno pokliče, tudi obišče jo kdaj pa kdaj.

10. Se pri negi in oskrbi mame, poslužujete tudi kakšne formalne pomoči (pomoč na domu - patronažne sestre...)?

Trenutno mama ne potrebuje več takšne pomoči, saj se lahko umije sama. Sem se pa po njeni možganski kapi odločil, da bom dal prenoviti njeno kopalnico in odstranil banjo in jo

nadomestil s tušem. Sedaj se mama veliko lažje sama stušira, saj bi težko drugače zlezla v banjo in tudi zelo nevarna je.

11. Se vam je življenje na kakršenkoli način spremenilo, ko ste ugotovili, da vaša mama potrebuje pomoč in da ste edini, ki ji lahko pomaga?

Seveda, sprememba je bila ogromna. Moral sem se kar precej žrtvovati, vzeti mamo k sebi za dobra tri leta in ji biti na voljo. Nikoli pa ni bila tečna ali kaj takšnega, ampak je vse ubogala in poslušala, če sem ji želel samo pomagat. Pozabil sem povedat, da se je morala na novo naučit govora – ne povsem, bi pa je nekoliko prizadet. Dosti je naredila tudi sama na tem, da je danes kar v redu.

12. Kaj so prednosti tega, da skrbite za mamo? Kaj za vas osebno to pomeni?

Ker sem edinec, mi dosti drugega niti ni preostalo. Seveda sem ji pomagal tudi iz srca in zato, ker je tudi ona nekoč zame skrbela. Bilo mi je pa težko, če ne doživiš tega, ne moreš vedeti kako je.

Je mogoče tudi kakšen slab vidik?

Zagotovo je tudi slab vidik...nisem imel skoraj nič časa zase. Tudi, ko je šla mama spat (bolj na začetku), sem moral bit pozoren in poslušati, da ni slučajno padla iz postelje ali kaj takšnega, tudi odhodi do wc-ja so bili pravi izziv.

13. Kako pa skrb za mamo vpliva na vašo profesionalno/karierno pot? Vašo službo, zaposlitev nasploh?

Takrat, tik po bolezni je precej vplivalo. Sedaj ne vpliva kaj dosti, ker ne potrebuje več toliko zdravnikov itd. Še vedno pa sem kdaj odsoten, če jo moram kam odpeljat in potem to nadomestim.

14. Kako pa skrb za mamo vpliva na vaše preživljanje prostega časa?

Takrat prostega časa praktično nisem imel. Podredil sem vse mami, saj me je potrebovala. Sedaj je prostega časa več, a sem še vedno precej vključen.

15. Kakšen pa je bil odziv okolice (prijateljev, sosedov, znancev itd.), ko so izvedeli, da pomagate pri sami oskrbi mame?

So me kar občudovali, saj so videli, da mi je kar težko, ampak nisem izgubljal upanja. Nekako sem verjel, da bo mama nekoč spet v redu in bo lahko poskrbela sama zase. To ji danes kar uspeva, ampak jo čaka še naporna pot... Poleg vsega je tu že starost in stvari se še bolj počasi izboljšujejo...

16. Kako se vam zdi na splošno pomagati staršem? Kakšen je vaš odnos do tega, da otroci pomagajo svojim ostarelim staršem?

To se mi zdi nekaj čisto naravnega in prav je, da se pomaga staršem. Mi (edinci) smo sploh primorani poskrbeti za svoje starše, saj smo jim praktično samo mi še ostali.

17. So se vajini medsebojni odnosi kaj spremenili sedaj, ko potrebuje vašo pomoč?

So se ja, bolj sva se povezala, saj sva bila praktično cele dneve skupaj.

18. Ali se je vaš odnos s sestro kaj spremenil, odkar starši potrebujejo pomoč?

/

19. Kako ste zadovoljni s to izkušnjo, da pomagate svoji materi? Ste se kaj iz tega naučili?

Pridobil sem predvsem potrpljenje, saj ga ob tako hudi bolezni potrebuješ veliko. Zares je treba biti pazljiv, ker včasih si že zelo na koncu z živci in hitro lahko kaj blekneš, kar prizadene mamo. Velikokrat sem se moral zadržati in pač potrpeti. Sproti sem si govoril, da bo nekoč boljše in res je bilo

20. Za konec pa bi vas še vprašala, kakšno je vaše stališče do tega, da v družbi še vedno prevladuje spolna delitev dela (pri skrbi za druge)?

To je deloma res, saj še zmeraj ženske prve poskrbijo za družinske člane. Jaz sem tu izjema (smeh). Ne, resno se strinjam s tem, da je to še vedno prisotno v naši družbi in moški raje prepustijo skrb drugim ženskam. Sploh kar se kakšne nege tiče, ko sva se prej pogovarjala...ne vem, koliko moških bi umivalo svoje starše, po moje ne prav veliko. Lahko pa, da se motim.