

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Alen Udovč

Kakovost življenja starejšega prebivalstva v Kočevju

Diplomsko delo

Ljubljana, 2016

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Alen Udovč

Mentorica: red. prof. dr. Valentina Hlebec

Somentorica: izr. prof. dr. Maša Filipovič Hrast

Kakovost življenja starejšega prebivalstva v Kočevju

Diplomsko delo

Ljubljana, 2016

Za strokovno pomoč, prijaznost in oporo pri diplomskem delu se zahvaljujem mentorici red. prof. dr. Valentini Hlebec in somentoriciizr. prof. dr. Maši Filipovič Hrast.

Zelo sem hvaležen tudi svoji družini, dekletu Viktoriji in prijateljem, ki so me vzpodbujali in zaupali vame.

Hvala vsem.

Kakovost življenja starejšega prebivalstva v Kočevju

Diplomsko delo v teoretičnem delu govori o različnih opredelitvah kakovosti življenja v starosti in dejavnikih, ki vplivajo na kakovostno staranje, v empiričnem delu pa s kvalitativno raziskavo prikazuje kakovost življenja starejših ljudi v mestu Kočevje ter zadovoljstvo te skupine prebivalstva z življenjem po upokojitvi. Temeljni cilj diplomskega dela je bil s kvalitativno raziskavo na vzorcu uporabnikov in neuporabnikov storitev pomoči na domu izvedeti, katere dejavnike kakovosti življenja izpostavljajo kot pomembne, kako so zadovoljni s svojim življenjem in življenjskimi razmerami. Rezultati raziskave so pokazali, da na kakovost življenja starejših ljudi najbolj vplivata zdravstveno in ekonomsko stanje. Najpomembnejše vrednote so jim zdravje, družina in prijateljstvo. Večina udeležencev v raziskavi zaradi nizkih pokojnin živi v materialni revščini, vsi pa imajo eno ali več zdravstvenih težav. Ne glede na to pa so vsi zadovoljni z lastnim življenjem, saj so vedno živeli skromno. Upokojitev jim predstavlja olajšanje, saj so utrujeni od minule delovne dobe. S kakovostjo življenja so pričakovano bolj zadovoljni tisti z višjimi pokojninami in neuporabniki storitev pomoči na domu. Vsi udeleženci kljub vsemu ohranjajo življenjski optimizem.

Ključne besede: kakovost življenja, starejši ljudje, upokojitev, zadovoljstvo z življenjem, dejavniki kakovosti življenja.

The quality of life of the elderly population in Kočevje

The theoretical part of this thesis discusses different definitions of quality of life in old age and factors that affect the quality of aging, while a survey, carried out in the empirical part, shows the quality of life of the elderly people and their satisfaction with life after retirement in the town of Kočevje. The basic aim of the thesis was a qualitative survey on a sample of users and non-users of a service called assistance at home and care services that would help to determine which factors in quality of life they find important and how satisfied they are with their lives and living conditions. Results of the survey show that the quality of life of elderly people is most connected to health and economic status. The most important values for them are health, family and friendship. Most of the participants in the survey live in material poverty due to low pensions; additionally all of them have one or more health problems. Regardless, they are all happy with their own lives, as they have always lived frugally. Retirement represents a relief because they are tired of the past working lives. Those with higher pensions and non-users of the service assistance at home are expectedly more satisfied with the quality of their lives. Despite hardships, all the participants live lives filled with optimism.

Keywords: quality of life, elderly people, retirement, life satisfaction, quality of life factors.

KAZALO

1	UVOD	7
2	TEORETIČNI UVOD	8
2.1	Starost in staranje.....	8
2.2	Upokojitev	11
2.3	Položaj starejših v družbi.....	14
2.4	Kakovost življenja	16
2.5	Kakovost življenja v starosti.....	21
2.6	Potrebe v starosti	26
2.6.1	Kategorije potreb dolgotrajne oskrbe	29
2.7	Kako doseči kakovostno življenje v starosti.....	32
2.8	Storitve za starejše v Kočevju.....	37
2.8.1	Občina Kočevje.....	37
2.8.2	Dom starejših občanov Kočevje	38
2.8.3	Zdravstveni dom Kočevje	39
2.8.4	Center za socialno delo	40
2.8.5	Jutro, Zavod za pomoč in nego na domu	41
2.8.6	Društvo upokojencev Kočevje.....	41
2.8.7	Društvo invalidov Kočevje.....	42
2.8.8	Univerza za tretje življenjsko obdobje Kočevje	43
2.8.9	Humanitarna združenje.....	43
2.8.10	Šent Kočevje.....	44
2.8.11	Neformalne mreže pomoči	44
3	EMPIRIČNI DEL	45
3.1	Razsikovalna vprašanja	45
3.2	Vzorec	45
3.3	Metoda	46
3.4	Analiza anketnih vprašalnikov	47
3.5	Kvalitativna analiza intervjujev	51
4	VSEBINSKA ANALIZA	51
4.1	Primer kodiranja	61
5	ZAKLJUČEK	64
6	LITERATURA	66
	PRILOGE	73

PRILOGA A: Kodiranje	73
PRILOGA B: Anketni vprašalnik	108
PRILOGA C: Vprašanja in podvprašanja za intervju	111
PRILOGA Č: Primer intervjuja	113

KAZALO TABEL

Tabela 3.1: Izobrazba udeležencev	48
Tabela 3.2: S kom živite?	48
Tabela 3.3: Kakšno je vaše zdravje?	48
Tabela 3.4: Ali ste telesno aktivni?	48
Tabela 3.5: Katera vrednota vam je najpomembnejša?	49
Tabela 3.6: Katera je druga vrednota, ki vam je pomembna?	49
Tabela 3.7: Katera tretja vrednota vam je pomembna?	49
Tabela 3.8: Kakšno je vaše mnenje o položaju starejšega prebivalstva v družbi?	50
Tabela 3.9: Ali ste zadovoljni s kakovostjo vašega življenja?	50

1 UVOD

Starost je eno od pomembnejših obdobj v življenju človeka, čas, ko se približamo smrti, ki je zadnji mejnik življenja vsakega od nas. Kakovostna starost po nastopu upokojitve (Ramovš 2003), ki prav tako predstavlja pomembno življenjsko prelomnico, je še vedno lahko zelo delovna, ustvarjalna in razgibana, če so za to ugodni življenjski pogoji in dejavniki, lahko pa je tudi zelo obremenjujoča za starejšega človeka in njegove svojce, zato se mnogi bojimo starosti, jo sovražimo in zavračamo. Upokojitev (Pečjak 1998), ki čaka vsakogar v zrelih srednjih letih ali mlajši starosti, je za nekatere »blagoslov«, če so delo občutili kot breme, za nekatere pa frustracija, če so imeli svoje delo zelo radi. Starejši ljudje so lahko v družbi žal pogosto odrinjeni, neopaženi in nevidni. O njih kroži veliko negativnih stereotipov. Vendar pa število starejših ljudi zaradi podaljševanja življenjske dobe vedno bolj narašča po celem svetu, in prav je, da jih drugi sprejmemo ter cenimo njihove modrosti in življenjske izkušnje, ki lahko nam mladim pridejo še kako prav, kar je tudi razlog, da pišem o njih. Grün (2010) staranja ne vidi le kot naloge starejših, temveč nas vseh. Pravi, da ko opazujemo, kako stari starši postajajo starejši in šibkejši, je to vedno izziv, da se soočimo z lastnim staranjem. Kajti to, kar vidimo na njih, bo nekoč doletelo tudi nas. V podobi starega človeka prepoznamo sami sebe.

V teoretičnem uvodu sem v pričujočem diplomskem delu zajel spoznanja o starosti in staranju, upokojitvi, položaju starejših v družbi, kakovosti življenja, kakovosti življenja v starosti, storitvah dolgotrajne oskrbe starejšega prebivalstva in storitvah za starejše v mestu Kočevju. V raziskovalnem delu pa sem se osredotočil na kakovost življenja starejših ljudi v Kočevju, kjer sem doma. Želel sem ugotoviti, kako kakovostno živijo starejši ljudje, ki so stari nad 65 let, torej tisti, ki so že upokojeni in živijo v domačem okolju. V vzorcu, ki sem si ga izbral, so sodelovali uporabniki in neuporabniki storitev pomoči na domu, enakomerno zastopani pripadniki in pripadnice moškega in ženskega spola. Zanimala so me njihova mnenja, občutki, izkušnje, nasveti, predlogi.

2 TEORETIČNI UVOD

2.1 Starost in staranje

Po mnenju avtorjev (Jurdana in drugi 2011, 15) je starost stanje posameznika ali populacije, staranje pa je proces, ki traja od rojstva do smrti. Starost je obdobje, ko se moramo navaditi na marsikaj, lahko nas pesti kakšna bolezen in se moramo zato prilagoditi in spremeniti življenjski stil, opustiti je treba različne škodljive navade in razvade ter se navaditi na nekatere spremembe, na primer na manjše dohodke. Starejši ljudje potrebujejo tudi poseben režim prehrane, redno in zmerno telesno aktivnost ter redne zdravniške obiske, ki morajo postati bolj pogosti, če zdravstveno stanje to zahteva. Ker je starost povezana z življenjskimi izgubami najbližjih, je pomembno, da se posamezniki ne zapirajo vase in predajo samoti. Hkrati je starost tudi priprava na smrt posameznika. Obdobje starosti je lahko tudi lepo, saj je to čas spominov in razmišljanj, čas, ko človek lahko zre v preteklost in obogati svoje duhovno življenje. Starost je treba sprejeti kot novo kvaliteto življenja, saj so starejši ljudje nepogrešljiv vir znanja in vrednot, ki jih lahko posredujejo mlajšim generacijam.

Po Hojnik-Zupanc (1986) je staranje del življenja, ki ga ne moremo preprečiti, zdrav način življenja pa lahko ohranja človeka vitalnejšega. Za družbo staranje pomeni obdobje v življenju človeka po izpolnitvi določene starosti. Ko govorimo o staranju (Ranzijn 2002), je vredno omeniti tudi izraz produktivno staranje, ki se nanaša na prispevek starejših ljudi k lastnemu dobremu počutju, njihovi skupnosti in družbi nasploh, kar lahko definiramo kot razne produktivne dejavnosti, ki jih lahko starejši ljudje opravljajo. Veliko se govori tudi o staranju družbe, ker v družbi narašča število starejših in upada število mlajših ljudi. Staranje prebivalstva je eden najpomembnejših družbenih pojavov ob koncu prejšnjega stoletja. Je posledica manjše umrljivosti in podaljšanja življenjske dobe zaradi izboljšanja življenjskih razmer, standarda, zdravstvenih razmer, zmanjšanja rojstev itd.

Pri vsakem človeku (Jurdana in drugi 2011, 13) lahko razlikujemo tri vrste starosti: kronološka starost – koliko smo stari po koledarju, biološka starost – koliko je staro naše telo glede na pravilno delovanje osnovnih telesnih funkcij in celičnih procesov, in psihološka/doživljajska starost – koliko se počutimo stari. Zdravstvene stroke so se sporazumele, da je mejna starost, ko govorimo o očitnem procesu staranja in s tem povezanimi značilnostmi, 65 let. Fiziološko gledano se staranje prične že zdavnaj pred 65. letom in nam pove, da se staramo vse življenje.

Ebersole in drugi (v Savič-Skela in drugi 2010, 90) povzema delitev starejših ljudi v tri skupine: »mladi« starejši ljudje (65 do 74 let), »srednji« starejši ljudje (75 do 84 let) in »stari« starejši ljudje (85 let in več). Tudi *National Service Framework for Older People* oziroma Nacionalni okvir storitev za starejše ljudi iz leta 2001 (Savič-Skela in drugi 2010, 90) razvršča starejše ljudi z vidika njihovih potreb v tri skupine: (a) vstopna skupina so tisti, ki so se ravnokar upokojili, so aktivni in neodvisni, cilj pri tej skupini je ohraniti zdravje, promovirati zdravje in aktivno življenje, gre pa za obdobje med 55. in 65. letom življenja človeka; (b) tranzicijska skupina so tisti, ki so v vmesni fazi med zdravjem ter aktivnim življenjem in pojavom krhkosti na nekaterih življenjskih aktivnostih, pri tej skupini je cilj pravočasno zaznavanje nastalih problemov in zagotavljanje pravočasnih in ustreznih ukrepov, ki preprečujejo dolgotrajno odvisnost starejših ljudi, to obdobje pa se začne pojavljati med sedmim in osmim desetletjem življenja; (c) skupina krhkih so tisti, ki se srečujejo z resnejšimi zdravstvenimi problemi, kot so posledice kapi in demence, zaradi katerih potrebujejo negovalno in socialno pomoč, krhkost starejših ljudi se lahko pojavi v poznih letih staranja, starejši ljudje potrebujejo pomoč in podporo, potrebne so intervencije na področju fizične, psihične in socialne pomoči.

Grošelj (2011) opisuje, da o staranju obstaja veliko različnih teorij, znane so zlasti biološke, psihološke, socialne in sociološke teorije. Vsaka od njih razčlenjuje staranje s svojega zornega kota:

1. Biološke teorije povezujejo procese staranja s pešanjem življenjskih funkcij organizma; ti procesi se končajo s smrtjo.
2. Psihološke teorije izhajajo iz razvojnih teorij in teorij osebnosti.
3. Med socialnimi teorijami je največje spore izzvala teorija zmanjšane aktivnosti (Ramovš in drugi 1992, 26). Njeni avtorji trdijo, da staranje spremlja proces zmanjšane aktivnosti ter da med starimi ljudmi in družbo nujno prihaja do zavračanja, ki je vzajemno in tipično za večino starih ljudi. Tej socialni teoriji je nasprotna teorija aktivnosti, ki zatrjuje, da večina normalnih starih ljudi ostane dejavnih tudi v starosti, da sta aktivnost in pasivnost starih oseb odvisni predvsem od življenjskega sloga v aktivnem obdobju ter od socialnih in ekonomskih okoliščin ter da je vzdrževanje in razvijanje telesne, mentalne in socialne aktivnosti nujno za uspešno staranje.
4. V literaturi (Pahor in Domajnko 2006, 27) lahko zasledimo več socioloških pristopov oz. teorij o tematiki staranja – teorija razbremenitve, stratifikacijska teorija, politična ekonomija staranja, kakovost življenja itd. Teorija razbremenitve (*the disengagement theory*) na primer je funkcionalistična. Njeni ključni koncepti – socialni sistem in red,

struktura in vloge, konsenz itd., se osredotočajo na odnos dela do celote, s katerimi je opredeljen tudi proces staranja. Če je starost pojmovana primarno kot slabšanje zdravja in upad telesnih sposobnosti in posledično kot povečanje odvisnosti od zdravstvenega in socialnega sistema, lahko kaj hitro postane pojmovana kot breme za širšo družbo. Po tem pojmovanju starost posamezniku onemogoča, da bi nemoteno opravljal pričakovane družbene funkcije, in posledično ogroža delovanje družbe in stabilnost njenih struktur. Omenjena teorija to odstopanje oziroma rahljanje vezi med posameznikom in družbo osmisli na relaciji vključevanje - razbremenitev.

Po (Požarnik 1981) sociološki teoriji staranja je človekovo počutje v starosti odvisno predvsem od pričakovanj okolja. »Starostno vedenje« po tej teoriji ni posledica bioloških procesov, pač pa pričakovanj nekih socialnih sredin. Sociološke teorije staranja se navezujejo na spremenjene vloge posameznika oziroma posameznice v socialnem omrežju. Teorija govori o spremembah osebnosti v procesu staranja in njegovem sociološkem okolju. Starejši ljudje se po tej teoriji začnejo umikati iz aktivnega delovnega procesa in postajajo vse bolj odvisni od okolja, to je od svojega socialnega omrežja, in od njega pomoč tudi pričakujejo.

Po Wahidin in Jason (2008) imajo koncepti starosti in staranja štiri glavne dimenzije. Prva je biološka ter fiziološka - fizični videz se spremeni skozi čas. Druga dimenzija je psihološka - funkcioniranje uma ter čustvene in kognitivne sposobnosti se skozi čas in prostor spreminjajo. Tretja dimenzija je časovno - prostorska, kar pomeni, da staranje posameznika poteka v določenem času in prostoru. Četrta dimenzija je socialno - družbeno definirana: pričakovanja oblikujejo percepcije o tem, kako naj se ljudje v določeni starosti obnašajo, in vpliva na to, kakšne pozicije zasedajo glede na spol, socialni razred in poreklo.

Timonen (2008, 3–5) meni, da je staranje izraz, ki se čedalje pogosteje pojavlja v medijih, v političnih razpravah in pogovorih, pomen tega izraza pa je redko opredeljen. Kljub veliki pomembnosti staranja za večino ljudi njegov pomen in vzroki ostajajo neznani. Za odgovor na vprašanje, kaj je staranje, je po njegovem koristno, da preučimo staranja s treh različnih zornih kotov, in sicer individualno staranje, staranje prebivalstva in kvalitativne spremembe staranja (OECD 1996). Timonen torej opisuje tri vidike staranja: individualno staranje – ljudje živijo dlje, staranje prebivalstva - večje število starejših ljudi v odnosu do mlajših ljudi znotraj skupine prebivalstva, kvalitativni vidiki staranja - različni vzorci aktivnosti, spreminjanj, pričakovanj.

Rowe in Kahn (v Villar 2012, 1089) opredeljujeta naslednje tri vrste staranja:

- patološko staranje, za katerega je značilna prisotnost hude bolezni, ki povzroči neke vrste invalidnost;
- običajno staranje, ki se pojavi brez hude bolezni, ampak pomeni večje tveganje, trpljenje;
- uspešno staranje, opredeljeno s prisotnostjo treh meril: nizko tveganje bolezni in bolezni, povezanih z invalidnostjo, visoka stopnja delovanja duševnega in fizičnega vidika in nazadnje aktivno delovanje v življenju, vključno s tesnimi odnosi z drugimi in sodelovanje v produktivnih dejavnostih.

Kapš (1999, 12) nauk o bioloških procesih staranja, fizičnih in psihičnih posebnostih ostarelih organizmov ter o socioloških problemih v starostih imenuje gerontologija. Ta izraz je leta 1903 prvič omenil Ilja Iljič Mečnikov. Ožji pomen ima geriatrija. Izraz geriatrija je z združitvijo dveh grških besed, geron/stari človek in iatrikos/zdravljenje, leta 1900 ustvaril dr. Ignatz Näscher in zajema medicinski del gerontologije. Geriatrija je medicinska specialnost, ki se ukvarja s preučevanjem, zdravljenjem in preprečevanjem bolezni v starosti.

Gerontologi (v Binstock in George 2001, 141) proučujejo staranje z več smeri: z razvojne perspektive s poudarkom na bioloških in psiholoških spremembah, z institucionalnim pristopom, ki poudarja socialno-ekonomski status ter vloge starejših, ter s kulturne perspektive, ki se osredotoča na negativne stereotipe in spreminjanje podobe staranja.

2.2 Upokojitev

Upokojitev je po Joseph (2005) nekakšen mejnik, ki loči življenje upokojene osebe od starosti, in je danes neizpodbitna prelomnica v življenju. Vsi se neizogibno pomikamo proti obdobju starosti, ki je zadnje življenjsko obdobje, zato je vprašanje upokojitve zelo aktualno in tesno povezano z vprašanjem kakovostnega življenja v starosti. Z upokojitvijo se iz ekonomsko produktivnega stanja prestavimo v relativno odvisno stanje, zaradi česar lahko nastanejo različni socialni, psihološki, zdravstveni in finančni problemi, kar močno vpliva na kakovost življenja. V prejšnjih stoletjih je delo dominiralo življenje osebe in vplivalo na posameznikovo kakovost življenja. Posamezniki, ki niso delali, so bili obravnavani kot leni. V prejšnjih stoletjih se ljudje niso upokojili, temveč so delali, dokler niso več zmogli fizično ali pa celo do same smrti.

Pečjak (1998) pravi, da je upokojitev »izum« moderne dobe. Preproste plemenske in ruralne družbe je ne poznajo, ljudje delajo, kar zmorejo in dokler zmorejo. Judnič-Matajec (2008)

razlaga, da je upokojitev, kakršno poznamo danes, prišla v veljavo v 20. stoletju. Poleg starostne lahko posameznik pod določenimi pogoji pridobi tudi druge vrste pokojnin, in sicer invalidsko,

delno, družinsko ali vdovsko pokojnino. Država s pokojninskim zakonom upokojeni osebi tudi omogoča, da se lahko kadarkoli nazaj delovno aktivira, pokojnino pa zamrzne. Ko oseba želi, lahko reaktivira pokojnino, ki ji pripada.

S sociološkega vidika (Grošelj 2011) pomeni upokojitev zelo pomembno spremembo, in sicer spremembo statusa, torej spremembo iz formalne aktivnosti v neko novo obdobje, ki pa nikakor ne sme biti pasivno. Ta sprememba statusa ima vrsto posledic, lahko zlasti bolečih, če na upokojitev nismo pripravljeni. Z obvezno upokojitvijo, ki je uzakonjena tudi pri nas, se lahko pojavi cel splet zdravstvenih in psihičnih težav pri prej popolnoma zdravih ljudeh, pa tudi številni socialni problemi. Vse to imenujemo upokojitveni sindrom. Šok ob upokojitvi in tudi kasnejša osamljenost sta razloga za pogostejše smrti pri starejši populaciji.

Gubrium in Holstein (2000, 123) navajata, da upokojitev ni praznina, ampak predstavlja potrditev socialne vloge, katero sestavljajo pravice in dolžnosti socialnega položaja in tudi specifičen odnos med upokojenimi ljudmi in ostalimi udeleženci družbe. Za upokojence se pričakuje, da bodo enako samostojne, za svoja življenja odgovorne osebe, ki bodo živele v svojih okvirih zmogljivosti. Problem nastopi, ko začne oseba podoživljati svoja leta upokojenosti, še preden se začnejo. Človek si ustvari fantazijo, kako bo potekalo njegovo nadaljnje življenje v prihodnosti. Ta fantazija se v mnogih primerih ne uresniči, saj se je človek primoran nenehno odločati na dnevni bazi. V kolikor je človek odgovoren zase v življenju pred upokojitvijo, bo imel podobno filozofijo tudi po upokojitvi. Končna faza dobe upokojenosti je definirana kot smrt ali status bolne in socialnih vlog onemogočene osebe.

Po Ferenc (2006, 22) je upokojitev dogodek, ki spremeni dnevni in življenjski ritem. Pomembno je, da si človek ob upokojitvi ponovno ustvari ritem, tako da bolj obsežno opravlja tiste dejavnosti, ki jih je že prej in ga zadovoljujejo, ali pa si poišče nove, ki mu lahko prinesejo tudi nove znance in prijatelje. Upokojitev ni nekaj začasnega, ampak je dokončna. To mnogim ljudem vzbudi občutek dolgčasa in nekoristnosti. Upokojitev pomeni tudi to, da je večji del življenja za človekom, in to človek čuti kot izgubo. Za nekatere ljudi pomeni upokojitev dejstvo, ki ga priznajo kot dokaz, da se zares starajo in da se je s tem začelo zadnje obdobje njihovega življenjskega potovanja.

Po Judnič-Matajec (2008) je moderna industrijska družba institucionalizirala starost z uvedbo upokojevanja ob natančno določenem času. Upokojitev je prehod iz statusa delovne aktivnosti v neaktivnost. Človek preide z upokojitvijo v položaj odvisnosti, odvisen postane od sistema

socialne varnosti. Ob upokojitvi naj bi se umaknil v zaledje in naj bi le opazoval dogajanje na družbeni sceni. Izločenost iz družbenega dogajanja in izguba pravic umeščata upokojenca med drugorazredne državljane. Upokojitev zato predstavlja za ljudi novo socialno vlogo, lahko pa pomeni tudi socialno izobčenost.

Južnič (v Judnič-Matajec 2008, 27) govori o družbeni smrti, »ki nastopi z izstopom človeka iz aktivnih mrež poklicnega življenja, ko je profesionalno odpisan in prisiljen živeti zunaj javno priznanih dejavnosti«. Upokojitev pomeni namreč več kot le opustitev bolj ali manj cenjenega dela.

Med drugim (Požarnik 1981) pomeni upokojitev drugačen način vedenja, preoblikovanje dnevnega reda, preoblikovanje odnosov do ljudi, zlasti v ožjem družinskem krogu, spremembo in premik interesov od dela k dejavnostim v prostem času, spremembo pričakovanj in zahtev, na primer zaradi slabših dohodkov ipd. Pomen pokojnine močno presega vrednost denarja in je mnogim upokojenim ljudem središče vsega dogajanja in edina močna vez z družbo. Pomeni tudi vez s preteklostjo kot rezultat plačanih prispevkov v aktivnem obdobju. Nekateri ljudje se upokojitve veselijo kot novega načina življenja, drugi nanjo gledajo kot na konec svojega produktivnega življenja, zopet tretji upokojitev doživljajo nekje med omenjenima skrajnostma. Rezultati Ramovšove (2013, 169) raziskave o staranju v Sloveniji na vprašanje, kaj anketirancem pomeni upokojitev, so pokazali, da večini zgodaj upokojenim (71 %) in tudi enakemu deležu vseh upokojenih upokojitev pomeni nagrado za dolgoletno službeno delo.

Fennell in drugi (1988) navajajo, da se razlike v kakovosti ter načinu življenja ljudi po upokojitvi lahko močno razlikujejo, kar pa je le odsev družbenega pojava, kjer podobne razlike obstajajo tudi v življenju pred upokojitvijo. Tako moški kot ženske dojemajo življenje vsak po svoje, kar se odraža v njihovi socialni vlogi v družbi. Kar je bistveno značilno za vse in kar jih povezuje, je enkratna izkušnja ter spoznanje, kako se njihov lasten svet spremeni, ko izstopijo iz kolesja sistema, kjer jim življenje in tempo diktira sistem in je ritmika sistemsko pogojena, kar se še najbolj odraža v službi. Kakovost osebnega življenja se razlikuje pri slehernem posamezniku. Osamljenost zna biti težava tako pri moških kot pri ženskah, čas, ki ga imajo na voljo upokojeni ljudje, pa zna biti težavno zapolniti s kakovostnimi vsebinami. Starejši ljudje znajo ceniti dejstvo, da jim je služba zagotavljala neko stabilno, usmerjeno, pa četudi od sistema vodeno življenje. Moški in ženske gledajo na kakovost svojega življenja po upokojitvi z različnimi pogledi, in dobro bi bilo nadalje raziskati vpliv moči ter privilegijev glede na spol in socialno hierarhijo po upokojitvi.

Ramovš (v Bečić 2014, 20) je pripravo na upokojitev navedel kot enega izmed treh pogojev za kakovostno staranje današnje srednje generacije, ki bo v prihodnosti postala tretja. Navaja, da se mora posamezni človek na starost pripraviti, da mora civilna družba pripraviti sodobne postmoderne socialne mreže za zadovoljevanje vseh človeških potreb na starost in da mora država s primernimi ukrepi zagotoviti pogoje za pripravo posameznikov na kakovostno staranje in za ustvarjanje civilnih mrež za stare ljudi ter za sožitje generacij, sama pa zagotavlja pravico do osnovne materialne varnosti za vsakega starega človeka.

2.3 Položaj starejših v družbi

Mednarodni dan starejših se prvega oktobra po svetu obeležuje že od leta 1990, in sicer z namenom opozoriti na odnos do starejših in na njihov položaj v družbi. Ta dan je priložnost, da razmislimo o starejšem prebivalstvu ter o pomenu, ki ga imajo v družbenem življenju. Leto 2012 je bilo razglašeno za Evropsko leto aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti. Namen slednjega je povečati ozaveščenost o izzivih, ki jih prinaša staranje, deljenje dobrih praks ter spodbuda institucijam, da z ustreznimi ukrepi omogočajo aktivno staranje. Starosti prijazna družba je tista, ki zavzema pozitiven pristop k staranju prebivalstva. Po eni strani obravnava potrebe starejših ljudi kot potrebe samostojne skupine v družbi, po drugi strani pa si prizadeva, da se odstranijo ovire, ki ločijo starejše od preostale družbe. Ključ do takšnega pristopa je pravočasno prepoznavanje orodij, potrebnih za uspešno načrtovanje, in jasno razumevanje ključnih konceptov, vključno z neodvisnostjo, odvisnostjo in soodvisnostjo v družbi za vse starosti (Ireland - National Council on Ageing and Older People 2005).

Na starost (Milavec-Kapun 2011, 17) so vezani mnogi stereotipi, od tega, da so si vsi starejši ljudje podobni, do tega, da so neuporabni, nepotrpežljivi, čustveno otopeli, trmasti, skopi, neuidevni ipd. Stereotipi naredijo veliko škode in povzročijo veliko bolečine. Ne samo, da se družba do starejših ljudi obnaša stereotipno, tudi starejši ljudje se lahko privedejo do tega, da sebe in svojo starost doživljajo na način, ki ga stereotipno producira družba. Tako doživljanje življenja vodi v občutek manjvrednosti in posledično v slabše zaznavanje emocionalne opore, ki je potrebna za boljše zdravje in počutje. Vedenje starejših ljudi postane »starostno vedenje«, ki ni posledica bioloških procesov, pač pa pričakovanj določenih socialnih okolij.

Pričakovanja okolice imajo lahko velik vpliv na človekovo počutje v starosti, zato Pečjak (v Rupnik 2008, 12) meni, da se starostno vedenje prilagaja normam, ki veljajo za starejše ljudi, in glede na to, kakšna so pričakovanja socialnega okolja. Tudi Požarnik (v Rupnik 2008, 12) je mnenja, da ljudje po 65. letu postanejo mirni, počasni, zadržani, ker družba meni, da se za

ljudi po tej starosti to spodobi. Tako zagovorniki socioloških teorij upoštevajo tudi vpliv političnih, ekonomskih in kulturnih dejavnikov.

Vsakdanji miti (Keister in Blixen 1998), ki krožijo okoli starih ljudi, so ovekovečili tovrstna obnašanja v naši družbi danes. Nekateri od teh neznanstvenih konceptov, baziranih na izkušnjah brez zadostnega kritičnega razmišljanja, so: (1) večina starih ljudi je senilnih; (2) starejši ljudje so vsi isti; (3) starejši ljudje niso produktivni; (4) starejši ljudje so togi in nimajo sposobnosti spremeniti se; (5) starejši ljudje se ne morejo naučiti novih veščin; (6) večina starejših ljudi je odvisnih od drugih. Starostni stereotipi in miti prikazujejo starejšega človeka kot družbeno neaktivnega in nezmožnega za delo, kar pa nikakor ne ustreza realnosti. Starost še zdaleč ni le nedejavno, pasivno obdobje človekovega življenja, ampak predstavlja obdobje, ko se ljudje vživijo v nove oblike dejavnosti. Tudi v poznejših letih imajo ljudje potencial, ki bi ga morali izkoristiti, zato je pomembno omogočiti starejšim družbeno udejstvovanje in aktivno staranje. Dojemanje vloge starejših oseb v sodobnem svetu je dosti podobno tisti na globalni ravni, povsod, kjer je visoko razvita gospodarska družba.

Po Fennell in drugi (1988) je velik problem v starosti ageizem ter pri ženskah seksizem. To sta pereči temi, s katerima se kot družba ukvarjamo v časih, kjer se v hitro rastočem gospodarskem svetu kot vrednota upošteva predvsem korist posameznika kot člana sistema in ne toliko kot individualnega družbenega bitja. Ageizem – diskriminacija starejših, ki ga je prvi leta 1968 opisal Robert Butler (Mollenkopf 1996, 118), je polemika, ki se dotika prav vsakega dela sveta, in pogled na funkcije ter vloge starejših občanov glede na družbeno okolje variira glede na to, ali tematiko spremljamo z zornega kota starejših ali mlajših ljudi. V glavnini mlajši ljudje ne vidijo koristi, ki bi jih starejši imeli od njih, hkrati pa imajo tudi starejši ljudje težavo locirati in identificirati, kakšen doprinos bi lahko dali družbi in mlajšim generacijam. Te težave izvirajo povečini zaradi čedalje hitrejšega razvoja v tehnologiji, kjer je treba hitreje slediti razvoju ter potrebam družbe. Razvoj tehnologij, veščin ter intenziteta, ki je potrebna za osvajanje slednjih, sta dandanes za mnoge starejše nedostopna ali pa težje osvojljiva. Podobne in še slabše razmere so v revnih industrializiranih državah, kjer sta glavni gonili delovna sila, ki temelji na fizični sposobnosti, ter gospodarska rast. Tam je vrednost starejših ljudi, ki so fizično nesposobni dela, še manjša.

Strokovnjaki opažajo (Tinker 1992, 6), da je pri medgeneracijskem odnosu ključen pozitiven pogled na starost kot fizični in družbeni proces. Starejši ljudje naj se ne bi obravnavali kot nekoristni, nesposobni in nasploh imeli negativno sliko.

Po mnenju Lukač (2006, 4) je danes položaj starejših oseb odvisen predvsem od njihovega ekonomskega položaja, stanovanjskih pogojev, prostorske in cenovne dostopnosti do storitev

za zadovoljevanje splošnih in posebnih potreb, ki jih s seboj prinese starost, od razmer v lokalni skupnosti in funkcioniranja socialno-ekološke mreže. Ekonomska neodvisnost se še posebej kaže pri doseganju kakovostnih oblik življenja pri starejših, in večinoma je slab ekonomski položaj osnovni vzrok revščine in socialnega izključevanja. Višji finančni vir je prag za vstop pri zadovoljevanju višjih potreb. Ostareli nimajo radi, da so nekomu v breme, ne glede na to, ali so to otroci, sorodniki ali širša skupnost. Sorodstvena in prostovoljna nesorodstvena podpora mreža lahko veliko prispeva k boljšemu ekonomskemu položaju ter njihovem fizičnemu in psihičnemu počutju.

Akerman (2014) meni, da bi vsaka starosti prijazna in sodobna družba morala starejšim omogočiti uživanje v mesečnem dohodku brez strahu pred revščino, bivanje v okolju, kjer se posameznik počuti domače, biti cenjen član v skupnosti in aktivno sodelovati pri dejavnostih, dostop do dobre zdravstvene oskrbe in nege, ki se odziva na posameznikove potrebe, živeti v starosti prijazni skupnosti, koristiti ugodnosti iz strategij in programov, ki upoštevajo potrebe starejših ljudi in izhajajo iz raziskovalnih ugotovitev.

Po Ramovš (Ramovš in drugi 2012) družba na številčneje starejše ljudi ne sme gledati kot na breme, ampak priložnost, ker so velikokrat neizkoriščen potencial, saj lahko sodelujejo (tudi kot prostovoljci) pri medsebojni pomoči in pri prenašanju svojih izkušenj na mlajše generacije.

2.4 Kakovost življenja

Kakovost življenja (Lajhar 2014) je raziskovana vsaj 40 let, vendar do zdaj ni splošno sprejete opredelitve za koncept. Obstaja več razlag, kaj je kakovost življenja. Trenutno večina raziskovalcev meni, da kakovost življenja sestavljajo objektivno merljivi pogoji in subjektivni vidiki za dobro življenje. Svetovna zdravstvena organizacija proučuje kakovost življenja in svoje izsledke kakovosti življenja definira kot posameznikovo razumevanje svoje življenjske situacije glede na svoje vrednote in kulturni kontekst ter tudi glede na svoje cilje, pričakovanja in interese. Kakovost življenja je termin, ki se uporablja za ocenjevanje splošnega dobrega počutja posameznikov in družbe. Po Mandič (2000) je koncept kakovosti življenja najpogosteje operacionaliziran z ekonomskimi, socialnimi, psihološkimi in medosebnimi razsežnostmi.

Young (2008) kakovost življenja meri z veliko socialnih in ekonomskih dejavnikov. Velik del predstavljajo življenjski standard, količina denarja in dostop do blaga in storitev, ki jih ima

oseba, te številke so tudi dokaj enostavno izmerljive. Drugi dejavniki, kot so svoboda, sreča, umetnost, zdravje okolja in inovacije, pa se po navedenem avtorju veliko težje merijo.

Vrabič-Kek (2012, 27) meni, da kakovost življenja niso le posameznikove finančne zmožnosti, torej ni le to, koliko zaslužimo in kaj si z zasluženim lahko kupimo, ampak je povezana tudi z občutkom zadovoljstva z lastnim življenjem. Visok življenjski standard ne pomeni nujno tudi visoke ravni kakovosti življenja.

Raziskovalci so identificirali aspekte, ki so pomembni pri zagotavljanju optimalne kakovosti življenja, kot so avtonomija, možnost izbire, kontrola zasebnosti in dostojanstvo. Na primer Ball (v Pirnat 2011) je s sodelavci opredelil kar 14 področij kakovosti življenja, in sicer psihološko dobro počutje, neodvisnost in avtonomija, družbeni odnosi in interakcije med ljudmi, smiselne aktivnosti, olajšave, udobje, kognitivne sposobnosti, kot na primer spomin, spanje, prehrana, povezanost z ostalim svetom, telesno funkcioniranje, vera oziroma duhovnost, okolje, varnost in zaščita. Raziskovalec Flanagan (v Seed 1997, 19) opredeljuje 5 splošnih dimenzij kakovosti življenja. To so duševna in materialna blaginja, odnosi z drugimi ljudmi, socialne in državljanske dejavnosti v skupnosti, osebni razvoj in izpolnjevanje ter rekreacija. Dalia in Jurkauskas (2009, 59) določata kakovost življenja z veliko različnih dejavnikov in pogojev, in sicer so to stanovanje, zaposlenost, dohodek in materialna blaginja, moralne vrednote, osebno in družinsko življenje, socialna podpora, stres in krize, zdravstveno stanje, možnosti zdravstvenega varstva, odnos z okoljem, ekološki dejavniki itd. Smithova (2000) opisuje naslednje najpomembnejše razsežnosti kakovosti življenja: zdravje in telesno funkcijo, zadovoljstvo z življenjem in samospoštovanje, socialno-ekonomske dejavnike, socialne podpore, okoljske razsežnosti in tržne sile ekonomije.

Musek (2012) razdeli štiri področja kakovosti življenja, in sicer psihološko, telesno, socialno in okoljsko, slednje vključuje tudi ekonomsko blaginjo.

Svetlik (1996, 5–6) meni, da se kakovost življenja poleg materialnih sredstev meri tudi z znanjem, zaposlitvijo in zdravjem ter nematerialnimi potrebami, kot so zadovoljevanje potreb po varnosti, samouresničevanju in pripadnosti. Račič (2007) poudarja, da kakovost življenja govori o tem, kako smo zadovoljni s svojim življenjem in kakšen občutek imamo o sebi. Pojem »kakovost« je obširen okvir, ki poleg drugih okvirov vidikov vključuje tudi družbeno kakovost, ki je merilo sodelovanja ljudi v gospodarskem in socialnem življenju, kar pospešuje človekovo zmožnost in blaginjo.

Beck (v Hren 2013, 11) je uveljavil štiri sestavine družbene kakovosti: okrepitev moči posameznika, socialno povezanost, socialno vključenost in družbeno-ekonomsko varnost.

Po Titmussu (v Zalar 2008) je kakovost življenja določena z možnostmi, ki jih ima posameznik za upravljanje virov, izraženih v denarju, lastnini, znanju, psihični in fizični energiji, socialnih odnosih in varnosti, s pomočjo katerih lahko nadzoruje in zavestno upravlja svoje življenje.

Nekateri raziskovalci (Layte in Eithne 2013) smatrajo kakovost življenja kot enodimenzionalno, ki bi bila lahko definirana z vprašanjem *Kako dobra je vaša kakovost življenja?* Kot druga skrajnost pa je kakovost življenja konceptualizirana z evalviranjem vseh področij in aspektov življenja, tako subjektivnih kot objektivnih, vključno z zdravjem, nastanitvijo, funkcionalnimi sposobnostmi, dohodkom, socialnim življenjem, duševnim zdravjem ter splošnim dobrim počutjem. Glede na to so nekatera področja tista, ki jih lahko oceni zdravnik, druga ocenjujemo sami, končna ocena splošne kakovosti življenja pa je kombinacija vseh naštetih.

Na oblikovanje koncepta kakovosti življenja je močno vplival Šved Allardt (Račič 2007), ki je predlagal, da bi kakovost življenja analizirali v okviru treh razsežnosti: imeti, ljubiti in biti. Zelo znana je preferenčna lestvica za vrednotenje kakovosti življenja, ki jo je razvil švedski sociolog Galtung (v Antončič in Boh 1991). Dimenzije Galtungove preferenčne lestvice so: blaginja, ki predstavlja materialno plat življenja, druga je varnost na različnih življenjskih področjih, tretja je identiteta kot osebna integriteta, zadnja pa je svoboda, omejena z družbeno kontrolo.

Pri nas se je koncept »kakovosti življenja« uveljavil z raziskovalnim projektom Kvaliteta življenja v Sloveniji 1984 na Inštitutu za družbene vede v Ljubljani. Proučevanje kakovosti življenja je na inštitutu zasnoval sociolog Veljko Rus. Rus (v Svetlik 1995) pri premišljanju o konceptualiziranju kakovosti življenja pojmuje kakovost življenja kot »agregatni pojem za vse tiste pogoje, ki so potrebni za srečo, ne pa sreča kot taka« in se meri »s činitelji, ki omogočajo zadovoljstva, ne pa z merjenjem zadovoljstev kot takih«. Rus in Toš (v Lah 2007) opredeljujeta kakovost življenja kot kompleksno kategorijo in jo je zato treba meriti z raznovrstnimi kazalci: (a) s takimi, ki merijo povsem objektivna dejstva, kot je na primer dolžina našega življenja ali bruto družbeni proizvod na prebivalca; (b) s takimi, ki zadovoljujejo naše biološke, socialne in emocionalne potrebe in jih imenujemo satisfaktorji; (c) s takimi, ki merijo stopnjo zadovoljenosti naših potreb in jih v primerjavi s satisfaktorji označujemo s satisfakcijami.

Lawtonov multidimenzionalni koncept (Layte in Eithne 2013, 30, 31) kakovosti življenja je dobro razvit model, ki temelji na kontekstu, ki je sestavljen iz štirih medsebojno povezanih komponent: sposobnost obnašanja, objektivno okolje, dojeta kakovost življenja in psihološko

dobro počutje. Vsaka od teh komponent vsebuje soodvisne podkategorije, ki delujejo v kompleksni dinamični strukturi. Vplivi na kakovost življenja vsebujejo tako subjektivne kot objektivne elemente, zato je kakovost življenja funkcija dinamične interakcije teh subjektivnih in objektivnih elementov. Naraščajočo dolgoživost lahko asociiramo z naraščajočo kakovostjo življenja, v kolikor obstajajo ustrezni nivoji psihičnega in fizičnega zdravja, visoko kakovostnimi odnosi in socialno participacijo. Tudi če fizično zdravje postane slabše, kažejo dokazi na to, da lahko kakovost življenja pogosto ostane na visoki ravni, v kolikor posamezniki najdejo vrednost in užitek v drugih dimenzijah življenja. Fizično in duševno zdravje ter družbene in finančne razmere v veliki meri pojasnijo variacijo kakovosti življenja pri starejših ljudeh. Izključitev kateregakoli od teh področij bistveno ne zmanjša splošne pojasnjevalne moči modela, s čimer potrjuje, da so ta štiri področja močno medsebojno povezana.

Farquhar (v Lah 2007, 10) opredeljuje tri glavne strokovne definicije kakovosti življenja:

1. *Globalne*, ki so bolj splošne. Abrams (v Lah 2007) na primer definira kakovost življenja z zadovoljstvom in nezadovoljstvom ljudi z različnimi aspekti svojega življenja. Po mnenju McCall (v Lah 2007) je kakovost življenja zagotavljanje pogojev, ki so potrebni za srečo in zadovoljstvo.
2. *Komponentne* zajemajo večdimenzionalno naravo koncepta in ločijo različne dimenzije kakovosti življenja. George in Bearon (v Lah 2007) identificirata štiri dimenzije, od katerih sta dve objektivni (splošno zdravstveno stanje in funkcioniranje, socialno-ekonomski status) in dve subjektivni (zadovoljstvo z življenjem, samospoštovanje). Hughes (v Lah 2007) za razliko opredeljuje osem dimenzij ali, kot jih imenuje, sestavnih elementov kakovosti življenja (osebna avtonomija, zadovoljstvo, fizično in mentalno blagostanje, socialno-ekonomski status, kakovost okolja, smiselno delovanje, socialna integracija in kulturni faktorji).
3. *Osredotočene*, ki se osredotočijo le na eno ali dve od teh dimenzij in skušajo pojasniti politična ali profesionalna področja različnih disciplin. Na primer znotraj raziskav zdravstvenih storitev se kakovost življenja pogosto osredotoči na merjenje zdravja in funkcionalne sposobnosti (Bowling v Lah 2007).

Mandič (2005, 119) navaja, da je danes med najodmevnejšimi uporabami koncepta kakovosti življenja tista, ki jo v Dublinu v okviru Evropske fundacije za izboljšavo življenjskih in družbenih razmer razvijajo Fahey, Nolan in Whelan (2002). Trdo jedro koncepta ostaja to, da se kakovost življenja meri s »subjektivnimi« in »objektivnimi« kazalci, ki registrirajo: (a) vire

(individualne in kolektivne, kot so družbena oskrba glede izobraževanja, zdravstva, stanovanj itd.); (b) priložnosti, ki se odpirajo posameznikom (tudi njihove dejanske izbire in rezultate); (c) življenjske razmere. Fahey, Nolan in Whelan (v Mandič 2005) so opredelili 12 domen kakovosti življenja: zdravje in dostop do zdravstvenega zdravstva, zaposlovanje in delovne razmere; ekonomski viri; znanje, izobrazba in usposabljanje, družinsko življenje; družba in skupnost, udeležba, integracija; stanovanje; lokalno okolje in pritiskline; prevoz; javna varnost in kriminal; rekreacija in prostochasne dejavnosti; kultura in identiteta, politični viri in človekove pravice. Ključno sodobno vprašanje izboljšanja kakovosti življenja vidijo v tem, kako ljudem omogočiti, da dosežejo svoje cilje. To je seveda nujno ob dveh omejitvah – ob ekonomski vzdržnosti ter pravicah in potrebah drugih ljudi. To se dogaja v posebnem institucionalnem okolju in okviru javnih politik in tudi v okviru skupnosti in splošnem družbenem okviru.

Življenje posameznikov je prepleteno z življenjem drugih ljudi v gospodinjstvu, v skupnosti in širše, prav narava teh razmerij, institucij in politik pa bistveno vpliva na kakovost življenja. Po Antončič in Boh (1991) se torej srečujemo s celo vrsto opredelitev kakovosti življenja in s tem v zvezi tudi z več različnimi metodološki načini za njeno merjenje. Poleg ekonomskih kazalcev kakovosti življenja so ti kazalci še kakovost naravnega okolja in ohranjenost slednjega, zdravje in dostop do zdravstvenih storitev, izobraževanja, možnosti kulturnega življenja in politična svoboda, če naštejemo le nekatere. Pri raziskovanju kakovosti življenja raziskovalci običajno ne vztrajajo pri celoviti teoretični konceptualizaciji, ampak izluščijo nekatere osnovne dimenzije kakovosti življenja (na primer zdravje in zdravo okolje, materialna raven, socialna varnost, izobraževanje, kultura itd.), jih razstavijo na posamezne komponente in oblikujejo kazalce za njihovo merjenje, ki jih poznamo pod imenom »socialni indikatorji«. Vsi raziskovalci kakovosti življenja pa se ne zadovoljujejo samo z merjenjem objektivnih kazalcev kakovosti življenja, ampak v svoje raziskave vnašajo tudi človekova subjektivna stanja, ki se kažejo v stališčih, čustvih in vrednotah, kot so sreča – nesreča, zadovoljstvo – nezadovoljstvo, integriranost – odtujenost.

Avtorica Kočevska (2013, 7) meni, da imajo lahko starejši ljudje objektivno kakovostno življenje, ko gre na primer za dohodke, urejene življenjske razmere, odnose v družini itd., kar pa ne pomeni, da je njihovo življenje kakovostno tudi subjektivno (sreča, zadovoljstvo z življenjem in drugo). Povzamemo lahko, da je kakovost življenja koncept, ki je za vsakega posameznika drugačen in ki upošteva, da se življenje posameznika v okviru življenjskega poteka spreminja. Vse komponente, ki določajo kakovost življenja, so podložne spremembam, zato se tudi kakovost življenja spreminja. Hkrati je treba poudariti, da se

spreminja tudi razumevanje kakovosti življenja, zato se spreminjajo načini zajemanja in analize podatkov.

Mnoge študije, ki obravnavajo kakovost življenja in jo na različne načine tako definirajo kot tudi merijo, dokazujejo, da gre za obsežno in kompleksno področje proučevanja. Po Lah in drugi (2008) je proučevanje kakovosti življenja prešlo več razvojnih faz, od objektivnega proučevanja življenjske ravni in nadzora nad viri do raziskovanja subjektivnih kazalcev, socialne kohezije in trajnostnega razvoja.

2.5 Kakovost življenja v starosti

Hlebec in drugi (2005, 205) se sprašuje, kako zagotoviti kakovostno življenje, ki je, kot vemo, eno temeljnih vprašanj vsakega človeka. Pri odgovoru na to vprašanje je treba upoštevati mnogo dejavnikov, zaradi česar ga vsak posameznik definira drugače, saj koncept kakovosti življenja vsebuje fizično, ekonomsko in družbeno okolje kot tudi pomen za posameznika in njegovo subjektivno izkušnjo.

Zagotoviti kakovostno življenje starejšim ljudem je še toliko bolj kompleksno (Lah 2007, 110), saj so lahko prizadeti že njihovi temeljni aspekti kakovosti življenja: slabše zdravstveno stanje, slabši ekonomski status in omejena družbena interakcija.

Sociološka teorija starosti razlaga (Hojnik-Zupanc 1997), da postaja človek v svojih socialno-ekonomskih potrebah vedno bolj odvisen od pomoči soljudi. Koeficienti in kriteriji za definiranje dobre kakovosti življenja starejših ljudi sovpadajo s kazalci za druge starostne skupine. Izkušnja staranja in starosti v sodobni družbi je definirana tako z ekonomskimi in socialnimi dejavniki kot tudi z biološkimi in individualnimi. Kot sinonim za kakovostno življenje starejših ljudi se pogosto uporabljajo izrazi, kot so uspešno staranje, dobro staranje in pozitivno staranje.

Walker in Hennessy (v Lah in drugi 2008) zaznavata, da prevladujoči profesionalni pristop k merjenju kakovosti življenja starejših ljudi slednje še vedno obravnava kot povsem homogeno skupino, namesto da bi raziskovalci iskali razlike, temelječe na starosti, spolu, rasi, etnični pripadnosti ali fizični nezmožnosti.

Bečić (2014) poudarja, da je kakovost življenja v starosti prav tako smiselna in enako pomembna kot vsa druga življenjska obdobja. Če je bil posameznik v prejšnjih življenjskih obdobjih uspešen, obstaja verjetnost, da bo tak tudi v pozni starosti. V pozni starosti se posameznik sreča s ključnimi razvojnimi nalogami za kakovostno življenje: ohranjanje zdravja in prilagajanje na telesne spremembe, prilagajanje na upokožitev, ohranjanje finančne

odvisnosti, oblikovanje ustreznih življenjskih pogojev, preoblikovanje identitete in socialnega položaja, ohranjanje partnerstva in prijateljstev, prilagajanje na nove družinske vloge, ukvarjanje s smiselnimi prostočasnimi dejavnostmi ter sprejemanje in osmišljanje preteklega ter sedanjega življenja.

Življenje starejših, navaja Lajhar (2014), je sestavljeno iz veliko prelomnih trenutkov, ki lahko porušijo ravnovesje kakovostnega življenja: zdravstveno stanje, samostojnost, odhod otrok, smrt partnerja, sorodnika, prijatelja, ekonomsko stanje, odhod v dom starejših.

Raziskovalci ugotavljajo (Kovač 2013), da se kakovost življenja pri starejših osredotoči na sposobnost samostojne fizične skrbi (hranjenje, osebna higiena, fiziološke potrebe itd.). Če imajo starejši zadovoljene stabilne objektivne kazalce kakovosti življenja, imajo pogosto zadovoljive subjektivne kazalce kakovosti življenja. Kako starejši ljudje prispevajo h kakovosti življenja, je veliko odvisno od njih samih, njihove osebne zaznave in ranljivosti, izkušenj, prepričanj, ki so si jih izoblikovali v življenju, od njihovega psihičnega in fizičnega zdravja ter okoliščin, v katerih živijo.

Kakovost življenja v starosti raziskovalci (Krajnc 2005) splošno opredeljujejo v smislu objektivnega niza socialno-materialnih meril, ki določajo pogoje posameznikovega življenja in potencialno prispevajo h kakovostnejšemu življenju starejših ljudi, na primer primerno stanovanje, dostopnost zdravstvenih in socialnih storitev, zadostna pokojnina ter v smislu posameznikovih subjektivnih življenjskih izkušenj, tj. subjektivnih ocen njihovih objektivnih življenjskih pogojev.

Kakovost življenja (Lajhar 2014) predstavlja širši sklop dejavnikov, kot so zdravje, samostojnost, avtonomija, ohranitev socialnih stikov in stabilen ekonomski položaj. Vse našteje dejavnike si starejši ljudje prizadevajo v celoti ali vsaj delno ohranjati skozi življenjski cikel, predvsem zdravje.

Po Rosenstein in Pahor (2000) obstajajo tudi mnogi sociološki pristopi k pojmovanju zdravja in bolezni. Sociološke raziskave zdravja in zdravstva v Sloveniji povedo, kako ljudje subjektivno, na osebni ravni in kot pripadniki določenih družbenih skupin doživljajo svoje fizično, psihično in socialno zdravje. Po raziskavah ne le na telesno, ampak tudi na psihično in socialno zdravje v veliki meri vplivata revščina in nezaposlenost. Rezultati raziskav so pokazali, da so revščini najbolj podvrženi tisti, ki so starejši od 65 let in ki živijo v samskem gospodinjstvu. Med njimi je skoraj polovica revnih, medtem ko tisti z večjim dohodkom lahko tudi več storijo za doseganje in ohranjanja zdravja. Izsledki socioloških raziskav so pokazali neenakost zdravja pri Slovencih in kažejo na izrazito slabše zdravje starejšega (poleg

žensk in nižje izobraženih) prebivalstva. Ekonomski status je močno povezan z zdravjem in dobrim počutjem.

Sodobna definicija zdravja po Lajhar (2014) opredeljuje zdravje kot splošno vrednoto in bistven vir za produktivno in kakovostno življenje slehernega posameznika in skupnosti kot celote. Ekonomsko-finančno stanje starejših ljudi žal večkrat odloča o kakovosti življenja v starosti. Pokojnina je praviloma nižja od plače, zato so nekateri prisiljeni v manjše odpovedovanje, drugi pa so omejeni na najnujnejše izdatke. Žal mnogim pokojnina ne zadošča za kritje osnovnih stroškov preživetja.

Pri zagotavljanju optimalne kakovosti življenja ima avtonomija ali samostojnost posameznika pomembno vlogo (Vratarič 2011). Sodobni človek se namreč v socialne mreže vključuje kar se da svobodno, v njih svobodno ostaja in se iz njih povsem svobodno umakne. Možnost morebitne odvisnosti (tako telesne kot duševne) je za večino starejših moreča, vendar jo sprejmejo kot del življenja, lahko pa je tudi povod za samomor. Pri nesamostojnosti in odvisnosti je običajno najpomembnejša pomoč ožje družine, tisti, ki je nimajo ali so medsebojni odnosi skrhani, pa ostajajo brez najpomembnejše oblike pomoči, in so zato pogosto osamljeni, ko umirajo tudi njihovi prijatelji in vrstniki.

Walker (2005) opredeljuje bivalno okolje starejših ljudi kot eno izmed pomembnih dimenzij kakovostnega življenja. To je okolje, kjer preživijo največ svojega časa. Večji del jih živi v domačem okolju, sami ali s partnerjem, redkeje s svojimi otroki. Starejši, ki potrebujejo pomoč in nego ali zaradi drugih razlogov ne morejo živeti v domačem okolju, se iz svojega okolja preselijo v dom za starejše. Njihova kakovost življenja je največkrat odvisna od stanovanjskega okolja, v katerem bivajo, in njihovega življenjskega sloga.

Po razumevanju Kladnika (1999) je za kakovostno življenje v starosti med drugim pomembna povezanost z drugimi ljudmi. Nagnjenost k medsebojnim stikom je namreč izvirna, prvobitna potreba vsakega človeka. Potreba po stalnem in poglobljenem medčloveškem odnosu je temeljna in spremlja vsakega človeka v vseh življenjskih obdobjih.

Marjanovič-Umek in Zupančič (2004) razlagata, da ima družina za starega človeka velik pomen. Bodisi glede pomoči pri praktičnih stvareh, kot so na primer osebna nega in gospodinjska opravila, kot tudi pri zadovoljevanju potreb po temeljnem človeškem odnosu in povezanosti. V starosti ob nekaterih pomembnih življenjskih dogodkih, na primer ob rojstvu vnukov, upokojitvi, smrti partnerja, selitvi v dom za starejše, starejši ljudje spremenijo svoje socialne vloge, kar od njih zahteva različno mero prilagajanja. Tisti, ki ostanejo dejavni vsaj v nekaterih socialnih vlogah, zadržijo temeljne vidike svoje identitete. Takšni posamezniki navadno razvijejo optimistični pogled na preteklo in prihodnje življenje. Najpomembnejši

odnosi oziroma socialne mreže, ki jih imajo starejši ljudje v starosti, so partnerski odnosi, odnosi z otroki, odnosi z vnuki, odnosi s sestrami ali brati, odnosi s prijatelji, stik s sosedi in stik z mlajšo generacijo. V obdobju starosti vzdrževanje socialnih odnosov zadovoljuje potrebe starejših ljudi po druženju, intimnosti, povezovanju z družbo in aktualnim dogajanjem v svetu. Kakovostni socialni odnosi predstavljajo tudi varovalni dejavnik pri zadrževanju življenjskega optimizma, zadovoljstva, smisla življenja. Po Hojnik-Zupanc (1997) so dobri medsebojni odnosi predstavnikov vseh generacij pomembni predvsem zaradi prenosa življenjskih izkušenj, vrednot in tradicije ter zato, da se ljudje med seboj spoznajo in povežejo.

Stepanek (2010) ugotavlja, da v starosti dejavno življenje zagotavljajo prostočasne aktivnosti, ki obenem ohranjajo posameznikove telesne in miselne sposobnosti, ki so osnova za samostojno starost. Vseživljenjsko učenje postaja podlaga za uspešno staranje in kakovostno življenje. Izobraževanje ima pozitiven vpliv na starejše ljudi, na zdravje, na ohranjanje moči in socialno dejavnost. Starejši z izobraževanjem osebno rastejo ter se samouresničujejo. Izobraževanje povečuje njihovo družbeno moč ter zmanjšuje marginalizacijo, do katere pride v starosti.

Pavliha (2009, 6) navaja, da lahko aktivno staranje, ki pomembno prispeva h kakovostnejši starosti, v najširšem smislu razumemo kot neprekinjeno udejstvovanje na socialnem, ekonomskem, kulturnem in civilnem področju, in sicer ne samo kot povečanje fizične aktivnosti starejših ali možganskega fitnesa in podaljševanje nezaposlenosti. Aktivno staranje je proces, ki spodbuja in krepi možnosti za zdravje, vključenost v družbo in varnost, s ciljem in z namenom izboljšati kakovost življenja v starosti. Dejavna starost poraja potrebne napetosti, z njimi ohranjajo starejši svoje fizično in psihično ravnotežje in ostanejo živ člen družbe. K dejavni starosti spada tudi sodelovanje pri družbenem odločanju. Brez starejših je odločanje enostransko in rešitve samo delne. Enakomerno med vse generacije porazdeljena družbena moč je cilj sodobnih družb.

Po Mellor in drugi (2010) je spoštovanje tisti ključni dejavnik, ki določa kakovostno življenje starejših ljudi. Starejši ljudje, ki so spoštovani, imajo običajno večje zadovoljstvo z življenjem, vključno z občutkom pomembnosti in sodelovanja z njihovimi družinami, skupnostmi in drugimi. Spoštovanje je odsotno v večini diskurzov o staranju, tako je tudi malo znanega o spoštovanju starejših. Spoštovanje starejših se nanaša na starše, starejše sorodnike, starejše sosede in starejše odrasle na splošno. Osebo spoštujemo, če ji posvečamo pozornost, jo poslušamo ter v pogovoru z njo uporabljamo vljuden jezik.

Hlebec in drugi (2010, 5) zaključuje, da so starejši ljudje zaradi svojih številnih značilnosti ena najbolj ranljivih družbenih skupin. S podaljševanjem življenjske dobe postaja kakovost življenja pomembna tematika tako za posameznikovo dobro počutje kot za dobrobit družbe. Ker ljudje živimo dlje časa, je nujno potrebno poskrbeti za boljšo kakovost življenja in seveda tudi staranja, ki je sestavni del življenjskega cikla. Kakovostno staranje in kakovostna starost sta pomembna na več ravneh: za starajočega se ali za starega človeka, za njegove najbližje družinske člane (partnerja, otroke, vnuke), za širšo okolico (prijatelje in sosede), za lokalno skupnost in seveda za družbo kot celoto. Šele v zadnjih letih lahko opazimo povečano zanimanje strokovne javnosti in raziskovalcev za staranje prebivalstva in spremembe, ki jih to prinaša v slovensko družbo.

Bowlingova (v Pirnat 2011) je s sodelavci opravila raziskavo v Veliki Britaniji, kjer so skoraj sto tisoč ljudi, starejših od 65 let, spraševali po definiciji in prioritetah kakovostnega življenja, kako oni sami in njihovi vrstniki razumejo kakovost življenja. Najpogostejši odgovor je bil: dober odnos z drugimi ljudmi, družbena vloga in aktivnost, zdravje, fizičen videz in dobro počutje, dom in soseska, denar, neodvisnost. Kot prioritete kakovostnega življenja so izpostavili medsebojne odnose in zdravje. Večinoma so tudi soglašali, da bi poslabšanje zdravstvenega stanja najbolj vplivalo na njihovo kakovost življenja.

Za kakovostno starost je pomembno, dodaja Lužar (2010, 49), da lahko človek zadovoljuje višje človeške potrebe – potreba po medosebnem odnosu, predajanju življenjskih izkušenj itd., to pa lahko stori šele tedaj, ko so zadovoljene osnovne potrebe, kot sta potreba po materialni preskrbljenosti in zdravje. Za kakovostno starost so pomembni medčloveški odnosi, odnosi starih z drugimi generacijami in preprečevanje osamljenosti. Koncept osamljenosti je opredeljen na več različnih načinov. V večini študij je osamljenost predstavljena kot negativen občutek ali neprijetne in boleče izkušnje pomanjkanja socialnih stikov. Weiss (v Imperl 2012) razlikuje med čustveno in socialno osamljenostjo. Čustvena osamljenost se pojavi v situacijah, v katerih manjka zanesljiv ali intimen odnos, socialna osamljenost pa je posledica pomanjkanja socialnih mrež.

Kaj je torej kakovostno življenje v starosti? Po Starc in Zabukovec (2013) je zadovoljstvo s svojim življenjem pomemben dejavnik človekove osebnostne stabilnosti, ta pa je pomemben pogoj za kakovostno, tj. aktivno in zdravo staranje.

Ramovš (1999, 15) navaja, da zadovoljstvo z življenjem splošno odraža optimizem, pozitivno razmišljanje in voljo do življenja tudi v obdobju, ki ga označujemo kot obdobje staranja. Osnova kakovostnega življenja v starosti je zadovoljitev osnovnih materialnih potreb po stanovanju, hrani, obleki, razvedrilu, zdravstvenem varstvu ipd. Enako pa je pomembna

zadovoljitev nematerialnih potreb, od eksistencialne po sprejemanju svoje starosti kot drugačnega, vendar enako smiselnega obdobja življenja, kakor sta mladost in srednja leta, preko socialnih potreb po medčloveški povezanosti in tesnih medčloveških odnosih ter po predajanju svojih zrelih življenjskih izkušenj mladi in srednji generaciji, pa vse do duševnih, duhovnih in verskih potreb, kakor jih kdo na stara leta doživlja. Zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb v starosti je zanemarjeno. Raziskave in opažanja v praksi kažejo, da je osamljenost najhujši problem starih ljudi.

2.6 Potrebe v starosti

Že pred več kot 30 leti sta Clark in Anderson (v Guttman 1999, 7) navedla šest najbolj zaznavnih potreb, ki morajo biti za kakovostno življenje starih ljudi zadovoljene. Te potrebe so: (1) zadostna neodvisnost, ki omogoča kontinuirano integriteto jaza; (2) ustrezni odnosi z drugimi ljudmi; (3) določena stopnja dobrega telesnega in psihičnega počutja ter dobrega počutja v okolju; (4) stimulacija mišljenja in imaginacije, tako da ni precenjena telesna moč; (5) zadostno gibanje, ki omogoča spoznavati različna okolja; (6) določena stopnja zavzetosti z življenjem, ki omogoča izogibanje ukvarjanju s smrtjo.

Sleherni program (Ramovš 2003) za kakovostno staranje in za povezovanje generacij lahko gledamo tudi z vidika, koliko upošteva vse človekove potrebe in vse njegove razsežnosti oziroma katere od teh potreb zadovoljuje in katerih ne. Te potrebe v posameznih razsežnostih so:

1. Telesne potrebe: potrebe po stanovanju, hrani, obleki, čiščenju, zdravljenju bolezni.
2. Duševne potrebe: televizijski in radijski programi ter časopisi, izleti – informacije in razvedrilo.
3. Duhovne potrebe lahko zadovoljuje le človek sam po svobodnem odločanju in odgovornosti zase, seveda glede na svoje zmožnosti.
4. Medčloveško odnosne potrebe: temeljne človeške odnose neguje star človek predvsem v družini in s prijateljevanjem, deloma služijo temu tudi telefonski pogovori z znanci ter anonimni zaupni telefoni za osamljene ljudi.
5. Kulturno-zgodovinske ali razvojne potrebe zadovoljuje staremu človeku medgeneracijska povezanost z vnuki in drugimi mladimi ljudmi, njegova aktivnost v raznih organizacijah, univerze za tretje življenjsko obdobje.
6. Eksistencialno potrebo po smislu si človek lahko zadovoljuje sam, okolje in organizacije ter verske skupnosti.

Po Ramovš (2003) ima integralna socialna gerontologija pred očmi vse človekove potrebe. Raziskovalna spoznanja o današnjem stanju pa kažejo, da v naših razmerah stari ljudje doživljajo veliko več stisk v svojih nematerialnih potrebah kot v materialnih. Veliko večino starih ljudi ne ogrožata lakota in žeja, tudi ne strah, da bodo brez strehe nad glavo, brez obleke, na mrzlem, brez zdravstvenega varstva in osnovne pomoči, ko oslabijo. Lahko si privoščijo priboljšek in razvedrilo, s pokojnino, socialno podporo ter svojimi prihranki in imetjem imajo zagotovljeno osnovno materialno varnost do smrti – pa še ostalo jim bo kaj za druge po njihovi smrti. Kljub temu njihova starost ni tako kakovostna, kakor bi lahko bila, zlasti iz naslednjih vzrokov: ker so osamljeni, ker nimajo lepih medčloveških odnosov s svojci, ker nimajo osebnega človeškega stika z otroki, mladino in srednjo generacijo, ampak le s sebi enakimi starejšimi ljudi, ker tisti, ki zanje »službeno« skrbijo v ustanovi ali na domu, ne morejo biti s svojimi številnimi službenimi strankami v prijateljskem ali osebnem človeškem odnosu, in ker pod vplivom javnega mnenja in stališč v naši kulturi ne morejo sproščeno sprejeti svoje starosti. Skratka, v današnji družbi veliko bolje delujejo socialne mreže, ki omogočajo zadovoljevanje materialnih potreb v starosti, kakor socialne mreže, ki omogočajo zadovoljevanje osnovnih človeških potreb na področju medčloveškega sožitja in drugih nematerialnih socialnih in eksistencialnih potreb v starosti. Zato je prednostna naloga integralne socialne gerontagogike odkrivanje in razvijanje socialne mreže, ki v današnjih življenjskih razmerah omogoča boljše zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb v starosti, zlasti primerne medgeneracijske in sploh medčloveške odnose.

Upoštevajoč povedano Ramovš (1999, 22–24) poudarja, da v tretjem življenjskem obdobju izstopajo predvsem tri človeške razsežnosti in njihove specifične potrebe:

1. *Potreba po temeljnem ali osebnem medčloveškem odnosu.* Star človek potrebuje reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega, pa naj je to krvni sorodnik ali nekdo, s katerim sta povezana na prijateljskem principu. Veliko število specializiranih »tujcev« lahko s službenimi storitvami staremu človeku odlično zadovoljuje vse telesne potrebe, a nobenih drugih: že čustvenih ne, kaj šele, da bi se jim star človek lahko odprl s svojimi stiskami ali bogastvom življenjske izkušnje. Za temeljni osebni odnos je dovolj eden, ki ga star človek čuti kot svojega in je prepričan v trdnost in trajnost odnosa z njim. Ta eden je zadosten most do vseh priložnostnih in stalnih stikov z drugimi, da jim zaupa in da njihova storitev pri starem človeku doseže svoj polni človeški namen. Če v starosti ni zadovoljena potreba po osebnem medčloveškem odnosu z nekom, je star človek osamljen, pa naj je okrog njega še toliko ljudi (na

primer v večposteljni sobi doma za stare ljudi). Osamljenost je ena najbolj razširjenih in najhujših stisk današnjih starih ljudi.

2. *Ramovš (1999) opisuje drugo potrebo kot potrebo po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj prvi in drugi generaciji. Za starega človeka je bistveno, da doživlja svoje dotedanje življenje kot nekaj vrednega in smiselnega. To pa se zgodi, če njegove življenjske izkušnje drugi – zlasti mlajši od njega – jemljejo resno. Človekove življenjske izkušnje so njegovo najbolj osebno in največje bogastvo, so temelj, ki daje vrednost vsemu drugemu premoženju. Če si je na primer nekdo v življenju pridobil materialno premoženje in se drugi zanimajo le zaradi tega, se čuti star človek v temelju razvrednotenega. Zato neredko bogati ljudje zapustijo svoje imetje nekemu ali nečemu (fundaciji), ki ceni, upošteva in ohranja njihovo osebno življenjsko izkušnjo. Človek je bitje napredka, saj vsaka generacija nadaljuje zgodovinski razvoj tam, kjer ga je prejšnja generacija končala. Ta proces temelji na človekovi temeljni potrebi, da v drugem, zlasti pa v tretjem življenjskem obdobju preda svoje življenjske izkušnje in spoznanja drugim ljudem in kulturi nasploh. Če v starosti človek ne more zadovoljiti potrebe po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj prvi in drugi generaciji, doživlja svoje dotedanje življenje kot nesmiselno, s tem pa je povezana tudi bivanjska praznota in brezcilnost v doživljanju same starosti, kar je pogosta tegoba današnjih starih ljudi.*
3. *Potreba po (Ramovš 1999) doživljanju svoje starosti kot enako smiselnega obdobja življenja, kakor so bila mladostna in srednja leta. Voljo do smisla kot temeljno eksistencialno človeško potrebo in motnje, ki jih prinaša njena nezadovoljenost, je odkril in razčlenil Viktor E. Frankl. Življenje je smiselno kot celota, vključno s slehernim trenutkom ali situacijo ali pa sploh ni smiselno. Tako doživlja človek potrebo po smislu. V mladosti in srednjih letih odkriva in uresničuje smisel predvsem v ustvarjalnem delu ter doživljanju narave, kulture, sebe in drugih ljudi (ljubezen in medčloveški odnosi), v starosti pa je pred njim vse več neizogibne tragike v obliki trpljenja zaradi bolezni, zavesti o zmotah in krivdah v življenju, ob umiranju bližnjih in bližajoči se lastni smrti. Pot do doživljanja smisla v nerešljivi tragiki je po Franklu vztrajno iskanje smiselnega stališča do teh izkušenj. Tudi v starosti je prednostna pot za doživljanje smiselnosti lastnega življenja v ustvarjalnem delu in po doživljajski poti bogastva medčloveškega sožitja, doživljanje narave in kulturnega bogastva, vendar pa gotovo ne more mimo zahtevne naloge iskanja smiselnega stališča do tragike življenja. Temu se izogne le, če se tako ali drugače omamlja, kar pa je beg iz človeške zavesti in*

od samouresničitve. Predpogoj za osebno iskanje smisla starosti je torej sprejetje starosti z vsemi njenimi specifičnimi možnostmi in omejitvami, ob prepričanju, da je enako smiselno obdobje življenja kakor mladost in srednja leta. In tudi upoštevanje dejstva, da je iskanje smiselnega stališča do tragike veliko težja naloga, kakor je doživljanje smisla, ko človek ustvarjalno dela ter bogato doživlja soljudi, sebe in svet.

Navedene tri temeljne potrebe v medčloveški, kulturno-zgodovinski in eksistencialni razsežnosti so po Ramovšu (1999) specifična pogonska energija za kakovost življenja v tretjem življenjskem obdobju. Raven njihove zadovoljitve je odločilni pokazatelj kakovosti življenja v starosti oziroma starostne človeške samouresničitve. Seveda pa so tudi v tretjem življenjskem obdobju materialne in telesne potrebe ter na njih naslonjene duševne in noogene tista osnova, ki omogoča zadovoljevanje navedenih višjih treh potreb. Zato bi se bilo nesmiselno truditi za kakovostno zadovoljevanje teh višjih, ki so za starost specifične, ob zanemarjanju drugih. Vendar te nevarnosti dandanes skorajda ni, saj so materialne potrebe starih ljudi v naših družbenih razmerah zadovoljene neprimerno bolje kakor kdaj koli v dosednji človeški zgodovini. Kljub temu so današnji stari ljudje verjetno veliko bolj osamljeni, doživljajo svoje življenjske izkušnje kot manj plodne in svojo starost kot bolj brezciljno in nesmiselno, kakor je to bilo v preteklosti. Kakovost življenja na stara leta je skupna raven zadovoljenosti vseh potreb na vseh šestih razsežnostih človeškega življenja. Zdi se torej, zaključuje avtor, da je še veliko nalog, da dosežemo kakovostno življenje na stara leta.

2.6.1 Kategorije potreb dolgotrajne oskrbe

Staranje prebivalstva v Sloveniji je po Mali (2013) vedno večji izziv za družbene sisteme, in sicer v smislu, kako tej vedno večji skupini ljudi zagotoviti kakovostno in dostojno staranje oziroma dolgotrajno oskrbo.

Malijeva (2013) razdeli osem kategorij potreb dolgotrajne oskrbe glede na raznovrstnost potreb in življenjskih situacij, v katerih se znajdejo ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo.

Te kategorije so:

- razkorak v dojemanju institucionalizacije kot odgovora na potrebe ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, in sorodnikov, ki ne zmorejo več oskrbe, je velik, zato je prva kategorija poimenovana *namesto hospitalizacije in institucionalizacije*;

- *stanovanje*: osnovna potreba vsakega posameznika je potreba po stanovanju, kje bivati. Poleg osnovne funkcije zavetja ima še vrsto socialnih funkcij – pri ljudeh, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, jim vprašanja, povezana s stanovanjem ali bivanjem, povzročajo stisko, tisti, ki morajo v dom starejših občanov, stanovanje izgubijo, nekateri ga težko vzdržujejo;
- *delo in denar*: ena od osnovnih človekovih potreb je delo. Delo kot potreba je navzoče v vseh obdobjih življenja, delamo od mladosti do starosti. Plačano delo nam v družbi omogoča pridobivanje različnih statusov, vendar za to potrebujemo zaposlitev, so pa ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, in težko dobijo zaposlitev ali pa jo težko ohranjajo; nekateri ob upokojitvi doživljajo krize, ker se počutijo nekoristne; druga plat je neplačano delo, ki ima družbeno vrednost, a ga sodobna država ne priznava;
- *vsakdanje življenje*: so rutine, ki oblikujejo našo realnost. Potreba po skrbi zase in potrebe, ki jih imajo ljudje v prostem času, ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, pa potrebujejo za zadovoljevanje teh potreb pomoč in podporo drugih;
- *nelagodje v interakciji*: ljudje živimo v interakciji, med seboj sodelujemo, drug na drugega vplivamo. Posebno mesto v tem gibanju imajo interakcijski prekrški, ki jih počnemo vsak dan, naredimo jih mimogrede, jih popravimo in pozabimo, nasprotno od nas jih ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, doživijo več, tisti, ki jih povzročajo, jih ne popravljajo, zato eni in drugi v odnosih občutijo nelagodje v interakciji. Popravljanje prekrškov je najboljši odgovor na nelagodje;
- *stiki in družabnost*: sta temeljni človekovi potrebi. Za ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, so stiki izjemno pomembni, saj iz njih lahko črpajo pomembno pomoč in podporo. Mreže starejših ljudi so po navadi majhne in omejene, predvsem na družinske člane in redke prijatelje;
- *institucionalna kariera*: človek se lahko ujame v cikel večkratnih hospitalizacij in ostane v instituciji dolgo časa, vsekakor pa institucija zaznamuje posameznikovo življenje z množico situacij in dogodkov, ki jih s skupnim imenom imenujemo *institucionalna kariera*;
- *neumešččnost in pripadnost*: neumešččnost pomeni, da po eni strani potrebujemo druge, potrebujemo odvisnost od njih, po drugi strani pa imamo tudi potrebo po samostojnosti in neodvisnosti od drugih. Ko smo skupaj, lahko skrbimo za druge in drugi za nas, se počutimo pripadne, zato je jasno, da institucije ne morejo zadovoljiti potrebe po pripadnosti.

Malijeva (2013) nadalje razlaga, da lahko načrtujemo še tako dober sistem dolgotrajne oskrbe, sprejemamo dokumente, razvijamo nove oblike pomoči, a pomembno je prepoznati, da je osrednje vodilo dolgotrajne oskrbe *pomoč človeku, ker je človek* in ker je ohranjanje njegovega dostojanstva pomembno za človeško skupnost, za obstoj človeštva. Prav tako je pomembno opozoriti, da je pomoč v obliki dolgotrajne oskrbe, torej izvajalcev oskrbe, vezivo med ljudmi. Žal je ljudi, ki bi na dolgi rok lahko zagotavljali pomoč, čedalje manj, saj so potencialni pomočniki (sorodniki, prijatelji, sosedje) čedalje bolj vpeti v poklicno delo, energijo vlagajo v uspešno kariero in zanemarjajo pomen medčloveških odnosov. Sodoben način življenja, v katerem smo nenehno izpostavljeni različnim tveganjem, nas opominja, da lahko vsak hip tudi sami potrebujemo dolgotrajno pomoč ljudi. Dolgotrajna oskrba sicer ni tema, ki bi zajela le starejše ljudi. Potreba po dolgotrajni oskrbi se lahko v življenju človeka pojavi v kateremkoli starostnem obdobju in nepredvideno. Oskrbo za ljudi zagotavljata zdravstvena in socialna stroka. Za upravičenost do dolgotrajne oskrbe je odločilna človekova subjektivna in objektivna potreba po pomoči in podpori za samostojno življenje v skupnosti. Ugotavljanje vrste in količine pomoči, ki se v tem hipu zdi najprimernejša, temelji na raziskovanju človeških potreb in ugotavljanju odgovorov nanje. Življenje v starosti je veliko bolj kot v mladosti vpeto v delovanje različnih ustanov (na primer bolnišnic, domov za starejše idr.). Rezultati raziskovanja na področju dolgotrajne oskrbe kažejo (Mali 2013), da se ljudje z izkušnjo institucionalizacije želijo vrniti domov, tisti, ki so doma, pa ne želijo prestopiti praga institucije.

Po Filipovič Hrast in drugi (2014) človek lahko pomoč ali strokovno obravnavo, ki jo dobi v instituciji, prejme tudi v domačem okolju. Prednost pomoči v domačem okolju je v tem, da človek, ki je doma, ni prikrajšan za življenje in sobivanje z ljudmi, ki mu veliko pomenijo. Ni oropan tega, čemur rečemo »običajno življenje«, in ni prisiljen sprejemati strogih pravil, ki so določena v instituciji. Pomembne so tudi druge storitve, ki se v Sloveniji počasi razvijajo in predstavljajo manjši del storitev za stare: dnevni centri, začasno varstvo, bivanje v družini, ki ni izvorna družina starega človeka, rdeči gumb ali SOS telefon idr. Raziskava Malijeve (2013) je pokazala, da so ljudje z dolgotrajno stisko po navadi in redno prikrajšani, zato ne morejo zadovoljevati svojih potreb tako kot drugi ljudje. Čeprav imamo nekatere potrebe skupne (to so univerzalne potrebe, na primer po stanovanju, delu, družbenosti), je pri ljudeh z dolgotrajnimi stiskami zadovoljevanje teh potreb specifično (na primer pri navezovanju in ohranjanju stikov potrebujejo pomoč in podporo). Prav tako moramo biti pozorni na potrebe, ki so še posebej značilne za ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo (na primer institucionalna

kariera, interakcijski prekrški). V takšnih situacijah se bomo lahko znašli tudi sami, zato nikakor ne moremo razumeti potrebe po dolgotrajni oskrbi kot potrebe drugih.

2.7 Kako doseči kakovostno življenje v starosti

Ramovš (2003) meni, da je prvi pogoj kakovostne starosti upoštevanje celotnega človeka z vsemi njegovimi razsežnostmi in potrebami, zmožnostmi ter nalogami, pri čemer je treba nameniti še posebno pozornost tistim, ki so zlasti značilne za tretje življenjsko obdobje. Drugi pogoj za kakovostno starost pa je upoštevanje dejstva, da je vsak človek edinstven in enkrat. Ker se ljudje med seboj razlikujemo na različne načine, je za vsakega posameznika kakovostno staranje nekoliko drugačno. Starost pride sama od sebe, zato je pomembno, da človek svojo starost sprejme in se sam aktivno trudi za njeno kakovost. Za kakovostno staranje je potrebno:

- da se posameznik sam pripravi na starost;
- da civilna družba pripravi sodobne postmoderne socialne mreže za zadovoljevanje vseh človekovih potreb v starosti;
- da država s primernimi ukrepi zagotovi pogoje za pripravo posameznikov na kakovostno staranje ter zagotavlja pravico do osnovne materialne varnosti za vsakega starega človeka. Priprava na kakovostno starost je predvsem osebna. Za stališča, navade in dejanja, ki vodijo v kakovostno starost, se človek lahko odloči le sam, s svobodno odločitvijo, seveda pa k temu lahko pripomorejo tudi bližnji.

Staranje prebivalstva (Rant 2013) zahteva različne oblike nastanitev, različne oblike pomoči in storitev ter odzivanje skupnosti na njihove potrebe. Vse to izboljša kakovost življenja starejših ljudi. Največ pomoči za kakovostno življenje starejših ljudi še vedno nudi njihova družina. Dokler lahko starejši človek skrbi zase (Janež 2004) in za zadovoljevanje svojih potreb, dokler lahko vzdržuje družinske in prijateljske vezi, je kakovost njegovega življenja zagotovo veliko večja v domačem okolju kot v institucionalnem. Ko pa nastopijo zdravstvene težave, ko izgubi samostojnost in postane odvisen od drugih, se poslabša tudi kakovost njegovega življenja in je zato zanj veliko bolj primerno institucionalno varstvo, s ciljem, da bi ohranil človeško dostojanstvo, varnost, zdravje in dobil pomoč pri zadovoljevanju vseh človeških potreb. Samostojno in kakovostno bivanje v starosti pomeni, da posameznik lahko izbere sebi najbolj ustrezno obliko bivanja in zadovoljevanja življenjskih potreb – ali bo živel v svojem okolju ali znotraj institucije.

Hlebec (2009) navaja, da v Sloveniji družinski člani opravljajo precej več oskrbe in nege starejših ljudi kot ustanove in programi javne mreže. Po Hlebec (2009) mora družba na najrazličnejše načine skrbeti za svoje starejše ljudi, tako da bi mogli čim dlje ostati v tistem okolju, kjer so živeli in delali v svojih najaktivnejših letih, ko so bili za delo najbolj sposobni. Za uresničitev tega načela je treba organizirati različne dejavnosti. Na področju izvajanja storitev (Milavec-Kapun 2011), ki zagotavljajo varstvo starejših, spadajo storitve pod dve resorni ministrstvi, in sicer Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve, pod okriljem katerega se izvajajo socialnovarstvene storitve, in Ministrstvo za zdravje, pod okriljem katerega se izvajajo zdravstvene storitve. Storitve se izvajajo v institucijah zdravstvenega in socialnega varstva ter na domu. Za kakovostno starost s svojimi socialnovarstvenimi in zdravstvenimi storitvami v Sloveniji skrbijo javni zavodi (domovi starejših, zdravstveni domovi, centri za socialno delo), zasebni zavodi za institucionalno varstvo in oskrbo na domu in nevladne organizacije (društva upokojencev, Rdeči križ, Karitas, centri za pomoč na domu, Društvo za izobraževanje za tretje življenjsko obdobje ipd.) Storitve za starejše razdelimo na institucionalne, ki zajemajo tri oblike institucionalnega varstva, in sicer dnevne centre, varovana oziroma oskrbovana stanovanja za starejše in domove za starejše, in neinstitucionalne.

Po Hlebec (2010, 766) med neinstitucionalne oblike pomoči za zagotavljanje kakovostnejšega življenja starejšim v njihovem bivalnem okolju sodijo pomoč/oskrba na domu, zdravstvena nega na domu in centri za pomoč na domu na daljavo. Cilj programa pomoči oziroma oskrbe na domu je doseči, da bi starejši ljudje čim dlje ostali v domačem okolju in se čim kasneje odločili za odhod v institucionalno obliko bivanja. Namen programa je zagotoviti čim višjo kakovost življenja in vključenost starejših v socialno okolje ter preprečevanje socialne izoliranosti. Pomoč na domu je torej program socialnih storitev, ki je namenjen izboljšanju kakovosti življenja ljudi, ki živijo doma, ki zaradi bolezni ne morejo v celoti skrbeti zase in katerim družina ni zmožna zagotoviti potrebne oskrbe. Hkrati lahko z občasno organizirano pomočjo ohranjajo zadovoljivo duševno in telesno počutje ter lahko funkcionirajo v znanem bivalnem okolju, tako da jim vsaj za določen čas ni potrebno institucionalno varstvo v zavodu, v drugi družini (vzporednica rejniški družini za otroke) ali v drugi organizirani obliki. Ramovš (2013) opisuje dnevno varstvo za starejše ljudi po obliki podobno varstvu predšolskih otrok v vrtcih. Namenjeno je starejšim ljudem, ki so v domači oskrbi, toda čez dan, ko so drugi družinski člani v službi ali v šoli, niso zmožni živeti sami. Za ta čas odpelje družina svojega starejšega člana v dnevni center, kjer je zanj poskrbljeno glede prehrane, čistoče, varstva, razvedrila, počitka in morda še za druge potrebe.

Varovana stanovanja (Hojnik-Zupanc 1999) so prilagojena individualna stanovanja brez arhitekturnih ovir, opremljena s telefonom za klic v stiski in povezana z dežurno službo 24 ur na dan. Namenjena so predvsem bolnim in oslabelem starejšim ljudem, ki potrebujejo redno gospodinjsko pomoč in pomoč pri osebni negi.

Dolšak (2010) opisuje, da institucionalno varstvo starejših ljudi opravljajo domovi za starejše, za osebe, starejše od 65 let, in druge osebe, ki zaradi osebnih stisk, težav zaradi starosti, bolezni ali drugih razlogov ne morejo živeti doma. Bivanje v domu je oblika življenja v zavodu, ki uporabnikom nadomešča ali dopolnjuje funkcijo doma ali lastne družine. Obsega osnovno oskrbo, socialno oskrbo in zdravstveno varstvo po predpisih s področja zdravstva.

Imperl (2012) meni, da je za mnoge nastanitev v domu za starejše edina izbira, ko oslabijo in ne morejo več skrbeti sami zase. Mnogi starejši ljudje vidijo dom kot zadnjo postajo v življenju in kot znak izgube svoje neodvisnosti. Tisti, ki so bili doma osamljeni, potrebni pomoči in so se za bivanje v instituciji odločili sami, pa se v domu dobro počutijo in najdejo nove prijatelje. Poleg zdravstvene nege in oskrbe v domovih organizirajo družabne prireditve, srečanja, izlete, piknike. Stanovalce vključujejo v načrtovanje in oblikovanje strukture dneva, pri čemer upoštevajo njihove nekdanje aktivnosti in interese. Kako starejši ljudje prispevajo h kakovosti svojega življenja, je veliko odvisno od njih samih, njihove osebne zaznave in ranljivosti, izkušenj, prepričanj, ki so si jih izoblikovali v življenju, od njihovega psihičnega in fizičnega zdravja ter okoliščin, v katerih živijo.

Pričakovanja prihajajočih generacij starih ljudi bodo po Kovač (2013, 2) vse večja. Tako se domovi za starejše srečujejo z vse večjimi zahtevami, morajo pa tudi skrbeti za neprestano izboljševanje in kakovost opravljenih storitev. Značilnosti kakovostnih storitev so: dostopnost, profesionalnost, sposobnost in znanje zaposlenih, zaupanje, zanesljivost, diskretnost in odgovornost za potrebe in želje stanovalcev. Visoka kakovost storitev bo dosežena takrat, ko bo čim manjši razkorak med predpisanim (standardiziranim) in dejanskim stanjem izvajanja storitev. Vsak dom želi stanovalcem zagotoviti, da živijo samostojno življenje, kar pa je v veliki meri odvisno od posameznikove psihofizične sposobnosti.

Imperl (v Kovač 2013) zagovarja stališče, da je treba pri stanovalcih spodbujati čim večjo samostojnost pri opravilih, katera še zmorejo, jim omogočiti zasebnost in občutek varnosti, hkrati pa zagotavljati možnosti nadzora.

Belič (v Kovač 2013) meni, da imajo različne oblike pomoči starejšim ljudem namen nadomeščanja doma in družine. Poleg zadovoljevanja materialnih potreb je pomembno tudi zadovoljevanje nematerialnih, preprečevanje osamljenosti in zagotavljanje polnega doživljanja starosti.

Leskovic (v Tavželj 2011) ugotavlja, da pomeni življenje v instituciji za starejše ljudi povsem nov način življenja, spremenjeno okolje, srečevanje z novimi priložnostmi in tveganji. Vsi starejši ljudje si želijo preživeti starost doma, v lastnih gospodinjstvih. Odhod v dom za starejše je v veliki večini primerov izhod v sili, ko doma ni več mogoče zagotavljati dovolj pomoči. Institucija po definiciji ne more zagotoviti domačega okolja. To je prostor, kjer se srečujejo različni ljudje, ki so si tuji, deliti pa si morajo bivalne prostore, interesne dejavnosti in tudi osebje. Institucionalni red jim omejuje osebno svobodo in kontrolo nad lastnim življenjem. S tem povečuje stopnjo njihove odvisnosti. Osebna kontrola je odločilna pri premagovanju raznih situacij v kolektivni obliki bivanja. Stanovalci v instituciji najtežje sprejmejo nove prostore, tuje ljudi in odvisnost od osebja.

Avtorica Jana Mali (2008) navaja, da so stari ljudje, ki živijo v domovih za stare, dvojno stigmatizirani. Prvič, ker so stari, in drugič, ker živijo v instituciji, ki v družbi nima ugleda. Bivalno okolje tako v fizičnem kot doživljajskem smislu vpliva na doživljanje staranja in starosti. Kontos (v Mali 2008) govori o dinamičnem procesu med telesom, doživljanjem bivanja in prostorom, v katerem živimo. Dialektični proces med družbeno oblikovanimi prepričanji in psihološkim procesom staranja vpliva na sprejemanje in doživljanje bivalnega prostora. Od tod pri starih ljudeh tudi odpor do odhoda v dom, saj ne gre zgolj za preselitev in zamenjavo bivalnega prostora, temveč tudi za odhod stran, med ljudi, ki so zgolj odvisni od pomoči drugih na poti iztekanja življenja. Ljudje doživljamo starost v določenem okolju in bivalnem kontekstu, navadno najraje v okolju, ki je produkt naše dejavnosti in našega delovanja. Ker smo ga ustvarili sami, ima za nas neprecenljivo vrednost. Ko star človek zapusti dom in odide v institucijo, sprememba življenjskega okolja vpliva tudi na njegovo doživljanje starosti.

Malijeva (2004) meni, da ima na kakovost življenja v domovih za starejše velik vpliv samoiniciativnost starejših ljudi ter ohranjanje prejšnjega načina življenja in s tem zadovoljevanje in upoštevanje njihovih individualnih potreb in želja, kajti to jim daje občutek samostojnosti. Obenem pa meni, da je kakovost življenja v domu odvisna od večslojnih odnosov, ki tvorijo odnosni sistem. Ti odnosi so med samimi stanovalci, med stanovalci in zaposlenimi, med stanovalci in njihovimi svojci, med zaposlenimi in svojci stanovalcev ter med samimi zaposlenimi. Kakovost življenja starejših je tudi vizija vsakega doma za starejše, ki zajema ne le zavzemanje za kakovost zdravja, temveč tudi kakovost bivanja, kakovost varnosti in blaginje. Stanovalci morajo za kakovostno življenje v domovih za starejše uporabljati življenjski optimizem, veselje do življenja, samostojnost in človeški pristop do zaposlenih.

Zdravstvena nega na domu (Dolšak 2010, 52) se izvaja v okviru patronažnega varstva. Izvajalci storitev so zdravstveni domovi in zasebni izvajalci zdravstvene nege in patronažnega varstva na domu. Izvaja se tudi neakutna bolnišnična obravnava (obsega zdravstveno nego, podaljšano bolnišnično zdravljenje in paliativno oskrbo) na sekundarni ravni v negovalnih oddelkih in podaljšanem bolnišničnem zdravljenju. Danes mnogo starejših ljudi po odpustu iz bolnišnice nima zagotovljene domače oskrbe niti prostora v socialnem zavodu, zato je idejno zasnovana negovalna bolnišnica kot bolnišnica za neakutno oskrbo predvsem starejših ljudi. Bolnišnica opravlja dejavnost zdravstvene nege pacientov, ki zaradi splošnega zdravstvenega stanja potrebujejo zdravstveno nego.

Centri za pomoč na domu, ki nudijo storitve pomoči na daljavo, se razvijajo s pomočjo telekomunikacijske tehnologije, navaja Tišma (2003). Center je organizacijska celota, ki predstavlja organiziran sistem storitev za starejše, bolne in invalidne osebe na njihovih domovih, ustanovljen za prostorsko obvladljivo območje. V okviru centra se načrtujejo, organizirajo, izvajajo in nadzirajo socialne in zdravstvene storitve na domu, center pa omogoča daljše in samostojnejše bivanje v lastnem okolju, prispeva k večji kakovosti življenja ter dostopnosti in kakovosti socialnih storitev, s telekomunikacijskimi sredstvi omogoča dostop do nekaterih socialnih in drugih servisov, in sicer neodvisno od geografske oddaljenosti.

H kakovosti življenja starejših po Lužar (2010) prispevajo tudi:

- društva upokojencev, ki skušajo zadovoljevati čim širše interese upokojenk in upokojencev, ohranjajo in izboljšujejo kakovost življenja na vseh področjih, aktivno delujejo za razvoj celotne družbe ter spodbujajo druženja in s tem premagovanje osamljenosti, skrbijo za medgeneracijsko sožitje in ohranjanje solidarnosti med prebivalci Slovenije;
- zasebni zavodi, neprofitne in nevladne organizacije za izvajanje pomoči in nege na domu (v Kočevju Zavod Jutro);
- zasebni zavodi, ki se ukvarjajo z institucionalnim varstvom oziroma oskrbo na domu;
- nevladni organizaciji Rdeči križ in Karitas v svojih dejavnostih namenjata tudi pomoč starejšim;
- Univerza za tretje življenjsko obdobje, ki deluje kot nekakšna delavnica za dejavnejša poznejša leta življenja;
- športni in rekreativni programi, programi za potovanja in počitnice.

Kakovost življenja (Lužar 2010) v starosti je torej precej odvisna od nas samih in od naših aktivnosti. Zelo pomembno je, da imamo vse življenjske hobije in da se neprestano učimo. Sodobna medicina nam kljub boleznim omogoča živeti dlje in kakovostnejše. Primerna telesna aktivnost, ustrezna prehrana in socialna vključenost so elementi, ki nam omogočajo kakovostno življenje v starosti.

Psihologinja Ingrid Russi Zagožen (1999), ki se ukvarja tudi s psihologijo umiranja, smrti in žalovanja, zagovarja dejstvo, da se moramo pripraviti tudi na smrt in da je ta priprava eden izmed pogojev za kakovostno starost. Malo ali nič se ne pripravljamo na svojo drugo polovico življenja: na starost, upokojitev in ne nazadnje na smrt. Starost je zadnje življenjsko obdobje pred neizbežno smrtjo. Smrt in druge izgube (na primer izguba zdravja, samostojnosti, socialnega položaja) postanejo v življenju starejših ljudi normalne, in ne več izjemni dogodek, postanejo del vsakdana.

2.8 Storitev za starejše v Kočevju

Ker se v empiričnem delu raziskovalnega dela diplome osredotočam na kakovost življenja starejših ljudi v Kočevju v nadaljevanju predstavljam, katere storitve jim ponuja občina Kočevje.

2.8.1 Občina Kočevje

Občina Kočevje je z namenom sofinancirala tečaje, ki so povezani tudi s starejšimi prebivalci, kot so na primer tečaj prostovoljstva, tečaj usposabljanja za medgeneracijsko druženje s starejšimi ljudmi in tečaj za družinske oskrbovalce. Prostovoljstvo je delo, posebna vrednota, ki jo je treba spodbujati in ohranjati med vsemi ljudmi. Družinske oskrbovalce imenujemo svojce, ki brezplačno najmanj pet ur tedensko skrbijo za svoje stare družinske člane. Med družinske oskrbovalce štejemo tudi sosede, prijatelje, prostovoljce in druge neformalne in brezplačne oskrbovalce na domu.

Občina Kočevje je tudi prevzela izvajanje investicije dokončanja dementnega oddelka Doma starejših občanov Kočevje v imenu države ter se zavezala, da jo bo izvajala po svojih najboljših močeh.

Na pobudo in v sodelovanju z Društvom upokojencev Kočevje in Občino Kočevje je Podjetje za usposabljanje in zaposlovanje invalidov, d.o.o. »ŽELVA« Ljubljana odprlo DNEVNO VARSTVO STAREJŠIH v Kočevju, Reška cesta 5. Da je to potrebno, je večkrat opozorilo

društvo upokojencev, in ker samo ni zmoglo ustanoviti takšnega centra za varovanje starejših, je podalo pobudo »Želvi«, da pristopi k uresničitvi te ideje. Stroške izvajanja programa financirata Zavod RS za zaposlovanje in Občina Kočevje in je za uporabnike brezplačen. Program vsebuje vse elemente in aktivnosti za vzdrževanje in ohranjanje telesnih in duševnih potencialov posameznika s pomočjo njegove aktivne vloge v skupini. S prilagojeno telesno aktivnostjo, miselnimi dejavnostmi in prostočasnimi aktivnostmi, kot so ročna dela, branje, računalništvo, obiskovanje gledaliških, filmskih in drugih prireditev, sprehodi in uporaba fitnes opreme ter balinišča, vam polepšajo dan.

Občina sodeluje z zavetiščem za brezdomce preko socialne službe in društva Šent, zagotavlja sredstva Rdečemu križu, dogovarjajo se za brezplačno ambulanto za socialno ogrožene. Na skoraj 50 m² so uredili stanovanje za brezdomce, ki pa ni klasično, temveč le omogoča brezdomcem, da se oprhajo, obedujejo, operejo perilo ali se družijo, čeprav imajo morda kje drugje streho nad glavo, tisti, ki je nimajo, pa so stanovalci zavetišča. Vsi začasni stanovalci (trenutno so štirje) razen enega, ki je upokojen, prejemajo socialno pomoč, 40 evrov pa prispevajo za mesečne položnice. S preostalim denarjem poskrbijo za nakup hrane in higienskih potrebščin, sami pa tudi pospravljajo in kuhajo (Občina Kočevje).

V Kočevju delujejo nekatere oblike vključevanja in oskrbe starejšega prebivalstva. Te oblike so: Dom starejših občanov, Zdravstveni dom, zasebne ambulante, Zavod za pomoč in nego na domu, Center za socialno delo, Društvo upokojencev, Društvo invalidov, Tretja življenjska univerza, Občina, humanitarna združenja (na primer Rdeči križ, Karitas, Društvo varnega zavetja, Zavetišče za brezdomce), Šent in razna druga oblika združevanja glede na interese starejših. Mali (2008) meni, da je skrb za starejše ljudi v Sloveniji danes izrazito institucionalno usmerjena, kaže pa, da bo življenje starejših ljudi tudi v prihodnje vezano na institucije za starejše ljudi. Zato najprej predstavljam Dom starejših občanov Kočevje.

2.8.2 Dom starejših občanov Kočevje

Leta 1986 je bil ustanovljen javni zavod Dom starejših občanov Kočevje (DSO Kočevje) za dve upravni enoti, in sicer Kočevje in Ribnica. Dom nudi celodnevno oskrbo 160 stanovalcem, v izgradnji pa je še prizidek za oskrbovance z demenco. V prostorih doma se izvaja vsakodnevno institucionalno varstvo starejših, zdravljenje in zdravstvena rehabilitacija, zdravstvena nega ter specialistična zdravstvena dejavnost. Za prebivalce Kočevja in bližnjo okolico nudi dom tudi dostavo kosil na dom.

Dom nudi osnovno, socialno in zdravstveno oskrbo. V domu imajo domsko zdravnico, ki je zasebnica in dela v domski ambulanti ob torkih in petkih dopoldne. Redno prihaja zdravnik psihiater. Fizioterapija je dejavnost, ki se ukvarja tako s posameznikom kot tudi z različnimi skupinami, katerih zdravje je ogroženo ali že prizadeto oziroma pri katerih je že motena funkcija sistemov. Delovna terapija v Domu starejših občanov Kočevje z različnimi pristopi in metodami dela spodbuja stanovalce k aktivnemu življenju in jim nudi primerno preživljanje prostega časa. Dom izvaja tudi dodatne dejavnosti, ki so namenjene stanovalcem in starejšim iz okolja, in sicer prehranjevanje v domu ali odnašanje obrokov, pranje, likanje perila in šivanje, frizersko dejavnost, ki jo izvaja zasebnica, pedikuro, izobraževalno in sprostitevno dejavnost, predavanja, delavnice.

Naslednja zdravstvena institucija, ki jo potrebujejo in uporabljajo starejši ljudje v Kočevju za zdravstvene potrebe, je zdravstveni dom.

2.8.3 Zdravstveni dom Kočevje

Zdravstveni dom Kočevje je javni zavod, ki izvaja vse oblike zdravstvenega varstva na primarni ravni za vse prebivalstvo: diagnostiko, spremljanje zdravstvenega stanja prebivalcev, diagnostične storitve, specialistično ambulantno dejavnost, terapijo, rehabilitacijo, preventivo, zobozdravstveno dejavnost, fizioterapijo, zdravstveno vzgojo ter svetovanje za ohranitev in krepitev zdravja, nujno medicinsko pomoč, 24-urno zdravstveno varstvo in patronažno varstvo. Med dejavnostmi, ki jih ljudje s potrebo po dolgotrajni oskrbi najbolj uporabljajo, je prav patronažna služba, ki spodbuja ljudi k skrbi za lastno zdravje in izvaja zdravstveno nego na domu. Starejše prebivalstvo je zaradi svojega zdravstvenega stanja (kronične bolezni, poškodbe) pogosto deležno storitev zdravstvenega doma in patronažne službe. Starejši ljudje se lahko odločajo med ambulantami v Zdravstvenem domu Kočevje in zasebnimi ambulantami, ki jih je na razpolago dovolj. V Kočevju deluje šest zasebnih ambulant splošne ali družinske medicine, ki si jih lahko izberejo mladi in starejši prebivalci Kočevja. Vsi ti zasebni zdravniki so prej delovali v okviru Zdravstvenega doma Kočevje, in ko so se odločili za zasebne ambulante s koncesijo, so tudi njihovi pacienti odšli z njimi v zasebno zdravstveno varstvo, kjer so zaradi manjše gneče deležni kakovostnejše obravnave, krajšega čakanja in večjega zadovoljstva.

2.8.4 Center za socialno delo

Center za socialno delo Kočevje je javni zavod, ki med svojimi dejavnostmi opravlja tudi dejavnost za starejše prebivalstvo. Njegovo delo obsega izvajanje javnih pooblastil in nalog po različnih predpisih in podzakonskih aktih (socialno varstvo starejših občanov, informiranje in pomoč pri nameščanju v dom, vodenje postopkov pri uveljavljanju oprostitve plačila domske oskrbe, razmerja med starši in otroki, zakonska zveza, rejništvo, denarne socialne pomoči in drugo) in socialnovarstvene storitve, kot so storitve socialne preventive, storitev prve socialne pomoči, storitev pomoči družini za dom, storitev osebne pomoči, strokovne pomoči, ki je povezana z reševanjem osebnih stisk, organiziranje skupnostnih akcij za socialno ogrožene skupine prebivalstva in dodatne programe in aktivnosti.

Služba pomoči na domu je namenjena starejšim od 65 let, kroničnim bolnikom ter invalidom, in sicer z namenom, da ljudje čim dlje ostanejo v svojem domačem okolju. Izvaja jo socialna oskrbovalka centra, ki po dogovoru prihaja na dom, da razbremeni svojce in olajša tegobe, ki so se nakopičile zaradi let ali okoliščin. Služba pomoči na domu nudi različne vrste pomoči, in sicer gospodinjsko pomoč (priprava hrane, prinašanje obrokov, pospravljanje, pranje in likanje perila, nakupovanje), pomoč pri ohranjanju osebne higiene (nega telesa, menjava plenice, pomoč pri oblačenju in slačenju), pomoč pri ohranjanju osebnih stikov (druženje ob kavi, sprehodi, spremljanje k zdravniku). Storitve je treba plačati, in sicer glede na ekonomsko in socialno stanje posameznika. Najvišja urna postavka za uporabnika znaša 5,42 € na uro. Socialna oskrba na domu je strokovno voden proces, v katerem odgovorno sodelujeta dva izvajalca, upravičenec, ključni in odgovorni družinski člani ter izvajalci drugih strokovnih služb. Storitve se prične izvajati na zahtevo upravičenca in vsebuje dva dela. Prvi del pomeni pripravo na izvajanje storitve, sklenitev dogovora ter izvedbo vseh potrebnih srečanj med izvajalci in posameznikom ali družino, drugi del pa zajema neposredno izvajanje storitve. Strokovna priprava izvajanja storitve v obliki analize primera, priprave dogovora in kontaktov z udeleženci v procesu nudenja pomoči traja v povprečju 10 ur. Samo izvajanje storitve traja do 4 ure dnevno oziroma do 20 ur tedensko. Socialna oskrba na domu se izvaja po metodi socialnega dela s posameznikom in družino na domu in metodo socialnega dela s skupnostjo. Ob dogovoru določimo ključnega družinskega člana, na katerega se lahko obračamo, sledi pa obisk strokovne delavke, skupaj z oskrbovalko, da se domenimo za najboljšo možno rešitev v obojestransko zadovoljstvo.

2.8.5 Jutro, Zavod za pomoč in nego na domu

Jutro, Zavod za pomoč in nego na domu (Zavod Jutro) je neprofitna in nevladna organizacija, ki ima od prvega maja 2001 z Občino Kočevje sklenjeno koncesijo za izvajanje pomoči na domu. Pomoč na domu je izveninstitucionalna oblika varstva, ki omogoča starejši in invalidni populaciji, da ob organizirani pomoči na domu ostane v svojem socialnem in lokalnem okolju čim bolj avtonomna in se začasno odloči potreba po institucionalnem varstvu.

Namen pomoči na domu je nadomeščanje dnevnega ali celodnevnega institucionalnega varstva, priprava na vključitev v institucijo, pomoč družinskim članom (svojcem uporabnika), dodajanje mreže pomoči za življenje, vključevanje v družbo – širitev socialne mreže uporabnikov, svetovanje, informiranje tistih uporabnikov, ki nimajo ali ne znajo poiskati ustreznih informacij. Socialna oskrba na domu je namenjena upravičencem, ki imajo zagotovljene bivalne in druge pogoje za življenje v svojem bivalnem okolju, a se zaradi starosti ali hude invalidnosti ne morejo oskrbovati sami, njihovi svojci pa take oskrbe in nege ne zmorejo ali zanje nimajo možnosti. Uporabniki storitve pomoči na domu so osebe, stare nad 65 let, ki so zaradi starosti ali pojavov, ki spremljajo starost, nesposobne za samostojno življenje, osebe s statusom invalida, druge invalidne osebe, kronično bolne osebe brez statusa invalida in hudo bolni otroci ali otroci s težko motnjo.

2.8.6 Društvo upokojencev Kočevje

Društvo upokojencev Kočevje je prostovoljno, nestransko, humanitarno, stanovsko interesno združenje starostnih, invalidskih, družinskih in kmečkih upokojencev, ki se združujejo zaradi skupno določenih interesov. Ustanovljeno je bilo leta 1950. Društvo deluje na območju občine Kočevje in zajema šest krajevnih skupnosti. Namen delovanja društva je medsebojno povezovanje članov za uspešnejše uresničevanje zastavljenih ciljev, spodbujanje splošne dobrotelosti in humanitarne dejavnosti ter razvijanje raznih oblik prostovoljne družbene pomoči in samopomoči med starejšimi, zastopanje interesov starejših pred oblastvenimi ter drugimi organi in organizacijami, spodbujanje rekreacijskih, športnih, kulturnih, izobraževalnih in drugih družabnih srečanj in prireditev ter s tem ohranjati in krepiti socialno mrežo upokojencev in starejših, opravljanje drugih aktivnosti z namenom koristne izrabe prostega časa upokojencev oziroma članov društva. Član društva je lahko vsak upokojenec, izjemoma tudi starejši ljudje brez statusa upokojenca.

Stalne komisije društva upokojencev so komisija za gospodarska in stanovanjska vprašanja, za kulturo, prireditve in izletniško dejavnost, za šport in rekreacijo, za socialne in humanitarne zadeve. Polnih sedem let od 25 do 30 prostovoljk in prostovoljcev svoj prosti čas namenja starejšim in jih obiskuje na domu, nudi raznovrstno pomoč, izjemnega pomena je tudi druženje, saj so nekateri starejši zelo osamljeni. Vsako leto opravijo od 600 do 800 takšnih obiskov.

Razmere v družbi se spreminjajo in starejši zdaj še bolj kot kdajkoli prej potrebujejo pomoč. Pokojnina kot glavni vir dohodkov skoraj večine upokojencev že nekaj let stagnira. Za isti denar dobimo vedno manj, in tudi s tem je treba preživeti. Za še večjo možnost nudenja pomoči starejšim je Društvo upokojencev Kočevje storilo korak naprej in pridobilo status humanitarne organizacije.

Društvo upokojencev Kočevje je k opravljanju humanitarnega dela pristopilo leta 2007 v krovni organizaciji Zveze društev upokojencev Slovenije in v projektu »Starejši za starejše za boljšo kakovost življenja doma«. Najstarejši člani v društvu so v starosti nad 85 let, to so člani, ki se ne morejo več udeleževati drugih aktivnosti društva, na primer izletov, prireditev ipd. (Društvo upokojencev Kočevje).

2.8.7 Društvo invalidov Kočevje

Populacija starejših nad 65 let, ki so invalidi, se lahko vključujejo tudi v Društvo invalidov Kočevje, v katerega so sicer vključeni vsi invalidi, ne glede na starost. Društvo invalidov Kočevje, ki v občini Kočevje aktivno deluje in skrbi za invalidne osebe od leta 1974, je prostovoljno, neodvisno, samostojno, nestransko in nepridobitno združenje, v katero se združujejo invalidi zaradi ugotavljanja, zagovarjanja in zadovoljevanja svojih potreb, medsebojne pomoči ter uresničevanja in zastopanja svojih potreb interesov.

Namen društva je zastopanje interesov delovnih invalidov in oseb s telesno okvaro. Društvo s svojim delovanjem ustvarja takšne pogoje v družbi, da invalidi ne čutijo izključenosti in diskriminacije. Veliko pozornost namenja večji gmotni, socialni in pravni varnosti invalidov ter skrbi za socialno integracijo in dobro zdravstveno počutje.

Ob izvajanju načrtovanih dejavnosti društvo sledi ciljem organiziranega delovanja: uveljavljanje človekovih pravic delovnih invalidov in oseb s telesno okvaro, nediskriminacija delovnih invalidov in oseb s telesno okvaro, socialna pravičnost in enake možnosti za delovne invalide in osebe s telesno okvaro, spodbujanje delovnih invalidov in oseb s telesno okvaro za opiranje na lastne moči in sposobnosti, vključenost delovnih invalidov in oseb s telesno

okvaro v družbo in sodelovanje v vsakdanjem življenju, avtonomnost delovnih invalidov in oseb s telesno okvaro kot uporabnikov storitev ter ekonomsko, socialno, zdravstveno in pravno varstvo delovnih invalidov in oseb s telesno okvaro (Društvo invalidov Kočevje).

2.8.8 Univerza za tretje življenjsko obdobje Kočevje

Člani Univerze za tretje življenjsko obdobje Kočevje (Ljudska univerza Kočevje) se izobražujejo v študijskih programih, ki so zasnovani tako, da ustrezajo različnim potrebam, kot so na primer potreba po izražanju in sporazumevanju, ki je najmočnejša med vsemi, potreba po razumevanju in spreminjanju sebe in skupnosti, potreba po doživljanju lepote, potreba po dejavnem sodelovanju v skupnosti in potreba po ustvarjanju novih stikov z ljudmi. V študijskih programih se člani UTŽO naučijo tujih jezikov, pridobijo spretnosti z različnih področij umetnosti in ročnih del, spoznajo skrivnosti novinarstva, pisanja, računalništva, zeliščarstva, spoznajo tehnike pomlajevanja in samozdravljenja, spoznavajo sami sebe ali pa raziskujejo zgodovino in kulturo širše in ožje okolice. Najpogosteje se skupine srečujejo enkrat tedensko po dve pedagoški uri v dopoldanskem ali popoldanskem času. Skupine vodijo mentorji, ki imajo znanje za izbrano področje dela ter so pripravljeni spodbujati in voditi skupine članov. Za vključitev v Univerzo za tretje življenjsko obdobje Kočevje je treba izpolniti vpisni list in vplačati članarino v višini 27 € za celotno študijsko leto. Poravnana članarina omogoča brezplačen vstop na vse ponujene študijske krožke po urniku krožkov.

2.8.9 Humanitarna združenje

Območno združenje Rdečega križa Kočevje je nevladna, neprofitna in človekoljubna organizacija, ki nudi pomoč s prehrabnimi paketi, pralnim praškom in higienskimi pripomočki. Z oblačili in obutvijo pomaga posameznikom in družinam, ki so v stiski, pomaga brezposelnim, osebam brez statusa, revnim starejšim osebam in vsem, ki živijo v pomanjkanju. Posreduje tudi rabljeno opremo in pohištvo. Namen programa sociale pri OZRK Kočevje je blažiti materialno stisko in socialno izključenost (Območno združenje Rdečega križa Kočevje).

Karitas je dobredelna, nevladna ustanova rimskokatoliške cerkve na Slovenskem in ima namen, da uresničuje karitativno in socialno poslanstvo cerkve. Po pomoč se na Karitas Kočevje obrnejo tako družine kot posamezniki, ne glede na starost. Največ je prošenj za plačilo položnic za nujne bivanjske stroške, nato so tu hrana in oblačila. Karitas zagotavlja

pomoč družinam, otrokom, starejšim, bolnim in invalidnim, brezdomcem, zasvojenim, materam in ženskam v stiski ter sodeluje pri mednarodni pomoči (Slovenska Karitas).

Društvo varnega zavetja je nevladna, neprofitna in človekoljubna organizacija, ki nudi pomoč in oporo ob doživljanju nasilja. Pogosto se zatečejo v zavetje tudi starejše osebe, ki doživljajo nasilje s strani zakonca ali otrok, mi je povedala dolgoletna vodja in ustanoviteljica Društva varnega zavetja ga. Jadranka Glavač.

2.8.10 Šent Kočevje

Šent (Slovensko združenje za duševno zdravje) je nevladna in neprofitna organizacija, namenjena posameznikom s težavami v duševnem zdravju, njihovim sorodnikom in strokovnjakom, ki delajo na področju duševnega zdravja, ter vsem, ki jih to področje zanima. Njegovi poslanstvi sta socialna in psihološka rehabilitacija ljudi z duševnimi stiskami ter ustvarjanje novih delovnih mest za težje zaposljive ljudi. Omejitev pri starosti uporabnikov ni, tako da so dobrodošli tudi starejši posamezniki. V dnevnem centru Šent Kočevje izvajajo različne delavnice za osebnostno rast, delavnice angleščine, filmske, kuharske, kreativne in šiviljske delavnice itd. V okviru dnevnega centra so uporabnikom na voljo razne brezplačne športne aktivnosti – kegljanje, badminton, namizni tenis, joga, pohodi, ki jih vodijo prostovoljci. Lahko pa se pride kar tako, na klepet, kavico ali igro družabnih iger. Na ravni lokalne skupnosti skušajo izvajati razna strokovna izobraževanja za širšo javnost, za osebe s težavami v duševnem zdravju in njihove svojce.

2.8.11 Neformalne mreže pomoči

Neformalne mreže sestavljajo ljudje, ki so del socialne mreže ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo. V tej neformalni mreži ljudi so pomembni družinski člani, bližnji, sorodniki, sosedje, prijatelji in tovariši, znanci, vrstniki in prostovoljci, ki niso del javnega, zasebnega ali prostovoljnega sektorja. Veliko starejših ljudi v Kočevju je včlanjenih še v razna druga društva z ozirom na njihove interese.

3 EMPIRIČNI DEL

Izhodišče kvalitativne raziskave so predvsem stvarni, praktični, vsakdanji problemi ljudi. Izbral sem problem, ki je pomemben prav za vse ljudi, in sicer kakovost življenja v starosti. Vedno več se v javnosti govori o podaljševanju življenjske dobe, vedno večjem številu starejših ljudi in njihovi kakovosti življenja. Znano je tudi, da veliko upokojenih ljudi težko živi z nizkimi pokojninami. Zato sem uvodoma z anketnimi vprašalniki naredil kvantitativno raziskavo o kakovosti življenja starejših ljudi v Kočevju in potem še obsežnejšo kvalitativno raziskavo s strukturiranimi intervjuji. Intervjuval sem 20 starejših ljudi nad 65 let, med katerimi sta enakomerno zastopana oba spola. Pri strukturiranem intervjuju je bil proces pridobivanja podatkov poenoten pri vseh, vsi udeleženci so odgovarjali na enaka vprašanja. V nadaljevanju bom za vse udeležene osebe, torej uporabnike in uporabnice v raziskavi, ne glede na spol uporabljal izraz udeleženec. V raziskavi me je zanimalo, kako kakovostno živijo starejši ljudje v Kočevju in kaj jim predstavlja kakovost življenja. Anketne vprašalnike in intervjuje sem opravil sam v obdobju od januarja 2015 do konca leta.

3.1 Raziškovalna vprašanja

1. Ali starejši ljudje nad 65 let v Kočevju živijo kakovostno življenje?
2. Kako vpliva višina pokojnin na kakovost njihovih življenj?
3. Katere dimenzije kakovosti življenja izpostavljajo kot najpomembnejše udeleženci sami?

Z intervjuji sem dobil odgovore na vsa tri raziskovalna vprašanja. Z anketo sem pridobil demografske podatke in predvsem odgovore na tretje raziskovalno vprašanje.

3.2 Vzorec

V vzorec intervjuja je bilo vključenih 20 udeležencev – 10 moških, od tega 5 neuporabnikov in 5 uporabnikov storitev pomoči na domu, in 10 žensk, od tega 5 uporabnic in 5 neuporabnic storitev pomoči na domu. Udeleženci so bili stari od 65 do 87 let. Vzorec udeležencev v raziskavi sem namensko zbiral tako, da je bilo enako število moških in ženskih. Uporabnike in neuporabnike storitev pomoči na domu sem izbral s predpostavko, da so uporabniki storitev pomoči v primerjavi z neuporabniki bolj prikrajšani pri kakovosti življenja, saj sami ne

zmorejo funkcionirati v svojem domačem okolju, in tako dobil realno sliko o kakovosti življenja starejših ljudi v Kočevju. Tudi odgovori na raziskovalna vprašanja med uporabniki in neuporabniki so se v skladu s to predpostavko razlikovali med seboj.

Udeleženci so bili seznanjeni, da jih intervjuvam za namen raziskave v okviru priprave diplomskega dela. Pri pridobivanju udeležencev za intervju sem več časa potreboval za dogovor glede izvedbe intervjuja pri uporabnikih storitev pomoči na domu v primerjavi z neuporabniki storitev pomoči na domu. Razlog gre pripisati dejstvu, da so uporabniki bolj občutljivi in težje dostopni za sodelovanje v intervjuju, medtem ko so bili neuporabniki bolj dostopni in zainteresirani za sodelovanje pri raziskavi.

Podatke, pridobljene z anketnim vprašalnikom, sem analiziral s statističnim programom SPSS, podatke, pridobljene z intervjuji, pa s kodiranjem, da bi tako dobil odgovore na zastavljena raziskovalna vprašanja.

3.3 Metoda

Metode raziskovanja, ki sem jih uporabil, so bile najprej kvantitativne, in sicer anketni vprašalniki z zaprtimi in odprtimi vprašanji, in kvalitativne metode s strukturiranimi intervjuji. Pri anketnih vprašalnikih in intervjujih so bila vsa vprašanja vnaprej pripravljena in za vse udeležence enaka. Najprej sem se odločil za anketni vprašalnik in pozneje za intervju, da se za lažji in bolj sproščen odnos z udeleženci najprej spoznam in jih z anketnimi vprašanji pripravim na poglobljena vprašanja v intervjuju. Cilj kvalitativnega raziskovanja z intervjuji je bil, da čim natančneje razumem opis doživljanja kakovosti življenja udeleženi v raziskavi in dobim čim bolj kakovostne odgovore na raziskovalna vprašanja. Pri vseh intervjujih so bila enaka navodila, vedno sem uporabil enak postopek beleženja odgovorov pri intervjujih, to je bil diktafon, pri vseh intervjujih je bil enak odnos med spraševalcem in udeležencem. Vnaprej pripravljena vprašanja so mi omogočila hitrejše napredovanje v pogovoru in osredotočenost na osnovno tematiko razgovora, saj so se udeleženci pogosto hitro razgovorili in oddaljili od teme spraševanja in podatkov raziskovanja. Podatki raziskovanja so opisi stanj ali vrednosti različnih značilnosti predmeta raziskovanja. Kvalitativni podatki, ki sem jih pridobil, so izraženi z besedami in stavki. Želel sem priti do vsebinsko bogatega razumevanja življenja starejših ljudi.

Z vsakim udeležencem sem se sestal osebno, posebej za anketni vprašalnik in posebej za intervju, ki je v povprečju trajal od 30 min do 1 h 30 min. Ob intervjuju sem tudi zbral vse anketne vprašalnike. Pomoč pri izbiri udeležencev v raziskavi sta mi omogočila neprofitna

organizacija za pomoč na domu Zavod Jutro in Društvo upokojencev Kočevje ter tudi moja izbira v okolici.

Predmet raziskovanja v intervjujih sem opredelil s spodaj navedenimi sklopi vprašanj (s podvprašanji v prilogi), katerih pridobljeni odgovori natančno pojasnijo najpomembnejša raziskovalna vprašanja. Vsi navedeni sklopi vprašanj se navezujejo na kakovost življenja udeležencev in njihovo zadovoljstvo:

1. Kako ste zadovoljni z življenjem po upokojitvi?
2. Kako doživljate in sprejemate upokožitev?
3. Kaj je za vas primerna pokojnina in ali jo dosegate?
4. Kaj za vas predstavlja kakovostno življenje v starosti?
5. V kakšnih bivalnih razmerah živite?
6. Ali bi bili pripravljene bivati v domu starejših občanov?
7. Na koga bi se obrnili, če bi potrebovali pomoč v vsakodnevnem življenju?
8. Koliko jedilnih obrokov dnevno imate in ali so zdravi?
9. Katere bolezni vas pestijo, ali jemljete kakšna zdravila in kaj naredite za ohranitev zdravja?
10. S čim se ukvarjate skozi teden, kaj vam največ pomeni, vam je kdaj dolgčas?
11. Kako vi doživljate krizo in ali vidite izhod?
12. Kaj bi z vašimi izkušnjami svetovali nam mladim?

3.4 Analiza anketnih vprašalnikov

Pri analizi anketnih vprašalnikov s pretvorbo surovih podatkov v pregledne tabele sem si pomagal s statističnim programom SPSS. V tabelah prikazujem nekatere pridobljene demografske in izpostavim nekatere druge pomembne podatke iz ankete. Le za podkrepitev kvalitativne raziskave z intervjuji se bom omejil na nekaj pomembnih pridobljenih odgovorov iz ankete, saj sem se o anketnih vprašanjih globlje pogovarjal tudi v intervjujih, kar bom v nadaljevanju širše prikazal v kvalitativni analizi intervjujev. Celoten anketni vprašalnik je v prilogi.

Tabela 3.1: Izobrazba udeležencev

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Višja šola</i>	1	5
<i>Srednja šola</i>	7	35
<i>Poklicna šola</i>	5	25
<i>Osnovna šola</i>	6	30
<i>Brez izobrazbe</i>	1	5
Skupaj	20	100

Največ anketirancev, 35 %, ima dokončano srednjo šolo, osnovno šolo ima dokončano 30 % anketirancev, poklicno šolo 20 %, višjo šolo 5 %, 5 % nima izobrazbe.

Tabela 3.2: S kom živite?

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Z zakoncem</i>	9	45
<i>Sam/-a</i>	11	55
Skupaj	20	100

Z zakoncem živi 45 % anketirancev, medtem ko jih 55 % živi samih.

Tabela 3.3: Kakšno je vaše zdravje?

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Slabo</i>	2	10
<i>Zadovoljivo</i>	14	70
<i>Dobro</i>	4	20
Skupaj	20	100

70 % anketirancev smatra svoje zdravje zadovoljivo, 20 % dobro in 10 % slabo.

Tabela 3.4: Ali ste telesno aktivni?

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Nikoli</i>	7	35
<i>Redko</i>	10	50
<i>Redno</i>	3	15
Skupaj	20	100

Redno telesno aktivnih je 15 %, redko 50 %, 35 % ni nikoli aktivnih.

Tabela 3.5: *Katera vrednota vam je najpomembnejša?*

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Družina</i>	5	25
<i>Zdravje</i>	15	75
Skupaj	20	100

75 % udeležencem je najpomembnejša vrednota zdravje.

Tabela 3.6: *Katera je druga vrednota, ki vam je pomembna?*

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Zdravje</i>	3	15
<i>Svoboda</i>	1	5
<i>Prijateljstvo</i>	3	15
<i>Neodvisnost</i>	1	5
<i>Ljubezen</i>	1	5
<i>Iskreno prijateljstvo</i>	1	5
<i>Družina</i>	10	50
Skupaj	20	100

Druga najpomembnejša (50 %) vrednota je družina.

Tabela 3.7: *Katera tretja vrednota vam je pomembna?*

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Denar</i>	1	5
<i>Družina</i>	1	5
<i>Ljubezen</i>	3	15
<i>Neodvisnost</i>	4	20
<i>Poštenost</i>	1	5
<i>Prijateljstvo</i>	6	30
<i>Svoboda</i>	1	5
<i>Zdravje</i>	1	5
<i>Življenje</i>	2	10
Skupaj	20	100

Tretja najpomembnejša (30 %) vrednota je prijateljstvo.

Tabela 3.8: Kakšno je vaše mnenje o položaju starejšega prebivalstva v družbi?

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Dobro</i>	3	15
<i>Dobro in slabo</i>	1	5
<i>Dobro poskrbljeni</i>	1	5
<i>Malo pozornosti, odrinjeni na rob</i>	1	5
<i>Ni dobro</i>	1	5
<i>Ni zadovoljivo, se slabša</i>	1	5
<i>Nič</i>	1	5
<i>Osamljenost, bolezen, nizek standard</i>	1	5
<i>Pozitivno</i>	1	5
<i>Slabo</i>	4	20
<i>Srednje</i>	1	5
<i>Zadovoljivo</i>	4	20
Skupaj	20	100

20 % vprašanih meni, da je položaj starejšega prebivalstva v družbi slab, enak odstotek, da je položaj zadovoljiv, 15 %, da je dober. Večina meni, da položaj ni dober.

Tabela 3.9: Ali ste zadovoljni s kakovostjo vašega življenja?

	Frekvenca (N)	Odstotek (%)
<i>Da</i>	16	80
<i>Ne</i>	4	20
Skupaj	20	100

80 % udeležencev je zadovoljnih s kakovostjo svojega življenja.

Največ udeležencev v raziskavi, 35 %, ima srednjo šolo, osnovno šolo jih ima 30 %, poklicno šolo 20 %, višjo šolo 5 %, 5 % jih nima izobrazbe. Če povzamem nekatere najpomembnejše podatke iz ankete, lahko ugotovim, da je 80 % udeležencev zadovoljnih s kakovostjo svojega življenja, niso pa zadovoljni s položajem starejših ljudi v družbi. Najpomembnejše vrednote so zdravje, družina in prijateljstvo. Njihovo zdravje je v 70 % zadovoljivo, telesno so precej neaktivni. Z zakoncem živi 45 % udeležencev, 55 % jih živi samih. Najpomembnejši odgovor na raziskovalno vprašanje iz raziskave je, da je večina udeležencev zadovoljnih s kakovostjo življenja ter da jim je zdravje največja vrednota. Raziskovalne ugotovitve iz ankete in intervjujev to potrjujejo. Že iz ankete sem dobil odgovore udeležencev na raziskovalno

vprašanje, katere dimenzije življenja so jim najpomembnejše, in odgovor, da so v večini zadovoljni s kakovostjo svojega življenja.

3.5 Kvalitativna analiza intervjujev

Vsebino intervjujev sem snemal z diktafonom, prav tako sem intervjuje po potrebi beležil v zapiskih. Posnetke sem nato prepisal v digitalno obliko in pojme označil z obarvanjem besedila. S klasificiranjem enot sem iz vsebine oblikoval pojme oziroma kode, jih med seboj povezal v kategorije in oblikoval interpretacijo ter na koncu teoretično pojasnitev. Oblikoval sem utemeljeno ali poskusno teorijo, s katero sem izrazil, kot razlaga Mesec (1998), povezano, smiselno zgodbo o tem, kaj se dogaja, zgodbo, ki zveni verjetno in ki jo lahko utemeljimo s posameznimi deli izhodiščnega besedila oziroma z besedilom kot celoto.

V zadnji fazi sem opisal še vsebinsko analizo celotne kvalitativne raziskave. Udeleženci so želeli in tudi morajo ostati neimenovani oziroma anonimni, zato sem njihove odgovore označeval s številko intervjuja. Parametri, ki so me v raziskavi zanimali, so zadovoljstvo z življenjem, ekonomski status, zdravje, bivalne razmere, aktivnosti, socialna mreža, pomoč na domu, pogled na stanje v družbi.

4 VSEBINSKA ANALIZA

Pričujoča raziskava me je pripeljala do nekaterih utemeljenih teorij, ki sem jih dobil s kodiranjem zapiskov intervjujev, in do številnih drugih podatkov, dobljenih z analizo anketnih vprašalnikov in podrobnejšo analizo intervjujev. V nadaljevanju z vsebinsko analizo, podkrepljeno z izjavami udeležencev, pojasnim in analiziram dobljene rezultate.

Starejši ljudje, običajno opredeljeni kot osebe, starejše od 65 let, so zaradi svojih številnih značilnosti ena najbolj ranljivih družbenih skupin, predvsem zaradi slabšega finančnega položaja in slabšega zdravja, kar jim preprečuje visoko kakovost življenja. Življenje po upokojitvi in nastopom starosti marsikomu pomeni veliko olajšanje, nekaterim razočaranje. Upokojitev je eden izmed pomembnih prehodov v življenju človeka, ki prinese mnogo sprememb in ki jo ljudje različno doživljajo. Večina udeležencev v moji raziskavi doživlja in sprejema upokojitev kot zadovoljstvo, saj so utrujeni od dolge delovne dobe:

(u2 2015) »Upokojitev je dobra, ker mi ni treba v službo, saj sem se nadelala.«

Eden jo doživlja kot zadnje obdobje življenja, redki so tudi razočarani:

(u4 2015) »Predčasno so me upokojili, ker me je zadel infarkt.« »Breme je.« »Prej sem bila srečnejša.«

Nekateri ne izkazujejo nobenih čustev:

(u18 2015) »Kar sem mogu sem mogu. Ker sem ... mogu je vsak it v penzijo.«

Večina udeležencev je starostno upokojenih (redki invalidsko), kar pomeni, da so delali polno delovno dobo, v povprečju od 30 do 45 delovnih let, zato nihče razen enega invalida, ki bi si še želel delati, ne pogreša službe. Nekateri so jo pogrešali le kratek čas po upokojitvi. Mnogi so samostojni in neodvisni, pomoč, ki jo nekateri uporabniki in uporabnice prejema na domu, pa je najbolj pogosto v obliki dostave kosila, čistilnega servisa in zdravstvenih uslug, s čimer so vsi zelo zadovoljni.

Kvalitativna analiza raziskave pokaže, da je večji del udeležencev subjektivno zadovoljnih s kakovostjo življenja po upokojitvi, bolj so sicer zadovoljne ženske kot moški. Pričakovano so prav vse neuporabnice pomoči na domu, ki so samostojne, zadovoljne z življenjem po upokojitvi:

(u11 2015) »Sem zadovoljna ...« **(u12 2015)** »Ja, jaz sem zadovoljna.« **(u13 2015)** »Za enkrat, dokler sem tok zdrava, sem zadovoljna s svojim dosedanjim življenjem.« **(u14 2015)** »Ja, absolutno.« **(u20 2015)** »V redu.«

Medtem moški neuporabniki pomoči na domu svoje nezadovoljstvo, predvsem zaradi nizke pokojnine, izražajo z naslednjimi besedami:

(u3 2015) »Jaz sem pričakoval več, tko da sem razočaran.« **(u5 2015)** »Dokaj.« **(u6 2015)** »Kot upokojenec še kar ...« **(u7 2015)** »Moram bit zadovoljen, ne.«

Uporabnice storitev pomoči na domu, ki so malo manj samostojne in neodvisne, so v večji meri tudi zadovoljne z življenjem po upokojitvi:

(u2 2015) »Dobro je.« **(u9 2015)** »Pravzaprav, pravzaprav sem zelo zadovoljna ...« **(u19 2015)** »Zadovoljna.« **(u16 2015)** »Kar v redu.«

Uporabniki storitev pomoči na domu so prav tako s svojim življenjem po upokojitvi zadovoljni:

(u1 2015) »V redu.« **(u15 2015)** »Na splošno sem.« **(u17 2015)** »V redu sem jast.« **(u18 2015)** »Dobro.« **(u19 2015)** »Sem.«

Ekonomski status sodi med najpomembnejše kategorije kakovosti življenja. Ena ključnih sprememb ob upokojitvi je na slabše spremenjen ekonomski status, kot so ga upokojeni imeli med zaposlitvijo. Glavni vir materialne preskrbljenosti starejših ljudi je ravno njihova pokojnina, od njene višine pa je odvisna njihova objektivna kakovost življenja. Pred upokojitvijo so najpogosteje opravljali dela z osnovnošolsko, poklicno in srednješolsko izobrazbo, le ena intervjuvanka z višješolsko izobrazbo. Udeleženci so pretežno nezadovoljni z višino pokojnine, le pet od dvajsetih jih je zadovoljnih. Enako nezadovoljne ženske kot moški predlagajo kot primerno pokojnino od 700–1000 €, nekateri bi bili zadovoljni tudi z nižjimi zneski, na primer 500 ali 600 €. Njihovi predlogi za povišanje pokojnine kažejo na to, kako zelo nizko pokojnino prejemajo in kako zelo so skromni:

(u11 2015) »Nimam primerne penzije.« »Da bi bla vsaj 600, da te položnice pokrije, da bi mal lažje zadihala.« (u3 2015) »Tok, ene 500 € bi blo dovolj in to ne dosegam.« (u15 2015) »Kokr jo mam, sem nekako zadovoljen, če pa bi blo kej več, se ne bi branu.« »Ne dosegam, 580.« »Zadostna pokojnina bi bla danes 800 €.« (u4 2015) »Primerna pokojnina, 700 €, to bi bilo komot. Kje pa, ne dosegam je, imam 380 €.« (u7 2015) »Mam najnižjo pokojnino, je premajhna.«

Dve udeleženki prejemata okrog 900 €, dva približno 800 € pokojnine in eden okrog 1000 €, medtem ko je večina udeležencev materialno ogroženih, saj živijo s pokojninami pod 600 €, kar je pod pragom revščine, zaradi česar ne morejo imeti kreditov in ne morejo varčevati, saj denar porabijo za hrano in položnice. Marsičemu se morajo tudi odpovedati, na primer oblekam, dopustom, pa tudi nenujnim življenjskim potrebščinam ipd:

(u6 2015) »Včasih se je treba tut kakšnemu dopustu odpovedat, al pa kej družga, se je treba kar odpovedat, da gre vse skup mimo.«

Kljub nizkim pokojninam razen dveh udeležencev drugi še niso koristili pomoči Rdečega križa:

(u9 2015) »/.../ dobro, tudi na ta Rdeči križ sem še šla, s tem da hčerki nisem povedala, ker mi je bilo nerodno, tut na socialno sem že šla, tam bi mi sicer ponudli pomoč, sej veste, denarno, ampak veste, pa tut nazaj vzamejo, pa bog vari, da bi jaz moji hčeri kakšne pufe pustila, to pa ne bi želela, da bi rekla pa tle moram vrnt, pa tle moram vrnt, ne to pa niti slučajno.«

Tudi pomoči Karitasa ne, menijo, da jim tega še ni treba, če pa bi bilo potrebno, nekateri pravijo, da bi sprejeli tovrstno pomoč:

(u20 2015) »Seveda bi, če bi bilo nujno, tako kot vsi ostali, ampak za enkrat je tako, kot je, hvala bogu, ni potrebe.«

Nekateri niti pomislijo ne na to, verjetno ne zaradi sramu. Zanimivo je, da vsi udeleženci na vprašanje, ali se počutijo revne, skromne ali bogate, odgovarjajo, da se počutijo skromne, nihče ni dejal, da se počuti revnega:

(u12 2015) »Prej bi rekla, da sem skromna, s tistim, kar imam, moram prit skus.« **(u5 2015)** »/.../ sem pa skromen.« **(u6 2015)** »Bom reku skromni, ker večina penzionistov je skromnih.«

Kakovost življenja predstavljajo različne kategorije, dimenzije ali vrednote. Zdravje je naša največja vrednota, je odsotnost bolezni. Zdravje je celostni skupek telesnega, duševnega, čustvenega, duhovnega in osebnega zdravja. Kar polovica udeležencev, več žensk kot moških, izpostavlja zdravje kot pomembno dimenzijo kakovosti življenja. Zdravje so izpostavile prav vse uporabnice pomoči na domu:

(u2 2015) »Dobro zdravje in finance.« **(u4 2015)** »Zdravje, zdravje in denar.« **(u9 2015)** »Zdravje in majčken večja penzija.« **(u10 2015)** »Pride bolezen, se spomniš, kok ti je blo prej, ko si bil imun.« **(u16 2015)** »Zdravje v prvi vrsti, pol pa materialne dobrine so tut v redu.«

Udeleženci vzporedno z zdravjem navajajo tudi finance, sledijo naslednje dimenzije: vključevanje v družbo, prijateljstvo, hobiji, skromnost, neodvisnost, samostojnost, aktivnost, družinsko življenje, bivalne razmere:

(u3 2015) »Glih nisem zahteven.«

Zdravje varujemo tudi z zdravo prehrano. Strokovnjaki priporočajo tri do pet obrokov uravnotežene hrane dnevno. V zvezi s prehrano zajtrkujejo skoraj vsi udeleženci, da se zdravo prehranjujejo, kar je glede na njihove pokojnine zagotovo zelo težko:

(u3 2015) »Jem petkrat na dan.« »Jabolko, jogurt, včasih kakšno sadje.« **(u9 2015)** »Včasih dva, včasih pa pet al pa več.« »Ja, za to pa skrbim, ogromno zelenjave.« »Zelo rada sadje.«
»Imam jaz tukaj zdravo prehrano.«

Za ohranitev zdravja je prav tako zelo pomembna redna telesna aktivnost starejših ljudi. Aktivnosti udeležencev za ohranitev zdravja so prilagojene njihovim telesnim zmogljivostim, večina za zdravje hodi le na sprehode, nekateri so aktivni na vrtu:

(u5 2015) »Če mam čas, grem.« »Na pohode.« »Rad delam tudi na njivi, jaz mam zemljo rad.« **(u20 2015)** »Vrt mi je pa res ko en balzam, ko eno zdravilo.« **(u8 2015)** »Ja, skor vsak dan sprehod.«

Tretjina jih je popolnoma pasivnih. Udeleženci se omejujejo pri odhodu na počitnice na morje ali v zdravilišče, redki posamezniki pa si ga le privoščijo:

(u8 2015) »Zdravilišče ja, greva vsako leto najmanj enkrat, frizerja redno.«

Od doma gredo redko, le v trgovino, k frizerju, zdravniku in na kakšen obisk. Eden se že celo življenje ukvarja s športom. Od vseh udeležencev imajo le trije zdravju škodljive razvade – dve ženski kadita, kadita tudi dva moška, od katerih eden uživa tudi alkohol.

Ena od posledic staranja se kaže na zdravju starejših ljudi, bolezen je pogosto povezana s starostjo, pa tudi z delom, ki ga je posameznik opravljal v svoji delovni dobi. Težko fizično delo je glavni dejavnik kroničnih boleznih pri starejših ljudeh. Starost s seboj prinaša različne bolezni, in analiza pokaže, da ima prav vsak udeleženec najmanj eno bolezen, večina pa jih ima tudi več, tako da nima nihče zdravja in vsi za ohranjanje zdravja uživajo zdravila, trudijo se zdravo prehranjevati:

(u14 2015) »Ortopedske težave imam.« »Jemljem za pritisk.« »Zdravila za stres jemljem.«

(u20 2015) »Ščitnico, pritisk, holesterol uravnavam s prehrano, pa neki mam za odvajanje vode tablete, srce to jemljem tablete.«

Najpogostejša bolezen je sladkorna, ki prizadene oba spola:

(u16 2015) »/.../ Sladkorna je dodatna.«

Druga pogosta bolezen je visok pritisk, sledijo pa še stres, rak, astma, prostata, želodec, prebavne težave, težave z gibali in hrbtenico, aritmija, Parkinsonova bolezen, infarkt, osteoporoza. Posledica slabega zdravja je priklenjenost na dom, omejevanje dejavnosti in aktivnosti ter povečevanje odvisnosti od svojcev, patronažne službe in raznih servisov:

(u16 2015) »Ker zdej včeraj sem mela sladkorno kontrolo, no in je prišla patronažna in mi je kri vzela.« **(u4 2015)** »Za prinašanje hrane plačam nekaj čez 100 €, to je sicer malica, ampak je dovolj kot kosilo, na dvakrat pojem, zadovoljna sem s hrano.« **(u18 2015)** »Zdaj mi Zavod Jutro hrano nosi.« **(u19 2015)** »Hrano mi vozijo iz Doma ostarelih.« »Negovalka je bla že danes pri men, mi je prinesla kavo, jogurte in napolitanke.«

Starejši ljudje iz raziskave pogosto živijo v lastnih hišah ali stanovanjih. Bivalne razmere kot kategorija kakovosti življenja vseh udeležencev so po njihovih odgovorih ustrezne in kakovostne. Več kot polovica jih živi v hišah, drugi so v stanovanjih:

(u11 2015) »Vse mam v hiši ...« »Hiša je čist nova.« **(u20 2015)** »Ja, dvosobno stanovanje, tko da super.« **(u7 2015)** »Vse. Nič nam ne manjka. Zelo smo zadovoljni.« »Hišo.« **(u19 2015)**
»S stanovanjem sem fajn zadovoljen.«

Vsi imajo dostop do javnih ustanov, nekateri še vozijo avtomobil. Nihče razen ene udeleženke nima arhitektonskih ovir do bivalnih prostorov. Tisti, ki živijo v hišah, imajo možnost vrta ali njive ter samooskrbe, medtem ko tisti, ki živijo v stanovanjih, te možnosti nimajo, saj najem zemlje predstavlja finančni strošek in dobro mobilnost.

Kakovost življenja je v veliki meri odvisna prav od kakovosti medsebojnih odnosov v družini, saj je bila družina vedno ključnega pomena za posameznika. Analiza pokaže, da večini udeležencev v vsakodnevem življenju nudi pomoč prav družina, torej sorodstvene vezi:

(u12 2015) »Na svoje, na otroke.« »Mogoče na sestro, v glavnem sorodniki.« **(u14 2015)** »Na svoje sinove in njihove žene.« **(u12 2015)** »/.../ kok naj rečem, družina, tu je ta prvu.«

Pogosto se nekateri za pomoč obrnejo izključno na zakonskega partnerja, saj jih kar devet živi v zakonski skupnosti:

(u7 2015) »Na ženo seveda, en družga rabmo.«

Drugi tudi na prijatelje, sosede in neprofitno organizacijo za pomoč na domu. Polovica udeležencev koristi usluge Zavoda Jutro. Vsi razen enega udeleženca imajo tudi zadovoljive sosedske odnose:

(u17 2015) »Zadovoljen, sosede mam dobre.«

Nihče se v svojem življenju ne počuti osamljenega, le tisti vdovskega statusa še pogrešajo in se spominjajo preminulega zakonca:

(u16 2015) »/.../ ker je zdej 6 let, kar je on umrl.«

Takšnih je kar šest udeležencev. Tudi tistih nekaj pet, ki živijo v samskem stanu ali so razvezani, ne čuti osamljenosti. Vsi so mnenja, da je v Kočevju primerno poskrbljeno za starejše ljudi.

Številni, več kot polovica, imajo hišo, zato svoj prosti čas posvečajo delu na vrtu:

(u15 2015) *».../ čiščenjem okrog hiše.« »S pohodništvom po gozdu.« »Najraje se ukvarjam s sadjarstvom.« »Jaz sem deloholik, vedno se okrog hiše kaj najde al pa na vrtu kakšno opravilo. In to z veseljem opravljam.«*

V povprečju vsi gledajo televizijo in/ali poslušajo radio:

(u13 2015) *»Rada gledam filme.« »Radio rada poslušam.« »Na njivo pogledat.« »Televizijo gledam.«*

Imajo še številne druge aktivnosti, kot so petje v pevskem zboru, branje časopisov, delo z živalmi, pikado, kvartanje, druženje na Društvu upokojencev ipd., tako da jim ni nikoli dolgčas:

(u12 2015) *»Ne, dolgčas mi ni, za enkrat še ne.«*

Po pomembnosti je vsem na prvem mestu družina:

(u10 2015) *»Največ mi pomeni, da bo sin zdrav, da se bo dobro razumel v družini.« »Sinova sreča mi je v prvi vrsti.«*

Udeleženci tudi uživajo v vlogi starih staršev. Starejši ljudje pogosto zaradi stalne odvisnosti od drugih ne morejo več živeti samostojno doma, zato nemalokrat selitev v dom starejših občanov preostane edina možna rešitev. Veliko starejših ljudi danes zapusti svoje domače okolje in življenje nadaljuje v domu starejših. Večina udeležencev, enako število žensk kot moških, izkazuje razumevanje za življenje v domu starejših občanov, če bi to bilo nujno potrebno:

(u20 2015) *»Dokler se bom lahko rihtala, bom doma, kokr bo enkrat problem nastal pri čemerkoli, grem takoj v dom.«* **(u7 2015)** *»Ja, če bi blu potrebno bi šu, zakaj pa ne.«*

Tisti, ki dom odklanjajo, pa pravijo:

(u2 2015) *»Ne, v dom starejših ne bi nikoli šla prostovoljno. Želim biti doma.«* **(u19 2015)** *»Doma.« »Hočem svoboden bit.«*

Razumljivo je, da želijo starejši ljudje čim dlje ostati v domačem okolju, saj predstavlja odhod v dom veliko in pomembno prelomnico v življenju.

Udeleženci izpostavljajo tudi nezadovoljstvo s položajem starejših ljudi:

(u4 2015) *»Čutim krizo, oni imajo krasne plače, mi majhne penzije, a moraš živet. Nihče ne vodi brigo za stare ljude, sej se da še živit, tut če si star. Kriza je zato, ker je pokradeno vse.*

Poropano, nihče ne ve, kje so bogataši.« »Izhod? Da bi vsi pošteno živeli, tisti, ki krade, v zapor pa denar vrnit.« »Ne morem svetovat, slaba prihodnost se kaže. Včasih smo vsi delali v Jugoslaviji, zdaj ne moreš vzeti posojila, nič, ne moreš ustvariti družine, kupiti stanovanje.«

Človekove življenjske izkušnje so osebno bogastvo vsakega starejšega človeka, ki v moji raziskavi svetujejo mladim, naj bodo predvsem spoštljivi in pošteni. Spoštovanje in poštenost sta po njihovem največji vrednoti in pogoja za boljšo družbo:

(u8 2015) *»Predvsem bi tako kot mojim vnukom rečem, bodte pridni, pošteni, spoštujte drug drugega.«*

Napovedi za zaposlovanje in prihodnost mladih so, kot vsi vidimo, slabe. Tudi udeleženci vidijo prihodnost mladih črnogledo:

(u20 2015) *»Smilte se mi, res, smilte se mi. Učit se, delat, čim prej službo dobit. V takem času živimo, da res se mi smilte mladina. In tu vprašanje, kakšno prihodnost imate.«* **(u3 2015)**
»Sej skor ne morš nič svetovat, sej se vsi mladi šolate pa kaj, če nimate službe.«

Pri svoji kvalitativni raziskavi in analizi intervjujev s starejšimi ljudmi v Kočevju sem opazil, da je njihovo izraženo zadovoljstvo z življenjem po upokojitvi presenetljivo visoko glede na njihovo poslabšano zdravstveno stanje in predvsem glede na slabe finance večine, ki so pod pragom revščine. To si razlagam kot posledico njihove tradicionalne vzgoje, katere so bili deležni v mladosti in ki temelji na skromnosti, spoštovanju, poštenosti in na izkušnji pomanjkanja, ki so jo izkusili v mladosti, saj so se rodili pred, med drugo svetovno vojno ali takoj po njej, ko je prevladovala revščina:

(u10 2015) *».../ sem pa celo življenje bla skromna.«* **(u5 2015)** *»Jaz sem rojen vojni otrok, sem skromen, tudi s pokojnino.«*

Iz tega razloga so se naučili biti zadovoljni s tistim, kar imajo, in sprijaznjeni s težkimi življenjskimi pogoji ter nimajo visokih pričakovanj glede kakovosti svojih življenj:

(u3 2015) *»Glih nisem zahteven, da bi reku, da zdaj pa moram na eni dobri nogi živeti, tok da mam iz mesca v mesec, da ne rabiš stiskati.«*

Pravzaprav v življenju niso nikoli živeli zelo kakovostno, ker nikoli niso prejeli visokih osebnih dohodkov (kar se vidi po višini pokojnine), zato so se naučili sprijazniti se z malim ter odpovedovanju dobrinam:

(u9 2015) *».../ stvarjem, ki bi si jih rada kupila.«*

To so se morali naučiti, ker je to prilagoditvena tehnika preživetja:

(u9 2015) »No, sej lahko povem, 466 € mam penzije, to lahko tudi napišete, za položnice mi pride tam nekje 280 €, tisto, kar ostane, imam pa za hrano, za bencin, za svoje te drobne reči, ki si jih moram kupit za obleč, pa še obvezno, obvezno moram dat na stran vsaj 20–50 evrov, zato da imam za drva, da imam za registracijo, da imam za kakšna popravila in take reči. Pol veste, da živim zelo, zelo skromno.«

Odgovor na to, zakaj so nekateri udeleženci v raziskavi kljub nizki pokojnini zadovoljni z življenjem po upokojitvi, najdem tudi v tem, da slaba polovica udeležencev živi v zakonski skupnosti in tako v dvoje lažje porazdelijo vse težave, tudi finančne, s svojim zakoncem, četudi ima zakonec prav tako nizko pokojnino in sta vsak zase finančno revna, skupaj pa gre nekoliko lažje. Za življenje z dvema pokojninama pravi en udeleženec:

(u8 2015) »No, da bi kaj posebnega privarčeval ni, je pa za eno tako sprotno normalno življenje.«

Tako zakonca ne občutita hude stiske, kot jo občutijo tisti, ki živijo sami, in iz tega razloga po mojem mnenju pravijo, da so kljub vsemu zadovoljni z življenjem. Se pa pogosto starejši ljudje s svojimi slabimi izkušnjami iz otroštva in mladosti na žalost tolažijo, da je še vedno dobro, samo da ne bo še slabše.

Znano dejstvo je, da so vsi ljudje, tudi upokojenci, ki prejemajo prejemke pod 600 €, izpostavljeni življenju pod pragom revščine, s tem se strinjajo tudi nekateri udeleženci:

(u5 2015) »So pa ljudje, ki so na robu revščine.« **(u3 2015)** »Najbolj me moti to, da tolčejo po revežih.«

To logično ne more predstavljati zadovoljstva z življenjem, saj si revni ne morejo privoščiti vseh dobrin in storitev, ki so potrebne za kakovostno življenje:

(u11 2015) »Najprej moram položnice plačat. 462 € mam pa neki drobiža. Kok razporedim? Tkole si pišem, kaj rabim. Kupujem pa samo nujne stvari.«

Prepričan sem, da nihče sebi, še manj drugemu, ne želi priznati, da je reven, in to na nek način prikriva ali pa preprosto nikoli ni izkusil kakovostnega življenja in ga zato ne pozna. Udeleženka z nizko pokojnino 462 € pravi, da ni revna, ker je po srcu bogata, čeprav v pogovoru potoži zaradi pomanjkanja denarja:

(u11 2015) »Ne, jaz mam občutek, da sem bogata.«

Še več, ljudje sploh ne poznajo vseh pravic, ki jim pripadajo kot človeku, in nezavedno trpijo, da jim jih država krši, prav tako ne upajo na boljše čase:

(u3 2015) »Ne pričakujem, da bo kdaj boljš, tega ne bomo doživeli, premalo verjamem v to državo.«

V Sloveniji po uradnih podatkih Statističnega urada (SURS 2014) pod pragom revščine živi 206.000 starejših ljudi, kar je tretjina vseh upokojencev. Tudi analiza moje raziskave govori temu v prid, saj je tri četrtine udeležencev nezadovoljnih s svojimi nizkimi pokojninami, kar potrjuje kruto resnico, da so jim zaradi revščine kršene temeljne človekove pravice. Varuhinja človekovih pravic (Nussdorfer 2014) namreč zelo natančno definira, da je »revščina in posledično socialna izključenost hud poseg v človekovo dostojanstvo in s tem kršitev človekovih temeljnih pravic«. In vendar se to dogaja pred našimi očmi.

Iz raziskave o kakovosti življenja starejših ljudi v Kočevju lahko razberem, da so udeleženci navkljub vsemu v večini zadovoljni z življenjem po upokojitvi, lahko pa tudi potrdim, da so nekaterim starejšim ljudem zaradi revščine, ki jo ustvarja človeka nedostojna pokojnina, kršene temeljne človekove pravice. Ena izmed teh kršenih pravic je zagotovo pravica do ustreznega življenjskega standarda, do katerega ima vsak človek pravico po 25. členu Splošne deklaracije človekovih pravic. Zaradi revščine imajo udeleženci poteptano človekovo dostojanstvo, do katerega smo vsi upravičeni v Ustavi Republike Slovenije (Furlan 1991), in sicer v dveh členih: 21. člen »Varstvo človekove osebnosti in dostojanstva« in 34. člen »Pravica do osebnega dostojanstva in varnosti«. Dostojanstvo je temeljna človeška vrednota, povezana s spoštovanjem in položajem v družbi, na katero se pogosto pozablja. In vsi ljudje se rodimo z enakim dostojanstvom in enakimi pravicami. Pokojnine pod pragom revščine jasno pokažejo, kakšen položaj in spoštovanje imajo upokojenci, kako poteptano je njihovo dostojanstvo, pokažejo, koliko je vreden in pomemben človek in katere človeške vrednote spoštujemo v naši državi. Upam, da se bo to spremenilo. Ne smemo odrivati starejših ljudi na rob družbe in zapostavljati njihovih življenjskih izkušenj in modrosti. Starejši imajo veliko znanja, mnogo spoznanj in izkušenj, ki bi jih družba morala bolje izkoristiti.

4.1 Primer kodiranja

Za ilustracijo prikazujem postopek oblikovanja pojmov iz empiričnih zapisov na enem izmed vprašanj v raziskavi, to je iz enot besedila, pridobljenih v postopku razčlenitve, ki sem jih uporabil v vsebinski analizi. Oblikovanju pojmov ali kodiranju sledi združevanje sorodnih pojmov v kategorije, interpretacijo in utemeljeno teorijo. Ostali primeri kodiranja so v prilogi.

1. KAKO STE ZADOVOLJNI Z ŽIVLJENJEM PO UPOKOJITVI?

A1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

(u - udeleženec/št.) Postavka - **pojmem ali koda**

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Sem zadovoljna ...« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u12 2015) »Ja, jaz sem zadovoljna.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u13 2015) »Za enkrat, dokler sem tok zdrava, sem zadovoljna s svojim dosedanjim življenjem.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u14 2015) »Ja, absolutno.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u20 2015) »V redu.« **Zadovoljstvo z življenjem**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »Jaz sem pričakoval več, tko da sem razočaran.« **Razočaranje z življenjem po upokojitvi**

(u5 2015) »Dokaj.« **Srednje zadovoljstvo**

(u6 2015) »Kot upokojenec še kar ...« **Srednje zadovoljstvo**

(u7 2015) »Moram bit zadovoljen, ne.« **Srednje zadovoljstvo**

(u8 2015) »Mislim, da sem kar zadovoljen.« **Zadovoljstvo z življenjem**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Dobro je.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u4 2015) »Slabo« **Razočaranje z življenjem po upokojitvi**

(u9 2015) »Pravzaprav, pravzaprav sem zelo zadovoljna ...« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u19 2015) »Zadovoljna.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u16 2015) »Kr v redu.« **Srednje zadovoljstvo**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »V redu.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u15 2015) »Na splošno sem.« **Srednje zadovoljstvo**

(u17 2015) »V redu sem jast.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u18 2015) »Dobro.« **Zadovoljstvo z življenjem**

(u19 2015) »Sem.« **Zadovoljstvo z življenjem**

A2 – UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Kako ste zadovoljni z življenjem po upokojitvi?«

Kategorija: *Subjektivno doživljanje*

Koda: *Zadovoljstvo z življenjem*

(u11 2015) »Sem zadovoljna ...« **(u12 2015)** »Ja, jaz sem zadovoljna.« **(u13 2015)** »Za enkrat, dokler sem tok zdrava, sem zadovoljna s svojim dosedanjim življenjem.« **(u14 2015)** »Ja, absolutno.« **(u20 2015)** »V redu.« **(u8 2015)** »Mislim, da sem kar zadovoljen.« **(u2 2015)** »Dobro je.« **(u9 2015)** »Pravzaprav, pravzaprav sem zelo zadovoljna ...« **(u19 2015)** »Zadovoljna.« **(u1 2015)** »V redu.« **(u17 2015)** »V redu sem jast.« **(u18 2015)** »Dobro.« **(u19 2015)** »Sem.«

Koda: *Srednje zadovoljstvo z življenjem*

(u5 2015) »Dokaj.« **(u6 2015)** »Kot upokojenec še kar ...« **(u7 2015)** »Moram bit zadovoljen, ne.« **(u16 2015)** »Kr v redu.« **(u15 2015)** »Na splošno sem.«

Koda: *Razočaranje z življenjem po upokojitvi*

(u3 2015) »Jaz sem pričakoval več, tko da sem razočaran.« **(u4 2015)** »Slabo.«

A3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu so vse zadovoljne z življenjem po upokojitvi. To njihovo zadovoljstvo si lahko razlagam, ker so sposobne popolnoma samostojno, brez pomoči drugih, funkcionirati v svojem okolju. Uporabnice storitev pomoči na domu so v večji meri zadovoljne z življenjem po upokojitvi, ena je srednje zadovoljna, ena pa je razočarana z življenjem po upokojitvi. Uporabniki storitev pomoči na domu so večinoma zadovoljni, le eden je srednje zadovoljen z življenjem po upokojitvi. Od neuporabnikov storitev pomoči na domu trije od petih ne izražajo ravno zadovoljstva z življenjem po upokojitvi, le srednje zadovoljni so, eden je zadovoljen, eden pa izkazuje vidno

razočaranje nad življenjem. Kategorijo »subjektivno doživljanje« sem opredelil s kodami »zadovoljstvo z življenjem«, »srednje zadovoljstvo z življenjem« in »razočaranje z življenjem po upokojitvi«.

A4 - UTEMELJENA TEORIJA: Večina udeležencev je zadovoljnih z življenjem po upokojitvi, ženske so sicer bolj zadovoljne kot moški.

V raziskavi sem si postavil naslednja vprašanja: Ali starejši ljudje nad 65 let v Kočevju živijo kakovostno življenje? Kako vpliva višina pokojnin na kakovost njihovih življenj? Katere dimenzije kakovosti življenja izpostavljajo kot najpomembnejše udeleženci sami?

Čeprav se je večina udeležencev izrazila, da so sicer zadovoljni z dejstvom, da so upokojeni, kot tudi z življenjem po upokojitvi, ne morem njihovega življenja oceniti kot kakovostnega, saj so vsi tako ali drugače zdravstveno prizadeti, vsak ima najmanj eno bolezen in uživa zdravila, večina se preživlja z minimalnimi ali ne dovolj visokimi pokojninami, ki bi jim lahko omogočale zares kakovostno življenje. Prikrajšani so za marsikaj. To nezadovoljstvo s pokojninami z izjavami očitno izrazijo, bolj to poudarijo moški kot ženske. Dejstvo je, da nizka pokojnina povzroča nekakovostno življenje, neprestano varčevanje, odpovedovanje in stres.

Udeleženci se posvečajo različnim aktivnostim, vsak po svojih zmožnostih, veliko jih dela na vrtu. Največ časa preživijo doma, saj jim je najpomembnejša vrednota družina. Prav vsi so zadovoljni le z bivalnimi razmerami, v katerih živijo. Kot najpomembnejšo dimenzijo življenja izpostavijo zdravje in na drugem mestu finance. Bolj so zadovoljni z življenjem neuporabniki storitev pomoči na domu, ki funkcionirajo popolnoma samostojno. Samostojnost v življenju je še posebej pomembna, ko opredeljujemo kakovost življenja v starosti. Bolj so zadovoljni z življenjem in njegovo kakovostjo udeleženci z višjimi pokojninami. Uporabniki pomoči na domu so najpogosteje deležni dostave hrane na dom, čiščenja stanovanja in patronažne službe. S storitvami pomoči na domu so zelo zadovoljni, manj pa s kakovostjo življenja.

Zaključujem, da bi morala družba bolje poskrbeti za kakovost življenja starejših ljudi v Kočevju in širše.

5 ZAKLJUČEK

V diplomskem delu sem skušal opisati in raziskati kakovost življenja starejših ljudi v Kočevju. V teoretičnem uvodu sem zajel spoznanja o starosti in staranju, upokojitvi, položaju starejših v družbi, kakovosti življenja, kakovosti življenja v starosti, storitvah dolgotrajne oskrbe starejšega prebivalstva in storitvah za starejše v Kočevju. V raziskovalnem delu pa sem se osredotočil na kakovost življenja upokojenih starejših ljudi nad 65 let, živečih v domačem okolju v Kočevju. Vzorec je obsegal 20 oseb, enakomerno zastopanih moških in ženskih uporabnikov in neuporabnikov pomoči storitev na domu. Najpomembnejša raziskovalna vprašanja, ki so me vodila, so bila, ali živijo kočevski starejši ljudje kakovostno življenje, kako vpliva višina pokojnine na kakovost njihovih življenj in katere dimenzije kakovosti življenja izpostavljajo kot najpomembnejše. Odgovore na zastavljena vprašanja sem tudi dobil.

Vsi si neprestano postavljamo vprašanje, kako si zagotoviti kakovostno življenje. Kako si zagotoviti kakovostno življenje v starosti pa je še toliko težje, ker imajo ljudje v starosti slabši ekonomski status kot med zaposlitvijo, slabše zdravje, kakovost življenja starejših ljudi pa lahko poslabšajo še nekateri drugi trenutki, kot so smrt zakonskega partnerja, prijatelja, sorodnika, odhod otrok od doma, odvisnost od drugih, odhod v dom starejših.

Moja raziskava je pokazala, da ekonomsko stanje, torej višina pokojnine, in poslabšano zdravstveno stanje udeležencev najbolj vplivata na kakovost življenja. Starost namreč s seboj prinaša različne bolezni, in analiza pokaže, da ima prav vsak udeleženec najmanj eno bolezen, večina jih ima tudi več, tako da nima nihče zdravja in vsi uživajo zdravila. Najbolj pogosta bolezen, ki se pojavlja, je sladkorna bolezen. Za ohranjanje zdravja skrbijo z zdravo prehrano, s sprehodi in z odpovedovanjem škodljivim razvadam. Dostop do zdravstvenih ustanov in storitev je zadovoljiv.

Večina udeležencev je nezadovoljnih z višino pokojnine, bolj sicer moški kot ženske. Več kot polovica jih je podvrženih revščini, zlasti tisti, ki živijo brez partnerja v samskem gospodinjstvu, saj prejemajo manj kot 600 € pokojnine, odpovedujejo se marsikaterim dobrinam in storitvam, medtem ko tisti z večjo pokojnino lahko tudi več storijo za doseganje in ohranjanje zdravja ter kakovosti življenja. Zelo me preseneča, da jih večina navkljub temu izraža zadovoljstvo z življenjem po upokojitvi, kar potrjuje teorijo, da kakovost življenja niso vedno le posameznikove finančne zmožnosti, ampak je kakovost povezana tudi z občutkom

zadovoljstva z lastnim življenjem. Veseli me, da ne glede na vse udeleženci ohranjajo življenjski optimizem.

Največ udeležencev izpostavi zdravje kot najpomembnejšo dimenzijo življenja ter takoj za zdravjem finance – dimenziji skupaj predstavljata temeljna aspekta kakovosti življenja. Tako mi raziskava potrjuje teorije iz uvoda, da je zdravje med najpomembnejšimi dimenzijami kakovosti življenja tudi v starosti ter da finančno stanje starejšega človeka na žalost večkrat odloča o kakovosti njegovega življenja.

Posamezniki kljub temu s svojo skromnostjo najdejo zadovoljstvo v drugih dimenzijah življenja, zato je verjetno večina udeležencev zadovoljnih z življenjem po upokojitvi, ženske so sicer bolj zadovoljne kot moški. Največ pomoči za kakovostno življenje starejšim ljudem še vedno nudijo njihove družine, ki so jim na prvem mestu po pomembnosti. Kar nekaj se jih je že soočilo z izgubo zakonca, polovica jih še živi z zakoncem, najmanjši delež je samskih. Dokler lahko starejši človek skrbi zase in za zadovoljevanje svojih potreb, dokler lahko vzdržuje družinske in prijateljske vezi, je kakovost njegovega življenja zagotovo veliko večja v domačem okolju kot v institucionalnem. Vsi udeleženci izražajo zadovoljstvo s svojimi bivalnimi razmerami oziroma življenjskim okoljem in sosedskimi odnosi, vendar prevladuje razumevanje in sprejemanje odhoda v institucionalno okolje, če bi to bilo potrebno. Več kot polovica jih živi v hišah. Vsi si seveda želijo ostati doma, dokler bodo lahko samostojni, in večina jih je samostojnih, nekaterim uporabnikom pomoči storitev na domu pripeljejo hrano na dom in očistijo stanovanje, po potrebi jih obišče tudi patronažna služba.

Večina udeležencev se zaveda pomembnosti zdrave prehrane, zato so takšne tudi njihove prehranjevalne navade, z veliko sadja in zelenjave. Udeleženci se nikoli ne dolgočasijo, imajo raznovrstne prostočasne aktivnosti, ki jih telesno in miselno ohranjajo. Najpogostejše aktivnosti so druženje z družino, delo na vrtu, gledanje televizije, poslušanje radia, branje časopisov, sprehodi, pohodi, druženje na društvu upokojencev, pevski zbori in številne druge. Večina jih ima pozitiven, zadovoljiv odnos do upokojitve. Zadovoljstvo z upokojitvijo sovпада z zadovoljstvom z življenjem. Poudarjajo, da sta v življenju najpomembnejša poštenost in spoštovanje, ki ju svetujejo mladim. Za današnjo krizo v družbi in svoje življenje krivijo politiko in menijo, da bi država morala več narediti za položaj starejših, ki so še posebej občutljiva skupina prebivalstva.

To, kar se je meni v raziskavi zdelo pozitivno za mojo osebno rast, je spoznanje, da je lahko življenje v vsakem obdobju navkljub različnim težavam lepo. Udeleženci so mi dali veliko življenjskih naukov in spoznanje, da je življenje tudi v starosti lahko še vedno enako smiselno kot v mladosti in srednjih letih ter da je življenje preprosto treba ljubiti.

6 LITERATURA

1. Akerman, Beata. 2014. Nov program o staranju. *Kakovostna starost: Časopis za gerontologijo in gerontagogiko* 17 (1): 31–40.
2. Antončič, Vojko in Katja Boh. 1991. *Premise za raziskovanje kvalitete življenja*. Dostopno prek: <http://druzboslovne-razprave.org/clanek/pdf/1991/12/1/> (12. avgust 2015).
3. Bečić, Nina. 2014. *Osebni in poklicni dejavniki, ki se povezujejo s stališči do upokojitve*. Diplomsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta, odsek za psihologijo.
4. Binstock, H. Robert in K. Linda George. 2001. *Handbook of Aging and Social Sciences*. San Diego, United States: Elsevier.
5. *Center za socialno delo Kočevje*. Dostopno prek: <http://www.csd-kocevje.si/> (12. maj 2015).
6. *Dom starejših občanov*. Dostopno prek: <http://www.dsokocevje.si/> (12. julij 2015).
7. *Društvo upokojencev Kočevje*. Dostopno prek: <http://dukocevje.si> (12. maj 2015).
8. *Društvo invalidov Kočevje*. Dostopno prek: <http://dikocevje.si/> (12. maj 2015).
9. Dalia, Susniene in Algirdas Jurkauskas. 2009. *The Concepts of Quality of Life and Happiness – Correlation and Differences*. Kaunas: Kaunas University of Technology, Panevezys Institute.
10. Dolšak, Janez. 2010. *Institucionalno varstvo starejših – neprofitna ali profitna dejavnost?* Magistrsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
11. Fennell, Graham, Chris Phillipson in Helen Evers. 1988. *Sociology of old age*. Michigan: Library of Congress Cataloging-in-Publication Data.
12. Ferenc, Tamara. 2006. *Čustva in starostniki*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
13. Filipovič Hrast, Maša, Valentina Hlebec, Duška Kneževič Hočevar, Majda Černič Istenič, Matic Kavčič, Sabina Jelenc Krašovec, Sonja Kump in Jana Mali. 2014. *Oskrba starejših v skupnosti: dejavnosti, akterji in predstave*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
14. Grošelj, Nuška. 2011. *Položaj in oskrba starejših v Republiki Sloveniji*. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta, Biotehniška fakulteta.
15. Grün, Anselm. 2010. *Visoka umetnost staranja*. Ljubljana – Celje: Društvo Mohorjeva družba in Celjska Mohorjeva družba d.o.o.

16. Gubrium, F. Jaber in A. James Holstein. 2000. *Aging and everyday life*. Oxford, London, UK. Copyright Blackwell Publishers Ltd.
17. Guttman, David. 1999. Gerontološki in logoterapevtski pristop k staranju. *Kakovostna starost* 2/2 (6–10): 7.
18. Hlebec, Valentina. 2009. *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Ljubljana: Aristej.
19. --- 2010. Oskrbe starih med državo in družino: oskrba na domu. *Teorija in praksa* 47 (4): 765–767.
20. ---, Maša Filipović in Tina Kogovšek. 2005. *Družboslovne razprave XXI* (49/50). Dostopno prek: <http://dk.fdv.uni-lj.si/dr/dr49-50FilipovicKogovsekHlebec.PDF> (25. maj 2015).
21. ---, Matic Kavčič, Maša Filipovič Hrast, Andreja Vezovnik in Martina Trbanc. 2010. *Samo da bo denar in zdravje: življenje starih revnih ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
22. Hojnik-Zupanc, Ida. 1986. *Staranje in upokojevanje v zaostrenih družbenih razmerah*. Ljubljana: RSS.
23. --- 1997. *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
24. --- 1999. *Samostojnost starega človeka v družbeno – prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Znanstvena knjižnica FDV.
25. Hren, Mateja. 2013. *Družbeno aktivni starostniki in njihova kakovost življenja v občini Moravče*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
26. Imperl, Franc. 2012. *Kakovost oskrbe starejših: izziv za prihodnost*. Logatec: Firis Imperl/Co.: Seniorprojekt.
27. Janež, Nives. 2004. *Kakovost bivanja starostnikov in predsodki, ki jih imajo starejši v zvezi z domovi za ostarele*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
28. Joseph, Jo Ann K. 2005. *The quality of life retirees*. Baltimore, Maryland, United States: Morgan State University, ProQuest, UMI Dissertations Publishing.
29. Judnič Matajec, Jasna. 2008. *Sociološki vidik staranja baby – boom generacije*. Diplomsko delo. Koper: Fakulteta za humanistične študije.
30. Jurdana, Mihaela, Tamara Poklar Vatovec in Melita Peršolja Černe. 2011. *Razsežnosti kakovostnega staranja*. Koper: Univerzitetna založba Annales.
31. Kapš, Peter. 1999. *Na zdravje starost*. Novo mesto: Založba Erro.
32. Kladnik, Tone. 1999. Socialna gerontagogika pri zadovoljevanju nematerialnih potreb starih ljudi. *Socialna pedagogika* 3 (2): 185–194.

33. Kočevska, Olivera. 2013. *Kvaliteta življenja odraslih oseb z zmernimi in težjimi motnjami v duševnem razvoju*. Magistrsko delo. Koper: Pedagoška fakulteta.
34. Kovač, Andreja. 2013. *Kakovost življenja starostnika v domu starejših občanov*. Diplomsko delo. Celje: Visoka zdravstvena šola.
35. Krajnc, Stanislava in Mitja Krajnc. 2005. Vpliv skupin starih za samopomoč na kakovost življenja v lokalni skupnosti. *Obzor Zdr N* 39: 221–227.
36. Lah, Ida. 2007. *Kakovost življenja starostnikov v Evropi*. Magistrsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
37. ---, Majda Pahor in Valentina Hlebec. 2008. Zdravje starejših ljudi kot element kakovosti življenja v Evropi. *Obzor Zdr N* 42 (2):87–97.
38. Lajhar, Mojca. 2014. *Kakovost življenja v starosti – vidiki zdravstvene vzgoje*. Diplomsko delo. Jesenice: Visoka šola za zdravstveno nego.
39. Layte, Richard Sexton in Savva George Eithne. 2013. Quality of life in older age. *Journal of the American Geriatrics Society* 61 (2): 299–305.
40. *Ljudska univerza Kočevje*. Dostopno prek: <http://www.lu-kocevje.si/> (12. maj 2015).
41. Lukač, Josip. 2006. *Problemi starosti in staranja skozi socio – ekološko perspektivo*. Dostopno prek: http://www.hrastovec.org/fileadmin/user_upload/dokumenti/Strokovna_knjiznica/Luka___Josip__Problemi_starosti_in_staranja_skozi_socio-ekolo__ko_perspektivo.pdf (09. junij 2015).
42. Lužar, Saša. 2010. *Kakovost življenja starejših v Sloveniji*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
43. Mali, Jana. 2004. Kvaliteta življenja in zadovoljstvo stanovalcev in zaposlenih v domu starejših občanov. *Socialno delo* 43: 105–115.
44. --- 2008. *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
45. --- 2013. *Dolgotrajna oskrba v mestni občini Ljubljana*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
46. Mandič, Srna. 2005. Kakovost življenja: med novimi blaginjskimi koncepti in družbenimi izzivi. *Družboslovne razprave* XXI (48): 111–131.
47. --- 2000. *Kakovost življenja: stanja in spremembe*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

48. Marjanovič-Umek, Ljubica in Maja Zupančič. 2004. *Razvojna psihologija*. Ljubljana: Znanstveno raziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
49. Mellor, David, Marita P. McCabe, Justin McNamara in Briony Hill. 2010. *Respect in an Ageing Society*. Dostopno prek: <http://www.benetas.com.au/sites/default/files/downloads/Respect%20in%20an%20Ageing%20Society%20full%20report.pdf> (10. julij 2015).
50. Mesec, Blaž. 1998. *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
51. Milavec-Kapun, Marija. 2011. *Starost in staranje*. Ljubljana: Zavod IRC.
52. Mollenkopf, Heidrun. 1996. *Elderly people in industrialised societies*. Berlin: Die Deutsche Bibliothek-CIP-Einheitsaufnahme.
53. Musek, Janko. 2012. Osebnost in kakovost življenja. *Anthropos* 1/2 (44). Dostopno prek: http://www2.arnes.si/~anthropos/anthropos/2012/1_2/01_musek.pdf (5. junij 2015).
54. National Council on Ageing and Older People. 2005. *An Age Friendly Society A Position Statement*. Dostopno prek: http://www.ncaop.ie/newsevents/88_AFS_Statement.pdf (1. julij 2015).
55. Nussdorfer, Vlasta. 2014. *Letno poročilo Varuha človekovih pravic Republike Slovenije za leto 2014*. Ljubljana: Urad varuha človekovih pravic.
56. *Občina Kočevje*. Dostopno prek: <http://www.kocevje.si/> (12. maj 2015).
57. OZRKK. 2015. *Socialna in humanitarna dejavnost*. Dostopno prek: http://kocevje.ozrk.si/sl/Socialna_in_humanitarna_dejavnost/ (12. maj 2015).
58. Pahor, Majda in Barbara Domajnko. 2006. *Zdravje starejših ljudi v očeh strokovnjakov. Posvetovanje: Celostna obravnava starostnikov*. Dostopno prek: http://www2.zf.uni-lj.si/ri/publikacije/starostniki2006/3_PahorDomajnko.pdf (12. avgust 2015).
59. Pavliha, Milan. 2009. *Festival za tretje življenjsko obdobje*. Ljubljana: Inštitut Hevreka.
60. Pečjak, Vid. 1998. *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Bled: samozaložba, Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete Univerze.
61. Pirnat, Julija. 2011. *Pomen vseživljenjskega izobraževanja; percepcija kakovosti življenja v tretjem življenjskem obdobju*. Magistrsko delo. Koper: Fakulteta za management Koper.

62. Požarnik, Hubert. 1981. *Umetnost staranja*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
63. Račić, Martina. 2007. *Kakovost življenja-sreča, primerjava med Slovenijo in Dansko*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
64. Ramovš, Jože, Tone Kladnik, Kristan Florjančič in Branka Knific. 1992. *Skupine starih za samopomoč*. Ljubljana: Inštitut za socialno medicino in socialno varstvo.
65. --- 1999a. Mednarodni znanstveni simpozij: Potrebe v starosti kot smerokaz pri prizadevanjih za kakovostno starost. *Kakovostna starost: Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko* 2 (4): 22–24.
66. --- 1999b. Mreža medgeneracijskih skupin za kakovostno starost v domu za stare ljudi. *Kakovostna starost: Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko* 2 (2): 11–38.
67. --- 2003. *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.
68. --- 2013. *Staranje v Sloveniji*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.
69. Ramovš, Ksenija, Tina Lipar, Mojca Slana in Ksenija Sarazin Klemenčič 2012. Globalna konferenca o staranju. *Kakovostna starost: Časopis za socialna gerontologijo in gerontagogiko* 15 (2): 75–82.
70. Rant, Maja. 2013. Sobivanje in samovanje v starosti. *Kakovostna starost: Revija za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje* 16 (2): 3–12.
71. Ranzijn, Rob. 2002. The potential of older adults to enhance community quality of life: links between positive psychology and productive aging. *Ageing International* 27 (2): 30–55.
72. Rosenstein, Miahela in Majda Pahor. 2000. Zdravje in zdravstvo v luči socioloških raziskav. *Obzor Zdr N* 34 (1/2): 5–9.
73. Rupnik, Janja. 2008. *Doživljanje starosti pri starostnikih v domu za starejše in domačem okolju*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
74. *Statistični urad RS*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/statweb> (23. avgust 2015).
75. Savič-Skela, Brigita, Joca Zorc in Simona Hvalič Touzery. 2010. Staranje populacije, potrebe starostnikov in nekateri izzivi za zdravstveno nego. *Obzor Zdr N* 44 (2): 89–100.
76. Seed, Philip in Greg Lloyd. 1997. *Quality of Life*. London: Jessica Kingsley Publishers.
77. *Slovenska karitas*. Dostopno prek: <http://www.karitas.si/> (25. julij 2015).

78. Slovensko združenje za duševno zdravje. 2015. Dnevni center ŠENT Kočevje. Dostopno prek: http://www.sent.si/index.php?m_id=dnevni_center_enota_sent_kocevje (12. maj 2015).
79. Smith, Alison. 2000. *Researching quality of life of older people: concepts, measures and findings*. Dostopno prek: http://www.keele.ac.uk/csg/downloads/centreworkingpapers/research_quality.pdf (7. julij 2015).
80. Starc, Martina in Mateja Zabukovec. 2013. Zadovoljstvo s svojim življenjem v luči življenjskih sprememb. *Kakovostna starost* 16 (1): 3–19.
81. Stepanek, Urška. 2010. *Vloga vseživljenjskega učenja za starostnike*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
82. Svetlik, Ivan, ur. 1995. *Socialna politika v Sloveniji – iskanje novega ravnotežja*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
83. --- 1996. *Kakovost življenja v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
84. Tavželj, Marija. 2011. *Najpogostejše negovalne diagnoze pri starejših nepomičnih pacientih v domu starejših občanov*. Diplomsko delo. Jesenice: Visoka šola za zdravstveno nego.
85. Timonen, Virpi. 2008. *Ageing Societies: A Comparative Introduction*. London: McGraw-Hill International.
86. Tinker, Anthea. 1992. *Older people in modern society*. New York: Addison Wesley Longman Publishing Company.
87. Tišma, Silva. 2003. *Poročilo o izvajanju varstva starejših oseb v mestni občini Nova gorica*. Dostopno prek: http://www.nova-gorica.si/mma_bin.php?id=3563 (11. avgust 2015).
88. Furlan, Marjan. 1991. *Ustava samostojne Republike Slovenije*. Celje: Mavrica, d.o.o..
89. u1. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 17. januar.
90. u2. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 11. februar.
91. u3. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 16. februar.
92. u4. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 27. marec.
93. u5. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 7. april.
94. u6. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 8. april.
95. u7. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 13. maj.
96. u8. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 15. maj.
97. u9. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 15. junij.

98. u10. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 17. junij.
99. u11. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 18. junij.
100. u12. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 24. junij.
101. u13. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 9. julij.
102. u14. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 18. avgust.
103. u15. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 20. avgust.
104. u16. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 15. oktober.
105. u17. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 26. november.
106. u18. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 2. december.
107. u19. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 17. december.
108. u20. 2015. Intervju z avtorjem. Kočevje, 21. december.
109. Villar, Feliciano. 2012. Successful ageing and development: the contribution of generativity in older age. *Ageing and Society* 32 (7): 1087–1105.
110. Vrabič-Krek, Brigita. 2012. *Kakovost življenja*. Ljubljana: Statistični urad RS.
111. Vratarič, Marija Sabrina. 2011. *Živim sam, nisem osamljen*. Diplomsko delo. Jesenice: Visoka šola za zdravstveno nego.
112. Wahidin, Powell in Azrini Jason. 2008. Understanding old age and victimisation: a critical exploration. *The International Journal of Sociology and Social Policy* 28 (3/4): 90–99.
113. Walker, Alan. 2005. *Growing older in Europe*. Maidenhead; New York: Open University Press.
114. Young, D. Richard. 2008. *Quality of Life Indicator Systems—Definitions, Methodologies, Uses, and Public Policy Decision Making*. Dostopno prek: <http://www.ipspr.sc.edu/publication/Quality%20of%20Life.pdf> (07. julij 2015).
115. Zagožen Russi, Ingrid. 1999. Mednarodni znanstveni simpozij: Starost in psihološka priprava na smrt. *Kakovostna starost: Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko* 2 (4): 25–28.
116. Zalar, Tanja. 2008. *Kakovost delovnega življenja in zdravje zaposlenih*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
117. *Zavod Jutro*. Dostopno prek: <http://zavodjutro.si/> (12. maj 2015).
118. *Zdravstveni dom Kočevje*. Dostopno prek: <http://www.zdkocevje.si/> (12. julij 2015).

PRILOGE

PRILOGA A: Kodiranje

2. KAJ ZA VAS PREDSTAVLJA KAKOVOSTNO ŽIVLJENJE V STAROSTI?

B1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »bom zadovoljna dok bom zdrava tok ko sem zdaj,...« **Zdravje**

(u12 2015) »da si koker tok zdrav,...« »da si neodvisen,...« »Men se zdi samostojnost,...«

Zdravje, Neodvisnost, Samostojnost

(u13 2015) »da lahko kar počneš tisto kar z veseljem počneš...« **Vesetje do življenja**

(u14 2015) »vključit v družbo, si dobit prijatlje...« »najdt svoje konjičke...« **Hobiji**

(u20 2015) »da sem lahko tle noter, kjer sem.« **Skromnost**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »Glih nisem zahteven,« **Skromnost**

(u5 2015) »ni dobro imet prevelikih želja,« **Skromnost**

(u6 2015) »da nisi osamljen.« **Družinsko življenje**

(u7 2015) »normalno življenje.« **Bivalne Razmere, Finance, Zdravje**

(u8 2015) »Predvsem le to, če si tolko pri sebi« **Zdravje**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Dobro zdravje in finance.« **Zdravje, Finance**

(u4 2015) »Zdravje, zdravje in denar,« **Zdravje, Finance**

(u9 2015) »zdravje in majčken večja penzija.« **Zdravje, Finance**

(u10 2015) »pride bolezen se spomniš kok ti je blo prej ko si bil imun,« **Zdravje**

(u16 2015) »zdravje v prvi vrsti, pol pa materialne dobrine so tut v redu« **Zdravje, Finance**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Zdravje...« **Zdravje**

(u15 2015) »Ja deloval sem v...«, »sem delal...«, »Ukvarjal sem se...« **Aktivnost**

(u17 2015) »Kvalitetno je, če si zadovoljen z denarjem, hrano...« **Finance**

(u18 2015) »Da sem zdrav. To je najbolj važnu.« **Zdravje**

(u19 2015) »Za bivanje,...« **Bivalne razmere**

B2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Kaj za vas predstavlja kakovostno življenje v starosti?«

Kategorija: Dimenzije življenja

Koda: Zdravje

(u11 2015) »bom zadovoljna dok bom zdrava tok ko sem zdaj,...« (u12 2015) »da si koker tok zdrav,...« (u8 2015) »Predvsem le to, če si tolko pri sebi« (u2 2015) »Dobro zdravje in finance.« (u4 2015) »Zdravje, zdravje in denar,« (u9 2015) »zdravje in majčken večja penzija.« (u10 2015) »pride bolezen se spomniš kok ti je blo prej ko si bil imun,« (u16 2015) »zdravje v prvi vrsti, pol pa materialne dobrine so tut v redu«

Koda: Finance

(u7 2015) »normalno življenje.« (u2 2015) »Dobro zdravje in finance.« (u4 2015) »Zdravje, zdravje in denar,« (u9 2015) »zdravje in majčken večja penzija.« (u16 2015) »zdravje v prvi vrsti, pol pa materialne dobrine so tut v redu« (u17 2015) »Kvalitetno je, če si zadovoljen z denarjem, hrano...«

Koda: Bivalne razmere

(u19 2015) »Za bivanje,...« (u7 2015) »normalno življenje.« (u20 2015) »da sem lahko tle noter, kjer sem.«

Koda: Veselje do življenja

(u13 2015) »da lahko kar počneš tisto kar z veseljem počneš...«

Koda: Skromnost

(u3 2015) »Glih nisem zahteven,« (u5 2015) »ni dobro imet prevelikih želja,« (u20 2015) »da sem lahko tle noter, kjer sem.«

Koda: *Neodvisnost, Samostojnost*

(u12 2015) »da si neodvisen,...« »Men se zdi samostojnost,...«

Koda: *Hobiji*

(u14 2015) »vključit v družbo, si dobit prijatlje...« »najdt svoje konjičke...«

Koda: *Aktivnost*

(u15 2015) »Ja deloval sem v...«, »sem delal...«, »Ukvarjal sem se...«

B3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu opišejo kakovost življenja v starosti z zdravjem in neodvisnostjo, samostojnostjo, z veseljem do življenja, skromnim zadovoljstvom, vključevanjem v družbo, prijateljstvi in hobiji. Uporabnice storitev pomoči na domu opišejo kakovost življenja v starosti z zdravjem in financami, ena le z zdravjem. Uporabniki storitev pomoči na domu različno opišejo kakovost življenja v starosti: zdravje kot kakovost navedeta dva, ostali pa navajajo aktivnost, finance in bivalne razmere. Neuporabniki storitev pomoči na domu opišejo kakovost življenja v starosti z nezahtevnostjo do sebe z družinskim življenjem, z zdravjem in eden z normalnim življenjem. Kategorijo »dimenzije življenja« sem opredelil s kodami »zdravje«, »finance«, »bivalne razmere«, »veselje do življenja«, »skromnost«, »neodvisnost, samostojnost«, »hobiji« in »aktivnost«.

B4 - UTEMELJENA TEORIJA: Največ udeležencev izpostavi zdravje kot najpomembnejšo dimenzijo njihovega življenja, na drugem mestu pa finance.

3. KAJ JE ZA VAS PRIMERNA POKOJNINA IN ALI JO DOSEGATE?

C1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Nimam primerne penzije«, »Da bi bla vsaj 600, da te položnice pokrije, da bi mal lažje zadihala.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u12 2015) »Ne, bi mogla bit mal večja. Mislim, da bi mogla bit vsaj ene 800 eurov, ene 200 eurov več, recimo.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u13 2015) »jaz dobim na transakcijski račun 604.«, »Ta znesek bi bil primeren,« **Zadovoljstvo s pokojnino**

(u14 2015) »Primerna pokojnina bi bila tam nekje od 800-900€ za današnje čase pa glede na razmere kakšne so.«, »Ta pokojnina, ki jo imam, je za današnje razmere kar zadovoljiva«

Zadovoljstvo s pokojnino

(u20 2015) »887 eurov.«, »Ni, ni, vsaj 1000 bi moralo biti najmanj, recimo,« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »Tok ene 500€ bi blo dovolj in to ne dosegam.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u5 2015) »Jaz osebno s svojo, žena pa ne. Izpod 700, 800 eurov ne bi smela biti pokojnina, glede na življenjske stroške in glede na trenutno situacijo.«, »Najmanj 700 eurov naj bi bila ena meja.« **Zadovoljstvo s pokojnino**

(u6 2015) »Ne. Primerna pokojnina naparam današnjim cenam bi bila okrog osemsto do devetsto eurov, mogoče tisoč, da bi lepo zadihal« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u7 2015) »Mam najnižjo pokojnino, je premajhna.«, »Da bi blo ene 800€ bi blo dobro.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u8 2015) »800 do 1000€ bi blo primerno.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Nikomur ne morem denarno pomagati, nama z možem pa sin plačuje pomoč na domu.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u4 2015) »Primerna pokojnina, 700€, to bi bilo komot. Kje pa, ne dosegam jo, imam 380€,« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u9 2015) »Ne, 466. Glede na stanje bi z 800 prečudovito prehajala čez, tko pa žal ne morem.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u10 2015) »vsak 800«, »Za mene je to dovolj.« **Zadovoljstvo s pokojnino**

(u16 2015) »Jaz imam 630.«, »Če bi bilo 1000, pol bi se pa res dalo.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Najmanj tam okoli 700 eur«, »Ne.«, »sem dobil 570 eurov pokojnine.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u15 2015) »Kokr jo mam, sem nekako zadovoljen, če pa bi blo kej več se ne bi branu.«, »Ne dosegam, 580.«, »Zadostna pokojnina bi bila danes 800 eurov.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u17 2015) »Jaz mam 800 pa glih tok, da gre čez.«, »Med 1000 in 800.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

(u18 2015) »Zdaj imam 770€. Imam.«, »Ja zdaj, če bi bila več bi bila več.« **Zadovoljstvo s pokojnino**

(u19 2015) »Dvesto sedemdeset.«, »Če bi blo 300 pa bi blo super.« **Nezadovoljstvo s pokojnino**

C2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Kaj je za vas primerna pokojnina in ali jo dosegate?«

Kategorija: *Finance*

Koda: *Zadovoljstvo s pokojnino*

(u13 2015) »jaz dobim na transakcijski račun 604.«, »Ta znesek bi bil primeren,« **(u14 2015)** »Primerna pokojnina bi bila tam nekje od 800-900 € za današnje čase pa glede na razmere kakšne so.«, »Ta pokojnina, ki jo imam, je za današnje razmere kar zadovoljiva« **(u5 2015)** »Jaz osebno s svojo, žena pa ne. Izpod 700, 800 eurov ne bi smela biti pokojnina, glede na življenjske stroške in glede na trenutno situacijo.«, »Najmanj 700 eurov naj bi bla ena meja.« **(u10 2015)** »vsak 800«, »Za mene je to dovolj.« **(u18 2015)** »Zdaj imam 770 €.«, »Ja zdaj, če bi bila več bi bila več.«

Koda: *Nezadovoljstvo s pokojnino*

(u1 2015) »Najmanj tam okoli 700 eur«, »Ne.«, »sem dobil 570 eurov pokojnine.« **(u15 2015)** »Kokr jo mam, sem nekako zadovoljen, če pa bi blo kej več se ne bi branu.«, »Ne dosegam, 580.«, »Zadostna pokojnina bi bla danes 800 eurov.« **(u17 2015)** »Jaz mam 800 pa glih tok, da gre čez.«, »Med 1000 in 800.« **(u19 2015)** »Dvesto sedemdeset.«, »Če bi blo 300 pa bi blo super.« **(u16 2015)** »Jaz imam 630.«, »Če bi bilo 1000, pol bi se pa res dalo.« **(u2 2015)** »Nikomur ne morem denarno pomagati, nama z možem pa sin plačuje pomoč na domu.« **(u4 2015)** »Primerna pokojnina, 700 €, to bi bilo komot.«, »Kje pa, ne dosegam jo, imam 380 €,« **(u9 2015)** »Ne, 466. Glede na stanje bi z 800 prečudovito prehajala čez, tko pa žal ne morem.« **(u3 2015)** »Tok ene 500 € bi blo dovolj in to ne dosegam.« **(u6 2015)** »Ne. Primerna pokojnina naparam današnjim cenam bi bla okrog osemsto do devetsto eurov, mogoče tisoč, da bi lepo zadihal« **(u7 2015)** »Mam najnižjo pokojnino, je premajhna.«, »Da bi blo ene 800€ bi blo dobro.« **(u8 2015)** »800 do 1000 € bi blo primerno.« **(u11 2015)** »Nimam primerne penzije«, »Da bi bla vsaj 600, da te položnice pokrije, da bi mal lažje zadihala.« **(u12 2015)**

»Ne, bi mogla bit mal večja. Mislim, da bi mogla bit vsaj ene 800 eurov, ene 200 eurov več, recimo.«, »Ta znesek bi bil primeren,« (u20 2015) »887 eurov.«, »Ni, ni, vsaj 1000 bi moralo biti najmanj, recimo,«

C3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu so v večji meri nezadovoljne s pokojnino, dve sta zadovoljni. Od vseh uporabnic storitev pomoči na domu je le ena nezadovoljna s pokojnino, medtem ko je pri uporabnikih le eden zadovoljen, ostali so nezadovoljni s pokojnino. Enako kot za uporabnike velja za neuporabnike. Kategorijo »finance« sem opredelil s kodama »zadovoljstvo s pokojnino« in »nezadovoljstvo s pokojnino«.

C4 - UTEMELJENA TEORIJA: Večina udeležencev je nezadovoljnih s pokojnino, bolj moški kot ženske.

4. V KAKŠNIH BIVALNIH RAZMERAH ŽIVITE?

D1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Vse mam v hiši,...«, »hiša je čist nova,« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u12 2015) »Vse.«, »Hiša je moja, jaz mam eno stanovanje, otroci so v ta drugem,« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u13 2015) »hiši«, »Imam vse.« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u14 2015) »Mam svojo stanovanjsko hišo,«, »Mam zelo v redu.« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u20 2015) »Ja, dvosobno stanovanje«, »tko da super.« **Ustreznost bivalnih razmer**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »To je dvosobno pritlično stanovanje«, »Ja vse,« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u5 2015) »to je dvoinsobno. To je za naju z ženo primerno.«, »Imam vse.« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u6 2015) »Normalno upokoješko stanovanje,«, »nč, nobenega posebnega luksuza.«, »Ja« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u7 2015) »Vse. Nič nam ne manjka. Zelo smo zadovoljni.«, »hišo.« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u8 2015) »Mislim, da imam vse.«, »v tej hiši« **Ustreznost bivalnih razmer**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Zadovoljna sem.«, »Živim v stanovanjski zgradbi v dvosobnem pritličnem stanovanju.«, »Imam vse« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u4 2015) »Dobro mi je, večje ne rabim.«, »imam to svoje enosobno stanovanje.«, »Vse imam kar potrebujem.« **Ustreznost bivalnih razmer**

(u9 2015) »Ja, mam«, (stanovanje) **Ustreznost bivalnih razmer**

(u10 2015) »Vse. Od sanitarij do sob, do kuhinje, zraka, vse.«, (hiša) **Ustreznost bivalnih razmer**

(u16 2015) »Zaenkrat mam vse. Stanovanje mam kar veliko, tko da nimam nobenih posebnih potreb,« **Ustreznost bivalnih razmer**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Imamo vse« (hiša) **Ustreznost bivalnih razmer**

(u15 2015) »Imamo vse, vse kar imamo, sem kar zadovoljen.« (hiša) **Ustreznost bivalnih razmer**

(u17 2015) »Vse imam, spalnico, kuhinjo, vse mam urejeno.« (hiša) **Ustreznost bivalnih razmer**

(u18 2015) »Imam.« (hiša) **Ustreznost bivalnih razmer**

(u19 2015) »S stanovanjem sem fajn zadovoljen.« **Ustreznost bivalnih razmer**

D2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »V kakšnih bivalnih razmerah živite?«

Kategorija: Življenjsko okolje

Koda: Ustreznost bivalnih razmerah

(u11 2015) »Vse mam v hiši,...«, »hiša je čist nova,« (u12 2015) »Vse.«, »Hiša je moja, jaz mam eno stanovanje, otroci so v ta drugem,« (u13 2015) »hiši«, »Imam vse.« (u14 2015) »Mam svojo stanovanjsko hišo,«, »Mam zelo v redu.« (u20 2015) »Ja, dvosobno stanovanje«, »tko da super.« (u3 2015) »To je dvosobno pritlično stanovanje«, »Ja vse,« (u5 2015) »to je dvoinsobno. To je za naju z ženo primerno,«, »Imam vse.« (u6 2015) »Normalno upokojenško stanovanje,«, »nč, nobenega posebnega luksuza,«, »Ja« (u7 2015) »Vse. Nič nam ne manjka. Zelo smo zadovoljni,«, »hišo.« (u8 2015) »Mislim, da imam vse,«, »v tej hiši« (u2 2015) »Zadovoljna sem.«, »Živim v stanovanjski zgradbi v dvosobnem pritličnem stanovanju,«, »Imam vse« (u4 2015) »Dobro mi je, večje ne rabim,«, »imam to svoje

enosobno stanovanje.«, »Vse imam kar potrebujem.« (u9 2015) »Ja, mam«, (u10 2015) »Vse. Od sanitarij do sob, do kuhinje, zraka, vse.«, (u16 2015) »Zaenkrat mam vse. Stanovanje mam kar veliko, tko da nimam nobenih posebnih potreb,« (u1 2015) »Imamo vse« (u15 2015) »Imamo vse, vse kar imamo, sem kar zadovoljen.« (u17 2015) »Vse imam, spalnico, kuhinjo, vse mam urejeno.« (u18 2015) »Imam.« (u19 2015) »S stanovanjem sem fajn zadovoljen.«

D3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice, neuporabniki, uporabnice in uporabniki storitev pomoči na domu so vsi zadovoljni z bivalnimi razmerami v svojem življenjskem okolju pa naj bo to hiša ali stanovanje. Kategorijo »življenjsko okolje« sem opredelil s kodo »ustreznost bivalnih razmer«.

D4 - UTEMELJENA TEORIJA: Vsi udeleženci izražajo zadovoljstvo s svojim bivalnimi razmerami.

5. ALI BI BILI PRIPRAVLJENI BIVATI V DOMU STAREJŠIH OBČANOV?

E1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »domovi zelo dragi« »doma« **Odklanjanje**

(u12 2015) »Če si nesposoben je po moje to edina rešitev.« **Sprejemanje DSO v določeni situaciji**

(u13 2015) »bi šla v dom, če ne bi šlo drugače.« »najcenejše je sigurno bivanje v lastni hiši« **Sprejemanje v skrajnem primeru**

(u14 2015) »če bi mi moji lahko zagotovili, da bi zame skrbeli, bi seveda bila rajši doma«, »Ko ne bom mogla sama zase skrbet, bom pač šla v dom.« **Sprejemanje v primeru nesamostojnosti**

(u20 2015) »Dokler se bom lahko rihtala, bom doma, kokr bo enkrat problem nastal pri čemerkoli grem takoj v dom.« **Pripravljenost ob nesamostojnosti**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »A, dej no dej, doma bi vztrajal. V domu je to grozno, da veš kam boš šu pol.« **Odklanjanje**

(u5 2015) »To je prihodnost za vse nas: dom starejših občanov.« **Popolno sprejemanje**

(u6) »Dokler je tako sigurno doma, pol pa ne vem kaj se bo zgodilo na starejše dni.« **Odklanjanje**

(u7 2015) »Ja, če bi blu potrebno bi šu, zakaj pa ne« **Popolno sprejemanje**

(u8 2015) »Mislim, da bi bil pripravljen.«, »Dokler bi lahko sam sebe al pa skupaj z ženo en drugmu pomagala, bi bla rada doma, v kolker pa ne bi blo več mogoče, potem pa ni problema.« **Pripravljenost v primeru potrebe**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Ne, v dom starejših ne bi nikoli šla prostovoljno. Želim biti doma.« **Odklanjanje DSO**

(u4 2015) »bi šla v dom, če bi res morala.« **Pripravljenost ob potrebi**

(u9 2015) »Vztrajala bi do konca doma, tko kot vsak«, »Če bi pa vidla, da sem v breme hčerki ali komurkoli, bi se pa čist prostovoljno odločila za dom pa ne bi šla rada.« **Razumevanje**

(u10 2015) »Sej pravim, to je vse odvsino od zdravja.«, »Doma bi bla do zadnjega.« **Odklanjanje**

(u16 2015) »dokler bom pri seb in umsko, ne bi šla.«, »Drgač pa jaz pri zdravi pameti ne bi šla, še dokler se sama lahko zrihtam.« **Odklanjanje**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Ne, ne.«, »Samo, če bi kaj takšnega res prišlo, bi moral it.« **Sprejemljivost ob nuji**

(u15 2015) »Doma.«, »Zato, ker se doma najbolj počutim.« **Odklanjanje DSO**

(u7 2015) »Ja, dok sem pokreten bom doma. Ko pa ne bom grem v dom.«, »Ja, ja nočem, da bi otroci meli z mano posla.« **Sprejemljivost ob nepokretnosti**

(u18 2015) »Zdaj dokler morem, doma.«, »No saj, jaz bi doma skos. Samo potem, ko bi mogel it, bi mogel it.« **Sprejemljivost ob nuji**

(u19 2015) »Doma.«, »Hočem svoboden bit.« **Odklanjanje DSO**

E2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Ali bi bili pripravljeni biti bivati v Domu starejših občanov?«

Kategorija: Institucionalno okolje

Koda: Sprejemanje

(u12 2015) »Če si nesposoben je po moje to edina rešitev.« (u13 2015) »bi šla v dom, če ne bi šlo drugače.«, »najcenejše je sigurno bivanje v lastni hiši« (u14 2015) »če bi mi moji lahko zagotovili, da bi zame skrbeli, bi seveda bila rajši doma«, »Ko ne bom mogla sama zase

skrbet, bom pač šla v dom.« (u20 2015) »Dokler se bom lahko rihtala, bom doma, kokr bo enkrat problem nastal pri čemerkoli grem takoj v dom.« (u7 2015) »Ja, če bi blu potrebno bi šu, zakaj pa ne« (u8 2015) »Mislim, da bi bil pripravljen.«, »Dokler bi lahko sam sebe al pa skupaj z ženo en drugmu pomagala, bi bla rada doma, v kolker pa ne bi blo več mogoče, potem pa ni problema.«, »To je prihodnost za vse nas: dom starejših občanov.« (u4 2015) »bi šla v dom, če bi res morala.« (u9 2015) »Vztrajala bi do konca doma, tko kot vsak« »Če bi pa vidla, da sem v breme hčerki ali komurkoli, bi se pa čist prostovoljno odločila za dom pa ne bi šla rada.«, »Ne, ne.«, »Samo, če bi kaj takšnega res prišlo, bi moral it.« (u17 2015) »Ja, dok sem pokreten bom doma. Ko pa ne bom grem v dom.«, »Ja, ja nočem, da bi otroci meli z mano posla.« (u18 2015) »Zdaj dokler morem, doma.«, »No saj, jaz bi doma skos. Samo potem, ko bi mogel it, bi mogel it.«

Koda: *Odklanjanje*

(u19 2015) »Doma.«, »Hočem svoboden bit.«, »Doma.«, »Zato, ker se doma najbolj počutim.«, »Sej pravim, to je vse odvsino od zdravja.«, »Doma bi bla do zadnjega.« (u16 2015) »dokler bom pri seb in umsko, ne bi šla.«, »Drgač pa jaz pri zdravi pameti ne bi šla, še dokler se sama lahko zrihtam.«, »Ne, v dom starejših ne bi nikoli šla prostovoljno. Želim biti doma.«, »A, dej no dej, doma bi vztrajal. V domu je to grozno, da veš kam boš šu pol.« (u6 2015) »Dokler je tako sigurno doma, pol pa ne vem kaj se bo zgodilo na starejše dni.«, »domovi zelo dragi«, »doma«

E3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu v glavnem sprejemajo misel na odhod v Dom starejših v primeru, ko ne bodo več mogle samostojno živeti, seveda pa bi bile načeloma rajši doma. Ena omenja nesprejemljivost DSO zaradi financ. Med uporabnicami storitev pomoči na domu ena odklanja DSO, želi biti doma, druga tudi pravi, da bi bila doma do zadnjega, tretja pravi, da pri zdravi pameti ne bi šla v DSO, dve pa izražata razumevanje za odhod v DSO, če bi morali. Neuporabniki storitev pomoči na domu so tudi pripravljeni na odhod v DSO, ko ne bo več mogoče sam živeti doma. Eden neuporabnik pa pravi, da bi vztrajal doma. Med uporabniki storitev pomoči na domu dva odločno odklanjata odhod v DSO, trije pa so pripravljeni iti v DSO, če bi zares morali. Kategorijo »institucionalno okolje« sem opredelil s kodama »sprejemanje« in odklanjanje«.

E4 – UTEMELJENA TEORIJA: Prevladuje razumevanje in sprejemanje odhoda večine udeležencev v institucionalno okolje. Vsak pa si seveda želi ostati doma dokler bo lahko samostojen.

6. NA KOGA BI SE OBRNILI ZA POMOČ V VSAKODNEVNEM ŽIVLJENJU?

F1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Na otroke« **Družinske vezi**

(u12 2015) »Na svoje, na otroke.«, »mogoče na sestro, v glavnem sorodniki.« **Družinske vezi**

(u13 2015) »Najprej bi se na sestro, potem pa sej so sorodniki.« **Družinske vezi**

(u14 2015) »Na svoje sinove in njihove žene.« **Družinske vezi**

(u20 2015) »Verjetno na Jutro, zato ker so oni men pomagali takrat, ko sem mamó imela in sem bla zadovoljna z njihovimi uslugami, tko da verjetno na njih.« **Zavod Jutro**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »Ponavad pokličem sina« **Družinske vezi**

(u5 2015) »Prvo družina pa hčerka pol pa naprej.« **Družinske vezi**

(u6 2015) »Na otroke, žena avtomatsko.« **Družinske vezi in partner**

(u7 2015) »Na ženo seveda, en družga rabmo.« **Partner**

(u8 2015) »Ja na hčerko al pa sina pa na ženo seveda.« **Družinske vezi in partner**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Za vse prosim gospo Vido iz Zavoda Jutro, ki me obiskuje vsak dan in mi pri vsem pomaga.« **Zavod Jutro**

(u4 2015) »Na Lidijo, hčerko.« **Družinske vezi**

(u9 2015) »Na hčerko, na prijatelje,« **Družinske vezi in prijatelji**

(u10 2015) »Najprej bi svojo glavo kokr bi imela pamet razčistla kdo mi lahk pomaga, potem bi najdla rešitve pa na sina šla.« **Družinske vezi**

(u16 2015) »Na Zavod Jutro« **Zavod Jutro**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Samo ženo in družino.« **Družinske vezi**

(u15 2015) »Najprej otroke.« **Družinske vezi**

(u17 2015) »Na hčerko.« **Družinske vezi**

(u18 2015) »bi sestra pišla.«, »Pa brat« **Družinske vezi**

(u19 2015) »sosed« **Sosedski odnosi**

F2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Temo: »Na koga bi se obrnili za pomoč v vsakodnevnem življenju?«

Kategorija: Socialna mreža

Koda: Družinske vezi

(u1 2015) »Samo ženo in družino.« (u15 2015) »Najprej otroke.« (u17 2015) »Na hčerko.« (u18 2015) »bi sestra pišla.« »Pa brat« (u4 2015) »Na Lidijo, hčerko.« (u9 2015) »Na hčerko, na prijatelje,« (u10 2015) »Najprej bi svojo glavo kokr bi imela pamet razčistla kdo mi lahk pomaga, potem bi najdla rešitve pa na sina šla.« (u3 2015) »Ponavad pokličem sina« (u5 2015) »Prvo družina pa hčerka pol pa naprej.« (u6 2015) »Na otroke, žena avtomatsko.« (u8 2015) »Ja na hčerko al pa sina pa na ženo seveda.« (u11 2015) »Na otroke« (u12 2015) »Na svoje, na otroke.«, »mogoče na sestro, v glavnem sorodniki.« (u13 2015) »Najprej bi se na sestro, potem pa sej so sorodniki.« (u14 2015) »Na svoje sinove in njihove žene.«

Koda: Partner

(u6 2015) »Na otroke, žena avtomatsko.« (u7 2015) »Na ženo seveda, en družga rabmo.« (u8 2015) »Ja na hčerko al pa sina pa na ženo seveda.«

Koda: Prijatelj

(u9 2015) »Na hčerko, na prijatelje,«

Koda: Sosedski odnosi

(u19 2015) »sosed«

Koda: Zavod Jutro

(u16 2015) »Na Zavod Jutro« (u2 2015) »Za vse prosim gospo Vido iz Zavoda Jutro, ki me obiskuje vsak dan in mi pri vsem pomaga.« (u20 2015) »Verjetno na Jutro, zato ker so oni men pomagali takrat, ko sem mamu imela in sem bla zadovoljna z njihovimi uslugami, tko da verjetno na njih.«

F3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu bi se v večini za pomoč obračale na sorodnike, le ena pa bi se na Zavod Jutro, s katerim že ima dobre izkušnje. Med uporabnicami storitev pomoči na dom se dve obračata za pomoč na Zavod Jutro, tri pa na sorodnike, ena od njih tudi na prijatelje. Uporabniki storitev pomoči na domu vsi za pomoč

uporabljajo sorodstvene vezi. Neuporabniki storitev pomoči na domu za pomoč pokličejo sorodnike, dva sorodnike in partnerja, eden pa le partnerja. Kategorijo »socialna mreža« sem opredelil s kodami »družinske vezi«, »partner«, »prijatelj«, »sosedski odnosi« in Zavod Jutro«.

F4 - UTEMELJENA TEORIJA: Socialna mreža temelji predvsem na sorodstvenih vezeh, družini.

7. KOLIKO JEDILNIH OBROKOV DNEVNO IMATE IN ALI SO ZDRAVI?

G1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Ja, včasih dva.«, »Solate, dost,«, »sezonsko sadje.« **Zdrava prehrana**

(u12 2015) »zelenjava je zmerom, sadje je bolj tako«, »Mam pet obrokov.« **Zdrava prehrana**

(u13 2015) »Ne, ker vmes pojem kakšno sadje al pa kakšen piškot pojem vmes, če me lakota zagradi, tok da nimam tisto zajtrk, malca, kosilo,...«, »Sadje pa zelenjavo imam zelo rada, brez tega ne moreš živet.« **Zadovoljiva prehrana**

(u14 2015) »Zajtrk si nardim, malce niti ne«, »Popoldne nimam nobene malce, ker mamo takrat kosilo pol zvečer si neki malga nardim.«, »Sadja in zelenjave je dost.« **Zdrava prehrana**

(u20 2015) »Pa popoldne kakšna malica«, »Sadja veliko, zelenjave poleti veliko«, »solate zelo velik pojem.« **Zdrava prehrana**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »Jem petkrat na dan«, »jabolk, jogurt, včasih kakšno sadje« **Zdrava prehrana**

(u5 2015) »Jaz se ne držim discipline«, »jem pa kosilo in večerjo,«, »Vedno moraš od mize mal lačen odit.« **Zadovoljiva prehrana**

(u6 2015) »Normalno so trije močni, pol pa še vmes, to gledamo, da so zdravi. Gledamo, da je dost sadja in zelenjave.« **Zdrava prehrana**

(u7 2015) »Ja, ja trikrat dnevno. Jemo sadje, jabolke, pomaranče...redno ga jemo.« **Zdrava prehrana**

(u8 2015) »Ja, tri najmanj, pol pa še kaj vmes.«, »Ja še kar.« **Zadovoljiva prehrana**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Dokler sem lahko sama kuhala, sem vedno pripravljala zdrave obroke, zdaj jem kar dobim. Jem malo, tudi sadje.« **Nezdrava prehrana**

(u4 2015) »Jem trikrat na dan, tudi sadje, dve jabolki, banane, pomaranče.« **Zdrava prehrana**

(u9 2015) »Včasih dva včasih pa pet al pa več.«, »Ja, za to pa skrbim, ogromno zelenjave«, »zelo rada sadje«, »Imam jaz tukaj zdravo prehrano« **Zdrava prehrana**

(u10 2015) »Petkrat.«, »Sadje, zelenjava vsak dan, donat vsak dan, meso pa ne vsak dan.« **Zdrava prehrana**

(u16 2015) »Vmes mam malce, največkrat jem dopoldan, popoldan mal prešibam, kosilo je močno pa nisem tko lačna«, »Dopoldan kr mal pomalcam«, »Paradižnik, papriko zeleno, kompot, čežano.«, »ker moraš malcat.« **Zdrava prehrana**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Ja.«, »Velik sadja, zelenjave pa meso od purana, telečje meso, konjsko meso, piškote, pecivo dietno«, »sezonsko sadje« **Zdrava prehrana**

(u15 2015) »Ja, imamo.«, »zdravo živim.« **Zdrava prehrana**

(u17 2015) »Štiri.«, »Ja.« **Zdrava prehrana**

(u18 2015) »dva obroka«, »Uf, sadja kar pojem.«, »In zelenjavo.« **Zdrava prehrana**

(u19 2015) »Jabolka. Enga vsak dan. Zjutraj preden grem kavo pit.«, »tri obroke na dan«, »zeleno solato.« **Zdrava prehrana**

G2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Koliko jedilnih obrokov dnevno imate in ali so zdravi (sadje, zelenjava)?«

Kategorija: Prehranjevalne navade

Koda: Zdrava prehrana

(u11 2015) »Ja, včasih dva.«, »Solate, dost«, »sezonsko sadje.« (u12 2015) »zelenjava je zmerom, sadje je bolj tako«, »Mam pet obrokov.« (u14 2015) »Zajtrk si nardim, malce niti ne«, »Popoldne nimam nobene malce, ker mamo takrat kosilo pol zvečer si neki malga nardim.«, »Sadja in zelenjave je dost.« (u20 2015) »Ne, ne.«, »Pa popoldne kakšna malica«, »Sadja veliko, zelenjave poleti veliko«, »solate zelo velik pojem.« (u3 2015) »Jem petkrat na dan«, »jabolk, jogurt, včasih kakšno sadje« (u6 2015) »Normalno so trije močni, pol pa še vmes, to gledamo, da so zdravi. Gledamo, da je dost sadja in zelenjave.« (u7 2015) »Ja, ja

trikrat dnevno. Jemo sadje, jabolke, pomaranče...redno ga jemo.« (u4 2015) »Jem trikrat na dan, tudi sadje, dve jabolki, banane, pomaranče.« (u9 2015) »Včasih dva včasih pa pet al pa več.«, »Ja, za to pa skrbim, ogromno zelenjave«, »zelo rada sadje«, »Imam jaz tukaj zdravo prehrano« (u10 2015) »Petkrat.«, »Sadje, zelenjava vsak dan, donat vsak dan, meso pa ne vsak dan.« (u16 2015) »Vmes mam malce, največkrat jem dopoldan, popoldan mal prešibam, kosilo je močno pa nisem tko lačna«, »Dopoldan kr mal pomalcam«, »Paradižnik, papriko zeleno, kompot, čežano.«, »ker moraš malcat.« (u1 2015) »Ja.«, »Velik sadja, zelenjave pa meso od purana, telečje meso, konjsko meso, piškote, pecivo dietno«, »sezonsko sadje« (u15 2015) »Ja, imamo.«, »zdravo živim.« (u17 2015) »Štiri.«, »Ja.« (u18 2015) »dva obroka«, »Uf, sadja kar pojem.«, »In zelenjavo.« (u19 2015) »Jabolka. Enga vsak dan. Zjutraj preden grem kavo pit.«, »tri obroke na dan«, »zeleno solato.«

Koda: *Nezdrava prehrana*

(u2 2015) »Dokler sem lahko sama kuhala, sem vedno pripravljala zdrave obroke, zdaj jem kar dobim. Jem malo, tudi sadje.«

Koda: *Zadovoljiva prehrana*

(u5 2015) »Jaz se ne držim discipline«, »jem pa kosilo in večerjo«, »Vedno moraš od mize mal lačen oditi.« (u8 2015) »Ja, tri najmanj, pol pa še kaj vmes.«, »Ja še kar.« (u13 2015) »Ne, ker vmes pojem kakšno sadje al pa kakšen piškot pojem vmes, če me lakota zagrabi, tok da nimam tisto zajtrk, malca, kosilo,...«, »Sadje pa zelenjavo imam zelo rada, brez tega ne moreš živet.«

G3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu opisujejo prehrano kot zdravo, le ena kot zadovoljivo. Jedo veliko sadja in zelenjave, nimajo pa vse pet obrokov. Uporabnice storitev pomoči na domu imajo na jedilniku sadje in zelenjavo, ena pa pravi, da je zdrave prehranske obroke jedla le dokler jih je lahko sama pripravljala, zdaj pa se prehranjuje s tem kar ji dostavijo na dom in sicer v majhnih količinah hrane. Ne manjka tudi sadje. Neuporabniki storitev pomoči na domu imajo v povprečju zdravo prehrano, eden navaja nedisciplino pri obrokih in eden potrjuje malo sadja in zelenjave. Uporabniki storitev pomoči na domu pa vsi opisujejo svojo prehrano kot zdravo. Kategorija »prehranjevalne navade« sem opredelil s kodami »zdrava prehrana«, »nezdrava prehrana« in »zadovoljiva prehrana«.

G4 – UTEMELJENA TEORIJA: Večina udeležencev se zaveda pomembnosti zdrave prehrane in takšne so tudi njihove prehranjevalne navade.

8. KATERE BOLEZNI VAS PESTIJO ALI JEMLJETE KAKŠNA ZDRAVILA IN KAJ NAREDITE ZA OHRANITEV ZDRAVJA?

H1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Ja, mam krvni visok pritisk, kronično vnetje sinusov pa tole alergijo«, »Sam na vrtu.« **Bolezni, gibanje na vrtu**

(u12 2015) »mam sladkorno«, »Ja.«, »Kakšen pohod še nardim.« **Bolezni, pohod**

(u13 2015) »Ščitnica mi proizvaja premalo ščitničnega hormona«, »proti pritisku jemljem tablete«, »v glavnem hodim« **Bolezni, hoja**

(u14 2015) »ortopedske težave imam«, »Jemljem za pritisk«, »zdravila za stres jemljem«, »Jaz veliko pazim na prehrano«, »delo na vrtu, delo z rožami,« **Bolezni, delo na vrtu**

(u20 2015) »Ščitnico, pritisk, holesterol uravnavam s prehrano pa neki mam za odvajanje vode tablete, srce to jemljem tablete,«, »Sadje, zelenjava, sprehod.« **Bolezni, sprehod**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3) »Prostata, aritmija, išias, cukr.«, »Ja, za sladkor, za prostato mam dvoje«, »mam za redčenje krvi pa te mam za aritmijo tablete«, »kužita ven peljem, to je petkrat na dan obvezno.« **Bolezni, sprehod**

(u5 2015) »Mehur me še zdej matra.«, »sladkorno pa še za pritisk, dnevno jih mam devet.«, »Premal se gibljem, priznam.«, »Če mam čas grem«, »na pohode.«, »Rad delam tudi na njivi, jaz mam zemljo rad.« **Bolezni, delo na vrtu, pohodi**

(u6 2015) »Ja, aritmija, a to še ni tako hudo,«, »V preteklosti sem imel tudi holesterol, to sem poštimal.«, »Zdrava prehrana, to je glavno, tekočine pijem dost, v glavnem vodo.«, »kakšen sprehod« **Bolezni, sprehod**

(u7 2015) »Mam tut popuščanje srca, kronično popuščanje srca mi je diagnoza.«, »Jemljem za pritisk, za srce«, »Sprehodi, zdrava hrana pa na treninge hodim pikada.« **Bolezni, sprehodi, zdrava hrana**

(u8) »srčni bolnik«, »Ja gibanje. Z delom se ukvarjam vsestransko. Telovadim večkrat na teden« **Bolezni, telovadba**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Slabo zdravje, zelo me boli križ in noge, noge mi otekajo, vid mi peša, v mlajših letih sem prebolela tudi raka. Najbolj se bojim, da bi obležala zaradi bolezni.«, »Najbolj me mučita križ in noge.«, »Največ jemljem tablete proti bolečinam.«, »V preteklosti sem največ za zdravje skrbela z zdravo prehrano, zdaj ne naredim nič.« **Bolezni, pasivnost pri zdravju**

(u4 2015) »Pred letom me je desno kap, imam šen, astmo, angino pectoris, srčno aritmijo, okvarjeno hrbtenico, bolečine v kolku, vse. Svoj zob imam samo en, nosim protezo.«, »Veliko zdravil, ne vem na pamet, Lidija mi sortira zdravila«, »proti bolečinam vzamem trikrat na dan pa za odvajanje vode dvakrat, za srce imam sprej in tablete za spat.«, »Za ohranitev zdravja si pomagam s tabletami, drugače ne morem nič, i to sadje kar pojem.« **Bolezni, pasivnost pri zdravju**

(u9 2015) »Blo je od infarktov do možganske kapi, do borelioze, do osteoporoze tako strašno hude, zlomov tolik ogromno je blo v zadnjih letih.«, »Osem komadov na dan, včasih pa še kjerga več. Žal.«, »Malo več bi mogla jaz potrudt se za sprehode. Hitro omagam«, »prehranjujem se tako mešano, na konc bom rekla, zdravo.« **Bolezni, pasivnost pri zdravju**

(u10 2015) »Sladkorna, vodenica, sladkor je povzroču tole z očmi pa tut noge me bolijo«, »Ja, jih jemljem redno.«, »Gledam v prvi vrsti, da je higiena, da sem čista, da je hrana sveža, da ni postano, hrana sadje in zelenjavo, potem počitek tut, če vidim da ne gre, ne gre, redno moram zdravila, tle ni pardona.« **Bolezni, pasivnost pri zdravju**

(u16 2015) »Ščitnica, to je moja bolezen, sladkorna je dodatna,«, »Ja, zdravo jem, gibam se velik.«, »Ko vstanem, velik hodim, da se razgibam.« **Bolezni, hoja**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Holesterol se je lepo dol spravo, sladkor mam v povprečju 6,6,«, »kap,«, »zaradi strdka v Ljubljano«, »Potem imam še zdravila za srce in pritisk, pet zdravil imam.«, »Ja, kolker sem zmožen in sposoben, tok se mi žena prilagodi, tako hodimo.«, »na sprehod,« **Bolezni, sprehod**

(u15 2015) »Mam prebavne motnje, želodec, mam Parkins, vid, ja kaj bi našteval, kolena, noge.«, »Ja, ja.«, »Zdravo živim, jem zdravo in kolker se da se gibam, to je vse.« **Bolezni, gibanje**

(u17 2015) »Astmo in holesterol.«, »diskus«, »neke tablete.«, »Ja pa s kolesom se malo prevozim,«, »poleg hoje« **Bolezni, hoja**

(u18 2015) »mam sladkorno, nič druzga.«, »Ja, kap,«, »Enkrat,«, »Ja,«, »Jaz se potrudim kokr se morem,« **Bolezni, minimalni trud za zdravje**

(u19 2015) »Noga muči, roka, rak.«, »Astma.«, »Zdravila jemljem redno.«, »Mam dve pumpice, eno po potrebi, to sivo, pol mam pa to, to pa vsako jutro.«, »Čaja al pa soka sigurno spijem vsak dan.«, »To je moje zdravilo.« **Bolezni, pasivnost pri zdravju**

H2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Katere bolezni vas pestijo ali jemljete kakšna zdravila in kaj naredite za ohranitev zdravja?«

Kategorija: Zdravje

Koda: Bolezni

(u11 2015) »Ja, mam krvni visok pritisk, kronično vnetje sinusov pa tole alergijo«, »Sam na vrtu.« (u12 2015) »mam sladkorno«, »Ja.«, »Kakšen pohod še nardim.« (u13 2015) »Ščitnica mi proizvaja premalo ščitničnega hormona«, »proti pritisku jemljem tablete«, »v glavnem hodim« (u14 2015) »ortopedske težave imam«, »Jemljem za pritisk«, »zdravila za stres jemljem«, »Jaz veliko pazim na prehrano«, »delo na vrtu, delo z rožami,« (u20 2015) »Ščitnico, pritisk, holesterol uravnavam s prehrano pa neki mam za odvajanje vode tablete, srce to jemljem tablete,«, »Sadje, zelenjava, sprehod.« (u3 2015) »Prostata, aritmija, išias, cukr.«, »Ja, za sladkor, za prostato mam dvoje«, »mam za redčenje krvi pa te mam za aritmijo tablete«, »kužita ven peljem, to je petkrat na dan obvezno.« (u5 2015) »Mehur me še zdej matra.«, »sladkorno pa še za pritisk, dnevno jih mam devet.«, »Premal se gibljem, priznam.«, »Če mam čas grem«, »na pohode.«, »Rad delam tudi na njivi, jaz mam zemljo rad.« (u6 2015) »Ja, aritmija, a to še ni tako hudo,«, »V preteklosti sem imel tudi holesterol, to sem poštimal.«, »Zdrava prehrana, to je glavno, tekočine pijem dost, v glavnem vodo.«, »kakšen sprehod« (u7 2015) »Mam tut popuščanje srca, kronično popuščanje srca mi je diagnoza.«, »Jemljem za pritisk, za srce«, »Sprehodi, zdrava hrana pa na treninge hodim pikada.« (u8 2015) »srčni bolnik«, »Ja gibanje. Z delom se ukvarjam vsestransko. Telovadim večkrat na teden« (u2 2015) »Slabo zdravje, zelo me boli križ in noge, noge mi otekajo, vid mi peša, v mlajših letih sem prebolela tudi raka. Najbolj se bojim, da bi obležala zaradi bolezni.«, »Najbolj me mučita križ in noge.«, »Največ jemljem tablete proti bolečinam.«, »V preteklosti sem največ za zdravje skrbela z zdravo prehrano, zdaj ne naredim nič.« (u4 2015) »Pred letom me je desno kap, imam šen, astmo, angino pektoris, srčno aritmijo, okvarjeno hrbtenico, bolečine v kolku, vse. Svoj zob imam samo en, nosim protezo.«, »Veliko zdravil, ne vem na pamet, Lidija mi sortira zdravila«, »proti bolečinam vzamem trikrat na dan pa za odvajanje vode dvakrat, za srce imam sprej in tablete za spat.«, »Za ohranitev zdravja si

pomagam s tabletami, drugače ne morem nič, i to sadje kar pojem.» (u9 2015) »Blo je od infarktov do možganske kapi, do borelioze, do osteoporoze tako strašno hude, zlomov tolik ogromno je blo v zadnjih letih.«, »Osem komadov na dan, včasih pa še kjerga več. Žal.«, »Malo več bi mogla jaz potrudt se za sprehode. Hitro omagam«, »prehranjujem se tako mešano, na konc bom rekla, zdravo.« (u10 2015) »Sladkorna, vodenica, sladkor je povzroču tole z očmi pa tut noge me bolijo«, »Ja, jih jemljem redno.«, »Gledam v prvi vrsti, da je higiena, da sem čista, da je hrana sveža, da ni postano, hrana sadje in zelenjavo, potem počitek tut, če vidim da ne gre, ne gre, redno moram zdravila, tle ni pardona.« (u16 2015) »Ščitnica, to je moja bolezen, sladkorna je dodatna«, »Ja, zdravo jem, gibam se velik.«, »Ko vstanem, velik hodim, da se razgibam.« (u1 2015) »Holesterol se je lepo dol spravo, sladkor mam v povprečju 6,6«, »kap«, »zaradi strdka v Ljubljano«, »Potem imam še zdravila za srce in pritisk, pet zdravil imam.«, »Ja, kolker sem zmožen in sposoben, tok se mi žena prilagodi, tako hodimo.«, »na sprehod«, (u15 2015) »Mam prebavne motnje, želodec, mam Parkins, vid, ja kaj bi našteval, kolena, noge.«, »Ja, ja.«, »Zdravo živim, jem zdravo in kolker se da se gibam, to je vse.« (u17 2015) »Astma in holesterol.«, »diskus«, »neke tablete.«, »Ja pa s kolesom se malo prevozim«, »poleg hoje« (u18 2015) »mam sladkorno, nič družga.«, »Ja, kap.«, »Enkrat.« »Ja.«, »Jaz se potrudim kokr se morem«, (u19 2015) »Noga muči, roka, rak.«, »Astma.«, »Zdravila jemljem redno.«, »Mam dve pumpice, eno po potrebi, to sivo, pol mam pa to, to pa vsako jutro.«, »čaja al pa soka sigurno spijem vsak dan.«, »To je moje zdravilo.«

Koda: Pasivnost pri zdravju

(u2 2015) »V preteklosti sem največ za zdravje skrbela z zdravo prehrano, zdaj ne naredim nič.« (u4 2015) »Za ohranitev zdravja si pomagam s tabletami, drugače ne morem nič, i to sadje kar pojem.« (u9 2015) »Malo več bi mogla jaz potrudt se za sprehode. Hitro omagam« (u10 2015) »potem počitek tut, če vidim da ne gre, ne gre, redno moram zdravila, tle ni pardona.« (u18 2015) »Jaz se potrudim kokr se morem«, (u19 2015) »čaja al pa soka sigurno spijem vsak dan.«, »To je moje zdravilo.«

Koda: Hoja, sprehod, pohod

(u1 2015) »Ja, kolker sem zmožen in sposoben, tok se mi žena prilagodi, tako hodimo.«, »na sprehod«, (u15 2015) »Zdravo živim, jem zdravo in kolker se da se gibam, to je vse.« (u17 2015) »Ja pa s kolesom se malo prevozim«, »poleg hoje« (u16 2015) »Ko vstanem, velik hodim, da se razgibam.« (u3 2015) »kužita ven peljem, to je petkrat na dan obvezno.« (u5

2015) »Če mam čas grem« »na pohode.« (u6 2015) »kakšen sprehod« (u7 2015) »Sprehodi, zdrava hrana pa na treninge hodim pikada.« (u12 2015) »Kakšen pohod še nardim.« (u13 2015) »v glavnem hodim« (u20 2015) »Sadje, zelenjava, sprehod.«

Koda: *Delo na vrtu*

(u11 2015) »Sam na vrtu.« (u14 2015) »delo na vrtu, delo z rožami,« (u5 2015) »Rad delam tudi na njivi, jaz mam zemljo rad.«

H3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu imajo najpogosteje visok pritisk, težave s ščitnico imata dve, ena ima sladkorno bolezen. Omenjajo pa še težave s kroničnim vnetjem sinusov in alergijo, gibalne težave, stres, holesterol, srce in vodenic. Za ohranitev zdravja so aktivne na vrtu in hojo, pohodi oziroma sprehodi, pazijo pri prehrani in uživajo zdravila. Med uporabnicami storitev pomoči na domu imata dve sladkorno bolezen, ostale pa zelo širok spekter bolezni kot so: bolečine v križu, nogah, pešanje vida, kap, šen, astma, angina pektoris, aritmija, težave s hrbtenico in kolkom, preživel infarkt, možganska kap, borelioza, osteoporoza, vodenica, bolečine v nogah in ščitnica. Pri aktivnostih za ohranjanje zdravja so pasivne, ena se rekreira s hojo, v povprečju se potrudijo s prehrano, razen in uživajo zdravila. Med uporabniki storitev pomoči na domu imata dva sladkorno bolezen, dva imata težave z gibali, potem pa še imajo naslednje zdravstvene težave: težave s srcem, s Parkinsonovo boleznijo in želodcem, z astmo, holesterolom, eden je preživel kap, eden pa je preživel raka in ima astmo. Za ohranitev zdravja redno jemljejo zdravila, trije se gibajo, kolesarijo, hodijo, sprehajajo, nekateri se trudijo s prehrano dva pa sta precej pasivna pri gibanju. Neuporabniki storitev pomoči na domu imajo sladkorno bolezen, visok pritisk, aritmijo, težave s srcem, težave s prostato, krvjo in išiasom. Za zdravje poskrbijo z zdravo prehrano, sprehodi, telovadbo in delom na vrtu ter uživanjem tablet. Kategorijo »zdravje« sem opredelil s kodami »bolezni«, »pasivnost pri zdravju«, »hoja, sprehod, pohod« in »delo na vrtu«.

H4 - UTEMELJENA TEORIJA: Starost s seboj prinaša različne bolezni, analiza pokaže, da ima prav vsak udeleženec najmanj eno bolezen, večina pa jih ima tudi več, tako da nima nihče zdravja in vsi uživajo zdravila.

9. S ČIM SE UKVARJATE SKOZI TEDEN IN KAJ VAM NAJVEČ POMENI? VAM JE KDAJ DOLGČAS?

II - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »noben dan mi ni monoton«, »jaz bi rada fizično delala« »štihat, pograbra sem si, posejala«, »Tlele sem jaz svobodna.«, »Nikol mi ni dolgčas.« **Vrtno delo**

(u12 2015) »Al grem na vrt al pripravm za kuhat«, »na Društvu delam«, »grem na kakšen sprehod«, »če treba gremo tut na kolo«, »kašne družabne igre z otroc«, »gledam televizijo«, »rada čitam, pri knjigi ne zaspim in tu se dan obrne tik tak.«, »Več ali manj je isti.«, »Aktivna na vrtu, z družino, ...«, »Čez vikend grem kam s prijatljom.«, »Največ mi pomeni familija, kok naj rečem, družina, tu je ta prvu.«, »Ne, dolgčas mi ni, zaenkrat še ne.« **Kuhanje, vrtno delo, delo na društvu, sprehod, kolesarjenje, družabne igre, branje**

(u13 2015) »Rada gledam filme«, »radio rada poslušam.«, »na njivo pogledat«, »televizijo gledam«, »še nastopi«, »včasih so dvoje na teden«, »pevske vaje«, »Ugotovila sem, da najbolj mi napolni dušo petje.«, »da mi petje precej pomeni«, »V glavnem ni mi dolgčas.« **Gledanje filmov, poslušanje radia, pevske vaje, vrtno delo**

(u14 2015) »sem skos angažirana. Dnevi so več ali manj enaki, delo mam pa skus.«, »Vsaki dan se mi nekaj dogaja.«, »delo na vrtu, delo z rožami, delo z živalmi«, »jaz sem v bistvu deloholik, izrecno mi leži pisarniško delo, izrecno rada z ljudmi delam.«, »delala z ljudmi, me je vedno to veselilo, poskušala sem, če sem le mogla ljudem pomagat.«, »sploh mi ni dolgčas, nikoli mi ni dolgčas.« **Vrtno delo, delo z rožami, delo z živalmi, delo z ljudmi**

(u20 2015) »Poslušam radio, poslušam televizijo, gledam poročila obvezno, časopise čitam trače.«, »televizijo pa kak sprehod«, »križanke rešujem.«, »Vrt mi je pa res ko en balsam, ko eno zdravilo«, »To pa resnično uživam, ko grem na vrt, da delam«, »Ampak ko sem pa tam, pozabim na vse.«, »Zdravje.«, »Ne.« **Poslušanje radia, gledanje televizije, branje, reševanje križank, vrtno delo**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »muzko poslušam«, »Po kosilu se grem ponavadi mal uležť«, »reklame prečitam«, »Radio poslušam«, »Vse je isto.«, »Kuža, kuhanje, pomest pa počistit.«, »vrt«, »Poleti tam okrog avta, travo pulim, urejam parkirplac pa na vrt grem včasih kej urejat.«, »Spark, kuža.«, »Če je, grem pa na računalnik« **Poslušanje glasbe, počitek, branje reklam, poslušanje radia, kuhanje, čiščenje, delo z živaljo, delo na vrtu, urejanje parkirišča, računalnik**

(u5 2015) »Rad delam tudi na njivi«, »mam tok dela na športnem področju, da mi ni dolgčas«, »nardit plan za vsak dan v tednu.«, »Prebiram dnevne novice.«, »V knjižnico hodim«, »Pa še tekmovanja sobota nedelja.«, »kakšen film pogledam«, »Najbolj je jaz pravim složnost v družini pa pravilni odnosi v družbi s prijatelji.«, »Ne nikol.« **Delo na njivi, šport, tekmovanja, obiskovanje knjižnice, dnevni časopisi**

(u6 2015) »Vsak dan je isti, to je ko ura.«, »vsak četrtek redno kvartamo z upokojenci«, »kitaro ob torkih, ponedeljkih, pikado, vse izkoristmo kar se da izkoristit.«, »vrtičkat«, »mamo kužka, dvakrat dnevno 4 km«, »Jaz bolj TV, časopis, radio pa križanke rešujem.«, »Najraje se spravim v sobo, kitaro v roke, komad napišem pa posnamem in to je to. To je sproščanje.«, »Pohodniško grem še okrog, nikol mi ni dolgčas.« **Kvartanje, kitaro, pikado, vrtno delo, sprehod s psom, gledanje televizije, reševanje križank, poslušanje radia, pohod**

(u7 2015) »Vsi dnevi so več ali manj enaki«, »Na Društvu upokojencev sem prostovoljec«, »s pesom ven«, »Dvakrat na teden mam trening za pikado«, »enkrat na teden na Društvo za boj proti alkoholizmu«, »dnevno pred TV«, »radio poslušam redno, cele dneve.«, »Kot hišnik sem rad«, »Dolgčas mi ni nikoli, skoz mam nekaj« **Prostovoljstvo, pikado, sprehod s psom, gledanje televizije, poslušanje radia, aktivnosti hišnika, društvo za boj proti alkoholizmu**

(u8 2015) »Ja, skor vsak dan.(sprehod)«, »Mislim, da so podobni.(dnevi)«, »pri pevcih po dvakrat na teden vaje, pol pa še nastopi«, »mal pobalinamo«, »član moškega pevskega zbora«, »Televizijo pa poročila, kakšno športno oddajo.«, »Časopise redno, knjige pa občasno«, »V glavnem čebelarstvo.«, »Največ mi pomeni, da je družina kolker tolk urejena pa da je zdravje kolker tolk«, »Ne.« **Sprehod, pevske vaje in nastopi, balinanje, gledanje televizije, branje knjig in časopisov, čebelarjenje**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Dnevno berem časopis in poslušam radio.«, »Poslušam glasbo.«, »Zdravje in dobro počutje.« »Ja. (dnevi vsi enaki)«, »Skuham kavo in pripravim zajtrk«, »Zelo, zelo poredko.(ven iz stanovanja)«, »vsak dan pride tudi soseda.«, »Nikamor ne hodim, ker ne morem.«, »Največ gledam televizijo in počivam«, »dobro počutje.« **Gledanje televizije, poslušanje radia, poslušanje glasbe, obiski sosede, kuhanje**

(u4 2015) »Ne ne nikamor(vedno doma)«, »Radio poslušam stalno, to mi je rešitev, da vse sorte zvem.«, »Nič, tri leta mi življenje teče samo v postelji in do stranišča«, »Samo hčerko imam, pride vsak dan«, »Prijateljice pridejo enkrat, dvakrat na mesec, veliko pa se pogovarjam z njimi po mobitelu, stalno sem na telefonu.«, »Vsi dnevi so enaki, da je vikend vem, ko pridejo vnukinje in hčerka skuha kosilo.«, »Dok sem mogla sem najraje štrikala,

šivala.«, »rože imam rada.«, »Dolgčas, niti ne, sestrična me kliče, iz Hrvaške me kličejo, veliko sem zaposlena s telefoni.«, »Največ mi pomeni, da se mi segrejejo noge, ker me stalno zebe, da pogledam časopis, pojem malico, ob treh pride hčerka. Ko pride hčerka pa mi pomeni res največ.«, »Breme je, nič me ne veseli, ker sem doma, prej sem bila srečnejša.«

Poslušanje radia, pogosto telefoniranje, branje časopisov

(u9 2015) »Ja redno, Nedeljskega pa Novice.(časopisi prebiranje)«, »Ja, ja skus pa televizijo. (radio in TV)«, »Več ali manj isto. (teden)«, »Ja vsak dan. (ven iz stanovanja)«, »Skos aktivna, skos zaposlena, da bi jaz rekla, da mi je kdaj dolgčas? Ne.«, »Ja.(s hčerko redno srečuje)«, »S hčerjo in punčkami gremo večkrat v Dolenjske toplice«, »Družina, zdravje, prijatelji (največ pomeni)«, »Ja, žal.(najraje dela na računalniku)«, »Igrice.« **Branje časopisov, gledanje televizije, poslušanje radia, zdravilišče, računalnik**

(u10 2015) »³/₄ sem na zraku pa tut pozim«, »Zame je življenje čist vsak dan drugačno«, »Redno, poslušam slovensko muzko«, »Na vrtu mam pa veliko za plet«, »pranje ob sobotah«, »Ja, če ne pa po telefonu zvečer (s prijatelji se slišat)«, »ponedeljek ponavad moram imet perilo zlikano«, »Knjiga je razvedrilo pa nekaj za moje možgane, da nekaj zvem«, »Največ mi pomeni, da bo sin zdrav, da se bo dobro razumel v družini«, »Sinova sreča mi je v prvi vrsti«, »Pride kdaj dolgčas.« **Poslušanje glasbe, vrtno delo, čiščenje, likanje, branje knjig, telefoniranje**

(u16 2015) »Ja. (križanke in nadaljevanke vsak dan)«, »Ja, ja.(dnevi enaki)«, »Vsak dan smo skupaj. (snaha)«, »Popoldne mal pred peto všaltam pa poročila poslušam, no pol pa gledam eno nadaljevanko do zvečer,«, »popoldan grem mal ven«, »Ja, ja.(družinska kosila redno)«, »Ne hodim nikamor, nimam niti potrebe, ker vem, da nikamor ne morem it.«, »Najbolj družina, vnukinja mam najraj pa to.«, »Ne, men nikol. Dolgčas mi je po sinu pa po možu.« **Reševanje križank, gledanje nadaljevank, poslušanje poročil**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Jaz sem stalno doma«, »pogovarjamo se«, »Radio, to ta prvo, časopise, knjige«, »Ja isto, po enem in istem ritualu.(teden)«, »mal radio poslušam mal spet ležat pa mal tv pa z ženo spomine obujava.«, »TV gledam, to najraje počnem.«, »Družina, prej in zdej.«, »Včasih, ko dež pada pa ne morem ven« **Poslušanje radia, branje časopisov in knjig, gledanje televizije, pogovor v družini**

(u15 2015) »čiščenjem okrog hiše.«, »s pohodništvom po gozdu«, »Najraje se ukvarjam s sadjarstvom.«, »Jaz sem deloholik, vedno se okrog hiše kaj najde al pa na vrtu kakšno

opravilo. In to z veseljem opravljam.«, »Ne.« **Pohodništvo, čiščenje okrog hiše, sadjarstvo, delo na vrtu**

(u17 2015) »Enaki.(dnevi)«, »Skoz je enako okrog hiše pa okolice.«, »Gledam poročila.«, »Muziko pa skus poslušam.«, »Imam veselje do rož in da vidim, da je okolica čista, vrtnice vse mora biti porezano, vsak cvet moram očistiti.«, »Najraje vidim, da mam okolico urejeno.«, »Ne, ne.« **Delo okrog hiše, poslušanje glasbe, delo z rožami, poslušanje poročil**

(u18 2015) »Največ televizijo.(vedno gleda)«, »Enaki.(enaki dnevi)«, »Nč me tko ne veseli, da bi želje imel.«, »Ja.(modelarstvo)«, »Ni.« **Gledanje televizije, modelarstvo**

(u19 2015) »Vsak dan, redno. (radio poslušam)«, »Ni vsak dan isti.«, »Nikamor ne grem.«, »Včasih sem cel dan doma, včasih cel dan okol hodim«, »se lotim risat pol rišem.«, »Če je vreme grem na sprehod«, »Ja.(najbolj osrečuje risanje)«, »Ja, to sigurno. (svoboda največ pomeni)« (Prikima, da mu ni nikoli dolgčas) **Poslušanje radia, risanje, sprehod**

I2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »S čim se ukvarjate skozi teden, kaj vam največ pomeni in ali vam je kdaj dolgčas?«

Kategorija: *Izkoriščanje časa*

Koda: *Delo okrog hiše*

Zaradi velikega števila kod navajam le nekaj primerov:

(u17 2015) »Skoz je enako okrog hiše pa okolice.«, »Imam veselje do rož in da vidim, da je okolica čista, vrtnice vse mora biti porezano, vsak cvet moram očistiti.«, »Najraje vidim, da mam okolico urejeno.« **(u15 2015)** »čiščenjem okrog hiše.«, »Najraje se ukvarjam s sadjarstvom.«, »Jaz sem deloholik, vedno se okrog hiše kaj najde al pa na vrtu kakšno opravilo. In to z veseljem opravljam.«

Koda: *Delo na vrtu*

(u10 2015) »Na vrtu mam pa veliko za plet« **(u6 2015)** »vrtičkat« **(u5 2015)** »Rad delam tudi na njivi« **(u3 2015)** »vrt«, »Poleti tam okrog avta, travo pulim, urejam parkirplac pa na vrt grem včasih kej urejat.« **(u20 2015)** »Vrt mi je pa res ko en balsam, ko eno zdravilo«, »To pa resnično uživam, ko grem na vrt, da delam«, »Ampak ko sem pa tam, pozabim na vse.« **(u11 2015)** »jaz bi rada fizično delala«, »štihat, pograbra sem si, posejala« **(u12 2015)** »Al grem na vrt al pripravm za kuhat«, »Aktivna na vrtu, z družino« **(u13 2015)** »na njivo pogledat« **(u14 2015)** »delo na vrtu, delo z rožami, delo z živalmi«

I3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu so prav vse aktivne na vrtu in nobeni ni dolgčas, dve radi poslušata radio in gledata televizijo. Potem pa je še širok spekter aktivnosti s katerimi se ukvarjajo, kot so: kuhanje, delo na Društvu, sprehod, kolesarjenje, družabne igre branje, pevske vaje, delo z rožami, delo z ljudmi, delo z živalmi, branje, reševanje križank. Največ jim pomeni: svoboda, družina, petje, pomoč ljudem, zdravje. Uporabnice storitev pomoči na domu najpogosteje gledajo televizijo, poslušajo glasbo, poslušajo radio, berejo. Poleg tega še kuhajo, imajo obiske, telefonirajo, gredo v zdravilišče in na računalnik, opravljajo delo na vrtu, čistijo, likajo, rešujejo križanke. Največ jim pomenijo: zdravje in dobro počutje, obisk hčerke, družina, zdravje, prijatelji, sinovo zdravje, razumevanje v njegovi družini, družina, vnukinja. Nekateri izražajo občasno dolgočasnost. Neuporabniki storitev pomoči na domu so najpogosteje na vrtu, gledajo televizijo, se ukvarjajo z živaljo, poslušajo radio, berejo. Ukvarjajo pa se tudi še s kuhanjem, čiščenjem, poslušanjem glasbe, z računalnikom, z branjem reklam, urejanjem parkirišča in počivajo, s športom, tekmovanji, s kvartanjem, kitaro, pikadom, reševanjem križank, pohodništvom, s prostovoljstvom, pikadom, v društvu, z aktivnostjo hišnika, s sprehodi, pevske vaje, balinanjem. Največ jim pomenijo: kuža, složnost v družini, pravilni odnosi v družbi in prijatelji, sproščanje z glasbo, delo hišnika, družina in zdravje. Nikomur od njih ni nikoli dolgčas. Uporabniki storitev pomoči na domu poslušajo radio, gledajo televizijo, berejo, se pogovarjajo doma, gredo na pohode, se ukvarjajo s sadjarstvom, čistijo okolico hiše, delajo na vrtu, delajo z rožami, poslušajo poročila, se ukvarjajo z risanjem in modelarstvo in gredo na sprehod. Največ jim pomeni: družina, urejena okolica, modelarstvo, risanje. Dolgčas jim ni nikoli, razen enemu ko pada dež in se ne more ven. Kategorijo »izkoriščanje časa« sem opredelil s kodami »delo okrog hiše« in »delo na vrtu«.

I4 - UTEMELJENA TEORIJA: Udeleženci se ne dolgočasijo, imajo raznovrstne aktivnosti, najpogostejše so druženje z družino, delo na vrtu, gledanje televizije in poslušanje radia.

10. KAKO DOŽIVLJATE IN SPREJEMATE UPOKOJITEV?

J1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Jaz se sploh ne čutim, da sem penzionistka. Sam kar mi ni treba iti na šiht, lahko preložim delo od danes do jutri,« **Zadovoljstvo z upokojitvijo**

(u12 2015) »Kakšnih stresnih sprememb ni bilo, delaš pa tko skos.«, »Ne, za nazaj nič ne premlevam.«, »Tako da stike mam z vsemi še.«, »Tako da men ni dolgčas.« **Ravnodušnost**

(u13 2015) »Ja, sej sem komaj čakala, da bom šla v penzijo.«, »življenje se je vseeno bolj sprostito«, »Bremena določena so odpadla.« **Zadovoljstvo**

(u14 2015) »treba aktivno vključit v družbo.«, »ni prav, da se obstane« **Zadovoljstvo**

(u20 2015) ». Ja, velik se je spremenilo.«, »Ja, super. komaj sem čakala, da sem šla, čeprav pri 46. letih.« **Zadovoljstvo**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »Kot sem že reku, pričakoval sem več, če mislite to zadnje obdobje. Razočaran sem.«, »Kot zadnje obdobje življenja.«, »marsikjero stvar zmanjšat, prilagodit tekočem življenju, nimaš kej.« **Razočaranje, skromnost**

(u5 2015) »tiste delavne navade imam še vedno dobre, rad delam«, »Delovno.« **Zadovoljstvo**

(u6 2015) »Po upokojitvi pa sem se navezal na Društvo upokojencev.«, »Vsakmu rečem, če maš možnost pejt čimprej v pokoj, ker bo sm slabše, slabši časi so.« **Zadovoljstvo**

(u7 2015) »To je blo kar na hitro, ko nas niso več rabli na podjetju«, »na silo upokojit pol so pa najnižje penzije dali.«, »Grozna izkušnja.«, »ko sem se upokojil, sem šu hitro na Društvo upokojencev in sem se včlanu, taku da nisem biu nič osamljen.« **Razočaranje**

(u8 2015) »Teško sem se upokojil«, »Začetek je bil zelo težak, ker sem bil navajen z ljudmi delat, potem pa si kar naenkrat odrezan. Vendar se mora človek sam z drugim delom, z drugimi aktivnostmi začeti ukvarjat.« **Razočaranje**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Upokojitev je dobra, ker mi ni treba v službo, saj sem se nadelala.« **Zadovoljstvo**

(u4 2015) »Predčasno so me upokojili, ker me je zadel infarkt.«, »Breme je« »prej sem bila srečnejša.« **Razočaranje**

(u9 2015) »Prekrasno, jaz mam rada prosti čas. Potem sem mela več časa za svoje hobije, za svoja Društva, za vrt, njivo, dokler nisem tko zbolela,« **Zadovoljstvo**

(u10 2015) »človek sam dopovedat, da je tega konec, da to je jesen življenja, ki bi ga mogu človek zdrav do konca nekako speljat.«, »V glavnem tlele pri upokojitvi moraš pa razmišljat tako: Voljo maš pa srce tut hoče, telo pa noče. In to si moraš v glavo vtepst, ne gre, ne gre.«, »nekako sprijaznili, da čimprej gre vsak v svoj kot.« **Razočaranje**

(u16 2015) »Sej sem že rekla, jaz sem kr zadovoljna. Sam, da bi še tok bla, da bi šla še malo ven, da bi šla po nabavi, da se mal s kom srečaš. To bi še želela, če bo možnost.« **Zadovoljstvo**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »Skos lepo uživam,«, »Jaz sem pozitiven vsak dan, nisem žalosten, zamišljen.«, »sem zadovoljen in vesel.« **Zadovoljstvo**

(u15 2015) »Čisto normalno, kar z veseljem sem šel v pokojnino.«, »Ja.(doživlja pozitivno in delovno)« **Zadovoljstvo**

(u17 2015) »Ja.(pozitivno doživlja upokojitev)«, »Sem zadovoljen. Vidim kak so drugi reveži, jaz sem zadovoljen« **Zadovoljstvo**

(u18 2015) »Kar sem mogu sem mogu. Ker sem,... mogu je vsak it v penzijo.«, »Da dobro bi bilo. V redu da, bi blu.« **Brez navdušenja**

(u19 2015) »Niti ne razmišljam.«, »Mizarstvo pogrešam.«, »Ne, mene je samo strah, da bi padu pa da bi si to roko zlomu.« **Ne razmišlja**

J2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Temo: »Kako doživljate in sprejemate upokojitev?«

Kategorija: Odnos Do Upokojitve

Koda: Zadovoljstvo Z Upokojitvijo

(u11 2015) »Jaz se sploh ne čutim, da sem penzionistka. Sam kar mi ni treba it na šiht, lahko preložim delo od danes do jutri,« (u13 2015) »Ja, sej sem komaj čakala, da bom šla v penzijo.«, »življenje se je vseeno bolj sprostilo«, »Bremena določena so odpadla.« (u20 2015) »Ja, velik se je spremenilo.«, »Ja, super. komaj sem čakala, da sem šla, čeprav pri 46. letih.« (u5 2015) »tiste delavne navade imam še vedno dobre, rad delam«, »Delovno.« (u6 2015) »Po upokojitvi pa sem se navezal na Društvo upokojencev.«, »Vsakmu rečem, če maš možnost pejt čimprej v pokoj, ker bo sm slabše, slabši časi so.« (u2 2015) »Upokojitev je dobra, ker mi ni treba v službo, saj sem se nadelala.« (u9 2015) »Prekrasno, jaz mam rada prosti čas. Potem sem mela več časa za svoje hobije, za svoja Društva, za vrt, njivo, dokler nisem tko zbolela,« (u16 2015) »Sej sem že rekla, jaz sem kr zadovoljna. Sam, da bi še tok bla, da bi šla še malo ven, da bi šla po nabavi, da se mal s kom srečaš. To bi še želela, če bo možnost.« (u1 2015) »Skos lepo uživam,«, »Jaz sem pozitiven vsak dan, nisem žalosten, zamišljen.«, »sem zadovoljen in vesel.« (u15 2015) »Čisto normalno, kar z veseljem sem šel v pokojnino.«, »Ja.« (u17 2015) »Ja. Sem zadovoljen. Vidim kak so drugi reveži, jaz sem zadovoljen« (u14 2015) »treba aktivno vključ v družbo.«, »ni prav, da se obstane«

Koda: Razočaranje

(u10 2015) »človek sam dopovedat, da je tega konec, da to je jesen življenja, ki bi ga mogu človek zdrav do konca nekako speljat.«, »V glavnem tlele pri upokojitvi moraš pa razmišljat tako: Voljo maš pa srce tut hoče, telo pa noče. In to si moraš v glavo vtepst, ne gre, ne gre.«, »nekako sprijaznili, da čimprej gre vsak v svoj kot.« (u7 2015) »To je blo kar na hitro, ko nas niso več rabli na podjetju«, »na silo upokojit pol so pa najnižje penzije dali.«, »Grozna izkušnja.« »ko sem se upokojil, sem šu hitro na Društvo upokojencev in sem se včlanu, taku da nisem biu nič osamljen.« (u8 2015) »Težko sem se upokojil«, »Začetek je bil zelo težak, ker sem bil navajen z ljudmi delat, potem pa si kar naenkrat odrezan. Vendar se mora človek sam z drugim delom, z drugimi aktivnostmi začet ukvarjat.« (u3 2015) »Kot sem že reku, pričakoval sem več, če mislite to zadnje obdobje. Razočaran sem.«, »Kot zadnje obdobje življenja.«, »marsikjero stvar zmanjšat, prilagodit tekočem življenju, nimaš kej.«

Kode: Ravnodušnost, brez navdušenja, ne razmišlja

(u12 2015) »Kakšnih stresnih sprememb ni blo, delaš pa tko skos.«, »Ne, za nazaj nč ne premlevam.«, »Tako da stike mam z vsemi še.«, »Tako da men ni dolgčas.« (u18 2015) »Kar sem mogu sem mogu. Ker sem,... mogu je vsak it v penzijo.«, »Da dobro bi bilo. V redu da, bi blu.« (u19 2015) »Niti ne razmišljam.«, »Mizarstvo pogrešam.«, »Ne, mene je samo strah, da bi padu pa da bi si to roko zlomu.«

J3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu so vse razen ene, ki izkazuje ravnodušnost, zadovoljne, da so upokojene. Uporabnice storitev pomoči na domu so večinoma zadovoljne, ker so jih upokojili, medtem ko dve nista. Neuporabniki storitev pomoči na domu: trije so razočarani ali ravnodušni s trenutkom, ko so jih upokojili, dva pa sta zadovoljna, da sta šla v pokoj. Uporabniki storitev pomoči na domu v dveh primerih ne izkazujeta nikakršnega zadovoljstva z upokojitvijo, prevladujejo pa izredno zadovoljni. Kategorijo »odnos do upokojitve« sem opredelil s kodami »zadovoljstvo z upokojitvijo«, »razočaranje« in »ravnodušnost, brez navdušenja, ne razmišlja«.

J4 - UTEMELJENA TEORIJA: Večina udeležencev ima pozitiven, zadovoljen odnos do upokojitve. Zadovoljstvo z upokojitvijo sovпада z zadovoljstvom z življenjem.

11. KAKO VI DOŽIVLJATE KRIZO? VIDITE IZHOD?

K1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice storitev pomoči na domu

(u11 2015) »Marsikdo jo doživlja zaradi lenobe svoje. Bil je dobil delo pa ga ne želi, ker rajši živi s tistimi 250 euri. To je napaka države, da dobivajo za nič delat 250 eur na mesec.«

Lenoba

»Ne, ne verjamem, ker tako smo zabredli globoko,« **Brezizhodnost**

»Komu zdej to povedat, dokazat, da se da drugač, da ni treba te lopovščine pa tega.«

Brezizhodnost

»Kompletno z vso vlado dol pa nastavt poštene ljudi. Poštene ljudi, ko majo mal več pojma, ne samo na papirju ampak tudi v praksi.« **Odstavitev vlade**

(u12 2015) »Pohlep, misli, da sm on, a osnovne potrebe mam vsi enake.« **Enakost, pohlep**

»Ne, ne vem, edin tko pravjo, da se vsakih 50 let sesuje, politika, režim, zato ker gre v skrajnost. Eni ljudje so korajžni, eni pač prenašajo, eni pa udarjo nazaj.« **Propad**

»včasih mora met človek srečo pa na pravem kraju, da se mu obrne prav.« **Sreča**

(u13 2015) »Do krize pravim jaz pride v vsakem obdobju do požrešnosti.« **Požrešnost**

»zakaj je kriza pa požrešnost je, ki je glavna, ko hočjo ljudje imet preveč, tok, kot ne rabjo, pohlep je to.« **Pohlep, požrešnost**

»Upam, da bo. Že ko sem jaz bla mlada je blo težko si stanovanje dobit.« **Upanje**

(u14 2015) »Moti me to, da so tisti, ki so to povzročili, niso kaznovani.«, »Moti, da storilci niso kaznovani, da je taka socialna kriza, eni so s polnim žakljom denarja, sredina se manjša, čedalje več pa jih je na dnu.« **Nekaznovanost**

»Še vedno je blo. So ble že krize pa so bli tut vzponi. Hudo je, ko je takšna nezaposlenost, izrecno za mlade,« **Nezaposlenost**

(u20 2015) »Zato, ker so pokradli. Sej to je svetovna kriza, samo to je tut pripomoglo. Ni noben odgovoren za nobeno stvar.«, »Revež recimo in ta nizki morajo plačevat, uni ta visoki, ko odločajo, ne rabjo pa nič. To je to.« **Neodgovornost, kraja** »Težko, ker mislim, da so se preveč razpasli, bojim se, da so se preveč razpasli.« **Brezizhodnost** »Dobil si kredit, zdej maš 500 eurov plače, sej ne moreš kredit dobit, ker nisi sposoben.« **Kreditna nesposobnost**

Neuporabniki storitev pomoči na domu

(u3 2015) »Po mojem mnenju je bla prva napaka euro. Ker, ko je euro prišel noter, so cene skočile po tristo procentov. Druga napaka je naša politka, da smo tko deleč pršli zarad njih.«

Napačna politika

»Ne vem, če se bomo zmazali, al bojo pufi na pufi še šli pa bojo prodal vse skupaj Slovenijo.«

Brezizhodnost

(u5 2015) »Ja, pokradli so.«, »Težko. S to garnituro ne. Jaz mislim, da bo treba korak, ki ne bo lep za nas, da se bo nekaj spremenilo.« **Politika**

(u6 2015) »Politika, preveč je pobegnilo z vajeti.«, »spoštovanje, korektnost, poštenost pa delo z blaginjo, ne pa samo se špona z davki, tle davek, tam davek.«, »trenutno prihodnosti svetle jaz ne vidim.« **Brezizhodnost, politika**

(u7 2015) »Jaz te krize nisem doživljal, mi mamó skoz isto. Eni so si sami krivi, da je prišlo do slabe situacije. Ne vem, to je vlada kriva, da je dovolila, da se je vse pokradlo, zarad tega je prišlo do krize,« **Krivda vlade**

(u8 2015) »Hudo mi je, da je sploh do tega prišlo, ker ne bi blo potrebno, da pride do tega. Da se je le gotovo število v državi razbohotilo in porušilo ta pravi ritem življenja.«

Razočaranje »Ta razna prilaščanja bogastva, nepošteno bogatenje, to človeka strašansko prizadene,« **Prizadetost, Nepošteno bogatenje**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Jezna sem na politiko, grabijo samo sebi. Mi smo tudi delali 40 let v gostinstvu pa ne dobim niti 600€. Tudi na stara leta nimam za dom.«, »Samo, če bo pravičen svet. Tako pa se ljudem dogajajo krivice, eni imajo več drugi manj.« **Jeza, krivice**

(u4 2015) »Čutim krizo, oni imajo krasne plače, mi majhne penzije, a moraš živet. Nihče ne vodi brigo za stare ljude, sej se da še živit tut če si star. Kriza je zato, ker je pokradeno vse. Poropano, nihče ne ve kje so bogataši.«, »Izhod? Da bi vsi pošteno živeli, tisti ki krade v zapor pa denar vrnit.«, »Ne morem svetovat, slaba prihodnost se kaže. Včasih smo vsi delali v Jugoslaviji, zdaj ne moreš vzeti posojilo, nič, ne moreš ustvariti družino, kupiti stanovanje.«

Slaba prihodnost, nezadovoljstvo s pokojninami, kraje

(u9 2015) »Lopovi, vsak samo za svoj žep, vsak samo za svoj žep, pohlep. Tudi prej se je kradl, samo ne tako, prej se je z žličko, zdej se pa z lopato.«, »Glejte, sem vedno optimistična, tle pa ne vidim izhoda in ne vem kaj bi treba naredit.« **Kraja, pohlep, brezizhodnost**

(u10 2015) »Ta kriza sploh ni bla potrebna.«, »Ni svetle luči, ni več tiste Slovenije, to se pravi, da se dogajajo nepravilnosti.«, »Sam na mladih vidim izhod.«, »In škoda je kolk mladih

je študiranih, kolk to stane državo in starše in si iščejo kruha v tujini. In to gre vsa pamet ven.« **Brezizhodnost, prihodnost na mladih**

(u16 2015) »Preveč je tale potrošnja pa korupcija je največ kriva.«, »Ne morem pozitivno gledat na to.«, »Eni so kazniva dejanja naredl pa so jim vse zbrisal, vse grehe«, »Ne verjamem nič, zdej ko to poslušáš, ne vem kako bo šlo to.« **Korupcija**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »nič dober; vse se zapira, vse se bo prodalo, Slovenije več ne bomo imeli.«, »Ne, men se zdi, da bo slabše, ker se ne premika, gre samo na slabše. Koliko se delovnih mest odpre? Nič. Od česa čmo živet, če ne dobim penzije, od česa čem živet? Dok je penzija, raztegnemo, da je čez mesec.« **Brezizhodnost**

(u15 2015) »Krizo je že po eni strani mednarodno pogojena, po drugi strani pa slabo vodstvo države, preveč birokracije.«, »Zelo slabo, zaenkrat slabo kaže.« **Brezizhodnost**

(u17 2015) »To pa nikakor ne morem ugotovit zakaj. Zakaj je to ratalo? Zakaj majo eni tako velike plače? To mi ne gre. Kaj rabi 10 tisoč eden človk? Sej ni ne vem kaj naredu.«, »Skoz mislim, da bo boljše pa nikdar ni.« **Brezizhodnost**

(u18 2015) »Boljše nikol ne bo, ker so gor taki na vladi, ko samo sebi vlečejo al pa tisti na banki.« **Brezizhodnost**

(u19 2015) »Ne bi ti vedu povedat.«, »Ne bo, ker prevč kradejo.« **Kraja**

K2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Kako vi doživljate krizo, vidite izhod?«

Kategorija: Pogled starejših na krizo

Koda: *Brezizhodnost*

Zaradi obsežnosti gradiva prikažem en primer kategoriziranja.

(u1 2015) »nič dober; vse se zapira, vse se bo prodalo, Slovenije več ne bomo imeli.«, »Ne, men se zdi, da bo slabše, ker se ne premika, gre samo na slabše. Koliko se delovnih mest odpre? Nič. Od česa čmo živet, če ne dobim penzije, od česa čem živet? Dok je penzija, raztegnemo, da je čez mesec.« (u15 2015) »Krizo je že po eni strani mednarodno pogojena, po drugi strani pa slabo vodstvo države, preveč birokracije.«, »Zelo slabo, zaenkrat slabo kaže.« (u17 2015) »To pa nikakor ne morem ugotovit zakaj. Zakaj je to ratalo? Zakaj majo eni tako velike plače? To mi ne gre. Kaj rabi 10 tisoč eden človk? Sej ni ne vem kaj naredu.«, »Skoz mislim, da bo boljše pa nikdar ni.« (u18 2015) »Boljše nikol ne bo, ker so gor taki na

vlati, ko samo sebi vlečejo al pa tisti na banki.« (u4 2015) »Čutim krizo, oni imajo krasne plače, mi majhne penzije, a moraš živeti. Nihče ne vodi brigo za stare ljude, sej se da še živeti tut če si star. Kriza je zato, ker je pokradeno vse. Poropano, nihče ne ve kje so bogataši.«, »Izhod? Da bi vsi pošteno živeli, tisti ki krade v zapor pa denar vrnit.«, »Ne morem svetovat, slaba prihodnost se kaže. Včasih smo vsi delali v Jugoslaviji, zdaj ne moreš vzeti posojila, nič, ne moreš ustvariti družino, kupiti stanovanje.« (u9 2015) »Lopovi, vsak samo za svoj žep, vsak samo za svoj žep, pohlep. Tudi prej se je kradl, samo ne tako, prej se je z žličko, zdej se pa z lopato.«, »Glejte, sem vedno optimistična, tle pa ne vidim izhoda in ne vem kaj bi treba naredit.« (u10 2015) ». Ta kriza sploh ni bla potrebna.«, »Ni svetle luči, ni več tiste Slovenije, to se pravi, da se dogajajo nepravilnosti.«, »Sam na mladih vidim izhod.«, »In škoda je kolk mladih je študiranih, kolk to stane državo in starše in si iščejo kruha v tujini. In to gre vsa pamet ven.« (u11 2015) »Ne, ne verjamem, ker tako smo zabredli globoko,«, »Komu zdej to povedat, dokazat, da se da drugač, da ni treba te lopovščine pa tega.«

K3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice storitev pomoči na domu vidijo krizo z različnih zornih kotov; ena meni, da je pri nekaterih kriva lenoba za nezaposlenost, druga navaja kot vzrok krize pohlep, tretja požrešnost, četrta pravi, da je nekaznovanost za povzročitelje pomembna, peta pa poudarja neodgovornost kot vzrok za krizo. Ne vidijo izhoda iz kriza, le ena izraža upanje, da bo bolje. Uporabnice storitev pomoči na domu krivijo za krizo politiko in korupcijo. Izhoda ne vidijo. Uporabniki storitev pomoči na domu tudi valijo krivico za krizo na vlado, torej politiko, situacijo pa vidijo kot brezizhodno. Neuporabniki storitev pomoči na domu za krizo prav tako krivijo napačno politiko, nepošteno bogatenje. Svetle prihodnosti ne vidijo. Kategorija »pogled starejših na krizo« sem opredelil s kategorijo »brezizhodnost«.

K4 - UTEMELJENA TEORIJA: Pogled udeležencev na krizo je usmerjen na politiko kot krivca zanjo.

12. KAJ BI Z VAŠIMI IZKUŠNjami SVETOVALI NAM MLADIM?

L1 - DOLOČITEV ENOT KODIRANJA IN ODPRTO KODIRANJE

Neuporabnice pomoči na domu

(u11 2015) »Eden sam se ne moreš boriti proti takšni...to bi se morali množično, množično zbrat pa it.« **Protesti**

(u12 2015) »več kot da si pošten pa priden pa nič ne nardiš v tem sistemu, edin ti maš mirno vest. Pa vsakga moraš spoštovat, vsak je sebe vreden. Nisi ti več vreden al pa jast, enake pravice mammo vsi« **Spoštovanje**

(u14 2015) »Nikol odnehat, nikol odnehat,«, »Nikol odnehat, če ti tle ne gre, probej drugje, probaj, poišči, raziskuj, poskusi, kjero delo ti bo šlo, al pa nekje boš že najdu tisto sredino v kateri boš lahko uspel. Ne smeš nikol odnehat, vrtat, iskat, nikol odnehat, dobr vsi nimajo tega v sebi, tisto borbo za preživetje.« **Vztrajnost**

(u20 2015)»Smilte se mi, res, smilte se mi. Učit se, delat, čimprej službo dobit. V takem času živimo, da res se mi smilte mladina. In tut vprašanje kakšno prihodnost imate.« **Črna prihodnost**

(u13 2015) »Težko vprašanje, še težji odgovor in nasvet.«, »Prvo kot prvo, moraš ostat sam sebi zvest, tut če je tolk in tolk ljudi okrog tebe, ki počnejo te svinjarije, ti ostaneš tebi zvest.« **Zvestoba sebi**

Neuporabniki pomoči na domu

(u3 2015) »Sej skor ne morš nič svetovat, sej se vsi mladi šolate pa kaj, če nimate službe.« **Brezizhodnost**

Grozno je. Jaz sem takrat komaj čaku prvo službo, ko sem jo mel, sem jo zagrabu. Pa ob službi išči drugo. Delaj kar je. Tut na komunalo.« **Vsako delo je častno**

(u7 2015) »Mora bit enkrat boljše.«, »Ja, da bi bli prijazni, pridni, pošteni. Delo se bo že najdllo kakšno.« **Pozitivnost**

(u6 2015) »Bodite uporni, ker na mladih svet stoji, to so že nekoč rekli. Uporni pa pošteni in delavni, pol bote nekaj dosegli pa za pravico se zavzemajte. To je to. Druzga nič ne rabiš, če ti to uspe, si zmagal.« **Zavzemanje za pravico**

(u5 2015) »Jaz vam želim, ko končate študij, da dobite zaposlitev, kajti če nimaš svojga dela, svojga denarja, nisi enakovreden. Denar, ki ti ga da mama ali ata je drugačen od tistga, ki ga sam zaslužiš.«, »za mladino je treba več naprav, mladinski prostori bi morali biti, ne po lokalčkih« **Zavzemanje za mladino**

(u8 2015) »Ne znam povedat, ne znam.«, »Predvsem bi tako kot mojim vnukom rečem, bodte pridni, pošteni, spoštujte drug druzga.« **Spoštovanje drugega**

Uporabnice storitev pomoči na domu

(u2 2015) »Bodi delaven in pošten. Spoštovanje je glavno.« **Spoštovanje**

(u4 2015) Kaj bi ti rekla? Uči se in bodi pošten.« **Poštenost**

(u9 2015) »Mladim? Da se ne dajte, da se borite, da se uprite temu kar se zdeje dogaja. Mi stari ne bomo nič, mi lahko samo gladovno stavkamo, to bo še najlažje.«, »Ja, ker temu se je treba uprt.«, »Niti slučajno, niti slučajno in na vas to stoji, da boste zrihtali, ker kokr si bote zrihtali, taka bo vaša starost. In je treba sedaj koreniti spremenit.« **Upor**

(u10) »Izhod je, če boste ta mladi smeli več nardit.«, »V prvi vrsti poštenje pa da imate hrbtnico.«, »Skoz moraš vedet tisto kar si se odločil, razvijaj, mate dost možnosti.«

Prihodnost na mladih, poštenost

(u16 2015) »Sej pravim, zato se mi pa mladi smilte.«, »To je v prvi vrsti, da je delaven, da vidi sam kaj je treba nardit.« **Usmiljenje, delavnost**

Uporabniki storitev pomoči na domu

(u1 2015) »nimate nobene perspektive.«, »ne morete si družine ustvarit, kredita vzeti, nič. V šolo hodiš, nazadnje si pa večvreden.« **Neperspektivnost, brezizhodnost**

(u15 2015) »Mladim bi blo treba dat veljavo in možnosti, da bi se mladi ljudje strokovno svoje znanje uveljavili, ker so sposobni in voljni delat.« **Zaupanje v mlade**

(u17 2015) »Jaz se sam bojim, kak bote vi mladi živeli. To me sam zanima. Zmeraj slabše je, sej študenti so tut reveži.« **Brezizhodnost**

(u18 2015) »Da bi delo blo za vse, da bi šolo naredu, da bi delali večje stvari, astronauti da bi bli, da ne bi blo trpljenja, vojne.« **Upanje**

(u19 2015) »Zdravje pa poštenost.« **Poštenost, zdravje**

L2 - UREJANJE POSTAVK/IZJAV V KATEGORIJE PO POJMIH ALI KODAH

Tema: »Kaj bi z vašimi izkušnjami svetovali nam mladim?«

Kategorija: Nasvet mladim

Koda: Spoštovanje

Zaradi obsežnosti gradiva prikažem dva primera kategoriziranja.

(u12 2015) »več kot da si pošten pa priden pa nič ne nardiš v tem sistemu, edin ti maš mirno vest. Pa vsakga moraš spoštovat, vsak je sebe vreden. Nisi ti več vreden al pa jast, enake pravice mammo vsi« (u8 2015) »Ne znam povedat, ne znam.«, »Predvsem bi tako kot mojim vnukom rečem, bodte pridni, pošteni, spoštujte drug družga.« (u2 2015) »Bodi delaven in pošten. Spoštovanje je glavno.«

Koda: *Poštenost*

(u10 2015) »Izhod je, če boste ta mladi smeli več naredit. »V prvi vrsti poštenje pa da imate hrbtenico.« **(u19 2015)** »Zdravje pa poštenost.« **(u4 2015)** »Kaj bi ti rekla? Uči se in bodi pošten.«

L3 - INTERPRETACIJA: Neuporabnice pomoči na domu svetujejo mladim: proteste zaradi krize, svetujejo nam, da naj bomo spoštljivi do vsakega, zvesti sami sebi, vztrajni, napovedujejo nam črno prihodnost, smilimo se jim. Uporabnice storitev pomoči na domu nam svetujejo spoštovanje, poštenost, upornišvo, delavnost. Uporabniki storitev pomoči na domu vidijo našo prihodnost kot brezizhodno, predlagajo več veljave in možnosti mladim, želijo nam zdravje in poštenost, da ne bi bilo vojne in trpljenja, da bi bilo dela za vse, da bi končali šole in v življenju delali velike stvari. Neuporabniki pomoči na domu predlagajo mladim naj sprejmemo vsako delo, saj je vsako delo častno, svetujejo, da naj bomo prijazni, pridni in pošteni, naj se zavzemamo za pravico in bomo uporniški, pošteni in delavni, zavzemajo se za mladino in priporočajo spoštovanje. Kategorija »nasvet mladim« sem opredelil s kodama »spoštovanje« in »poštenost«.

L4 - UTEMELJENA TEORIJA: Spoštovanje in poštenost sta nasvet udeležencev mladim.

PRILOGA B: Anketni vprašalnik

VPRAŠALNIK

Spoštovani-e! Sem absolvent visokošolskega programa Družboslovne informatike na Fakulteti za družbene vede. Pri izdelavi diplomskega dela z naslovom ***Kakovost življenja starejših ljudi v Kočevju***, vas prosim, da mi pomagate z izpolnjevanjem priloženega anketnega vprašalnika, s katerim zagotavljam zaupnost podatkov in izjav. Vprašalnik izpolnjujete z obkroževanjem črke pred odgovorom ali z odgovorom na črto. Pri vsakem vprašanju z obkroževanjem je možen le en odgovor.

Zahvaljujem se vam za sodelovanje.

Alen Udovč

1. Spol: a) moški b) ženski

2. Koliko ste stari: _____

3. Katero izobrazbo imate:

a) brez izobrazbe b) osnovna šola c) poklicna č) srednja d) višja e) visoka
f) univerzitetna

4. Zakonski stan:

a) samska-i b) poročen-a c) izvenzakonska skupnost č) razvezan-a
d) vdovec/vdova

5. S kom živite:

a) sam b) z zakoncem c) z otroci/vnuki č) drugo _____

6. Ali živite v lastniškem stanovanju / hiši:

a) da b) drugo _____

7. Ali ste zadovoljni s svojimi bivalnimi razmerami: a) da b) ne

8. Koliko časa ste upokojeni: _____

9. Ali ste zadovoljni z višino vaše pokojnine: a) da b) ne

10. Ali prejimate še druge vrste denarnih prejemkov (kot so varstveni dodatek, izredna denarna socialna pomoč in podobno):

a) da, kateri _____ b) ne

11. Ali še delate zaradi dodatnega zaslužka za preživetje:

- a) redno b) včasih c) ne delam

12. Kakšno je vaše zdravje:

- a) odlično b) zelo dobro c) dobro č) zadovoljivo d) slabo

13. Ali ste zaradi kakšne bolezni omejeni pri vaših vsakdanjih opravilih:

- a) pogosto b) ne c) včasih

14. Ali ste telesno aktivni (*rekreacija, športne aktivnosti*):

- a) redno b) včasih c) nikoli

15. Ali obdelujete vrt:

- a) redno b) včasih c) nikoli

16. Kdo vam opravlja gospodinjska dela (*kuhanje, čiščenje,...*):

- a) žena b) mož c) otroci č) servis

d) drugo _____

17. Koga najpogosteje prosite za dodatno pomoč: _____

18. Ali ste uporabniki storitev za oskrbo starejših (*socialna oskrba na domu: gospodinjska pomoč, prinašanje obrokov, osebna higiena, pospravljanje, spremljanje k zdravniku, patronažna služba,...*)

- a) da, katere _____ b) ne

19. Čemu posvečate največ časa, odkar ste upokojeni: _____

20. Kateri so vaši najljubši hobiji / konjički: _____

21. Koliko časa dnevno preživite pred televizijo: _____

22. Ali uporabljate mobilni telefon:

- a) redno b) redko c) ga nimam

23. Ali uporabljate računalnik:

- a) redno b) redko c) nikoli č) ga nimam

24. Ali obiskujete tretjo življenjsko univerzo na Ljudski univerzi v Kočevju:

- a) redno b) redko c) ne obiskujem

25. Ali ste včlanjeni v kakšno skupnost, društvo (*upokojencev, invalidov in podobno*) ali politično stranko:

a) da (če ste včlanjeni prosim napišite kje): _____

b) nikjer nisem včlanjen

26. Ali imate otroke:

a) da (koliko): _____ c) nimam otrok

27. S kom se največ družite (otroci, vnuki, prijatelji, sosedi,...):

28. Katera vrednota je za vas najpomembnejša, če bi lahko izbrali samo eno:

a) zdravje b) družina c) ljubezen č) denar d) neodvisnost
e) prijateljstvo f) svoboda g) življenje h) drugo: _____

29. Katera vrednota je druga po lestvici, ki je vam najpomembnejša in katera tretja:

30. Kakšno je vaše mnenje o položaju starejšega prebivalstva v družbi:

31. Ali ste zadovoljni s kakovostjo oziroma kvaliteto vašega življenja:

a) da b) ne

Hvala vam za vaš čas in lep dan želim!

PRILOGA C: Vprašanja in podvprašanja za intervju

Predstavitev: Intervju začnem po izpolnjenem anketnem vprašalniku. Poudarim zaupnost podatkov in izjav in razložim zakaj se bodo informacije uporabljale. Udeležencu povem, kaj pričakujem od njega.

Potek: Po opravljenih formalnostih začnem z intervjujem: na začetku postavim nekaj lažjih vprašanj za ogrevanje in sproščeno ozračje. Med intervjujem spodbujam udeleženca s postavljanjem vprašanj dokler nisem prepričan, da je popolnoma odgovoril na postavljeno vprašanje. Na koncu intervjuja ga še povprašam, kaj si misli o intervjuju ali bi kaj predlagal in ali je ostalo še kaj navedenega. Ponovno poudarim zaupljivost in kako bodo informacije uporabljene ter se zahvalim za sodelovanje v raziskavi.

1. Kako ste zadovoljni z življenjem po upokojitvi? Kaj in koliko let ste delali? Pogrešate službo? Katero pokojnino prejimate: starostno, invalidsko ali drugo? Ali ste zaradi upokojitve morali v svojem življenju kaj spremeniti? Kaj za vas predstavlja kakovostno/kvalitetno življenje v starosti? Povejte kako razporedite pokojnino; koliko gre za položnice, hrano in drugo? Ali lahko varčujete? Ali imate kakšen kredit? Zakaj? Čemu se pogosto odpovedujete? Ali imate občutek, da ste revni, skromni ali bogati? Kaj je za vas primerna pokojnina, ali jo dosegate? Ali denarno pomagata družinskim članom in prijateljem ali morda drugi za preživetje denarno pomagajo vam? Poslujete s plačilnimi karticami? Ste nezgodno in življenjsko zavarovani?

2. V kakšnih bivalnih razmerah živite? Opišite vaš bivalni prostor, kjer živite. Imate v stanovanju vse kar potrebujete? Kaj vse? Ali v stanovanju potrebujete kakšno prenovo? Imate kakšne (zdravstvene, arhitektonske) ovire do dostopa v stanovanje? Ste zadovoljni s sosesko v kateri živite? So vam blizu in dostopne trgovine, zdravstveni dom, banka in druge javne ustanove? Ali še vozite avtomobil? Če bi bilo potrebno ali bi bili pripravljeni prostovoljno bivati v domu starejših ali pa želite za vsako ceno živeti v domačem okolju?

3. Na koga bi se obrnili, če bi potrebovali pomoč v vsakodnevem življenju? Komu se največkrat zaupate, če ste v stiski ali potrebujete pomoč? Poznate vse oblike pomoči starejšim na domu v Kočevju? Poznate vse storitve oskrbe in dejavnosti (Društvo upokojencev, invalidov, Ljudska univerza,..) starejših v Kočevju? Če ste morda deležni kakršnekoli oskrbe ali pomoči na domu, kako ste zadovoljni s storitvami in koliko plačate zanje? Ste kdaj

primorani koristiti storitve Rdečega križa ali Karitasa? Ali mislite, da je v Kočevju primerno poskrbljeno za starejše ljudi? Kaj pogrešate?

4. Ali lahko opišite kako običajno poteka vaš dan? Ali dobro spite? Kdaj vstajate? Ali si sami pripravljate hrano ali jo imate naročeno na dom? Koliko obrokov dnevno imate in ali so zdravi (sadje, zelenjava)? Imate kakšne škodljive razvade? Kdo vas najpogosteje obišče? Kaj skupaj počnete? Ali vas morda obiskuje tudi patronažna sestra ali socialna oskrbovalka? Če da kako vam pomagajo? Se vsak dan odpravite ven iz stanovanja? V trgovino, na obisk, v knjižnico, na kakšno aktivnost ali dejavnost, prostovoljstvo,...? Spremljate dnevno politična dogajanja, kaj menite o njih? Berete dnevne časopise, knjige, poslušate radio? Kaj najraje gledate po televiziji? Kdaj se običajno odpravite spat?

5. Mi lahko opišete kako poteka vaše življenje skozi teden? Ali so vam vsi dnevi enaki? Si privoščite kakšen dan samo zase? Obiščete frizerja, pedikerja, zdravilišče,..? Se odpravite kam na izlet? Če da, kako izgleda? Ali ste pogosto pri zdravniku? Imate določen dan za generalno čiščenje stanovanja, pranje, likanje perila? Kako pogosto se srečujete z otroci? Imate družinska nedeljska kosila? Ali imate in ali varujete vnuke in pravnuke? Kako pogosto se srečujete s prijatelji? Kako pogosto imate stike s sosedi? Kaj delate skupaj? Ste prostovoljec pri kakšnem združenju, društvu? S čim vse se ukvarjate skozi teden? Kaj najraje delate? Kaj vam največ pomeni? Vam je kdaj dolgčas?

6. Ali lahko poveste še kaj o sebi, o doživljanju in kakovosti vašega življenja? Kako doživljate in sprejemate upokojitev? Ali vas je strah starosti? Ste se soočali z izgubami bližnjih ali prijateljev? Ali ste osamljeni? Koliko je za vas pomembno duhovno življenje? Kaj si želite pa nimate priložnosti ali denarja za to? Kaj vas trenutno najbolj bremeni v vsakdanjem življenju in česa se najbolj bojite za prihodnost? Katere bolezni vas pestijo? Ali jemljete kakšna zdravila? Kaj naredite za ohranitev zdravja? Ali se počutite družbeno koristni? Se udeležujete volitev? Kaj najbolj cenite pri ljudeh? Kaj vas najbolj osrečuje? Če bi bilo mogoče ponovno biti mlad in še enkrat živeti svoje življenje, bi pristali na to? Katero obdobje vašega življenja ocenjujete kot najlepše in zakaj? Otroštvo, mladost, srednja leta ali starost? Kako vi vidite in doživljate krizo, zakaj je prišlo do nje? Vidite izhod? Kaj bi z vašimi izkušnjami svetovali nam mladim?

7. Kaj si mislite o intervjuju? Ali bi še kaj želeli predlagati? Ali je ostalo kaj navedenega, kar vi ocenjujete kot pomembno?

PRILOGA Č: Primer intervjuja

UDELEŽENEC 6

SPOL: moški

STAROST: 67 let

STATUS: poročen

NEUPORABNIK STORITEV POMOČI NA DOMU

ALEN: Kako ste zadovoljni z življenjem po upokojitvi?

UDELEŽENEC 6: Kot upokojenec še kar, ampak na stanje katero je zdaj v državi, bi mogu rečt, da je alarmantno, penzije so majhne na splošno, ne samo pri meni, ampak pri večino penzionistih, če bi se tole urihtalo v nekoliko normalne pogoje, bi blo še kar vzdržno, ampak moram pa rečt po televiziji govorijo, cena bencina je šla gor pa nam ponujajo kot primer Nemčijo pa to je šlo gor pa naj nam še povejo kake penzije majo v Nemčiji napram ostalim stroškom.

ALEN: Kaj in koliko let ste delali?

UDELEŽENEC 6: Delal sem na Itasu in sem kar lepo do penzije. Po upokojitvi pa sem se navezal na Društvo upokojencev.

ALEN: Pogrešate službo?

UDELEŽENEC 6: Ja, dve leti sem sanjal, pol sem se pa umiril, ker sem pa tle na Društvu precej časovno zavezan, tako da časa primanjkuje.

ALEN: Katero pokojnino prejimate?

UDELEŽENEC 6: Invalidsko.

ALEN: Ste zaradi upokojitve morali kaj spremeniti?

UDELEŽENEC 6: Niti ne, zaenkrat ne.

ALEN: Kaj za vas predstavlja kakovostno življenje v starosti?

UDELEŽENEC 6: Da se čim več giblješ, da rekreiraš, da se ne zasediš in da komuniciraš, da nisi osamljen.

ALEN: Kako razporedite pokojnino?

UDELEŽENEC 6: To ma bolj žena čez, ampak bom malo bolj površno povedal, mormo iz mesca v mesec kr lepo študirat, da zložimo posebej, to je za položnice, to je za to, to je za to. Ker če si preveč površen ni lušno.

ALEN: Lahko varčujete, vam kaj ostane?

UDELEŽENEC 6: *Ne, nič.*

ALEN: Imate morda kakšen kredit?

UDELEŽENEC 6: *Trenutno ni kredita, bil pa je za stanovanje. To je sreča.*

ALEN: Čemu se pogosto odpovedujete?

UDELEŽENEC 6: *Včasih se je treba tut kakšnemu dopustu odpovedat, al pa kej družga, se je treba kar odpovedat, da gre vse skup mimo.*

ALEN: Imate občutek, da ste revni, skromni, bogati?

UDELEŽENEC 6: *Bom reku skromni, ker večina penzionistov je skromnih.*

ALEN: Kaj je za vas primerna pokojnina? Jo dosegate?

UDELEŽENEC 6: *Ne. Primerna pokojnina naparam današnjim cenam bi bla okrog osemsto do devetsto eurov, mogoče tisoč, da bi lepo zadihal, da bi si še kakšno kavico privošču al pa mogoče kakšen dopust, drugač tega si ne moreš.*

ALEN: Ali denarno pomagate družinskim članom, prijateljem? Ali morda oni vam?

UDELEŽENEC 6: *Družinskim članom tudi, otrokom, če je le možno, če je le možno priskočim na pomoč. Tut, če je kakšna kriza si medsebojno pomagamo z otroci. Med prijatelji ne, ker nočem take stvari razširjat.*

ALEN: Poslujete s plačilnimi karticami?

UDELEŽENEC 6: *Ja, to mi je lažje, da ne nosim tolik denarja pri sebi, ker se marsikaj dogaja že v naši časih.*

ALEN: Ste nezgodno ali življenjsko zavarovani?

UDELEŽENEC 6: *Sam obvezno.*

ALEN: V kakšnih bivalnih razmerah živite?

UDELEŽENEC 6: *Normalno upokojenško stanovanje, dvosobno stanovanje, nič, nobenega posebnega luksuza.*

ALEN: Imate vse kar potrebujete?

UDELEŽENEC 6: *Ja kar je dodatno potrebno, na primer če se ti ena stvar pokvari, moraš prav poštudirat, na primer če se ti televizor, hladilnik ali zmrzovalnik pokvari, so večje investicije, moraš prav preštudirat kdaj kupit in kako kupit.*

ALEN: Potrebujete morda kakšno prenavo?

UDELEŽENEC 6: *Kot stanovalec v bloku so te prenave, glih zdegle smo streho zrihtal, bo treba še enkrat fasado in to so stroški.*

ALEN: Imate kakšne zdravstvene ali arhitektonske ovire do dostopa do stanovanja?

UDELEŽENEC 6: *Ne, zaenkrat ne.*

ALEN: Ste zadovoljni s sosesko v kateri živite?

UDELEŽENEC 6: *Ne, zato, ker včasih smo bli taki bolj socialni, prijateljski, en drugmu pomagali, so se ljudje razselili, drugi vselili, čisto drug narod je prišel in vsak zase gleda. Zdej je bil en primer, ko so enmu z avtom v drug avtom udarli pa so vidli pa nič povedali. Kot soseska nazadnjujemo. Ni več sloge, včasih smo skupaj skočili, okolico zrihtali, posadili, pograbili, zelenje vse rožce, tega več ni.*

ALEN: Zakaj menite, da tega več ni?

UDELEŽENEC 6: *Spremenilo se je, foušarija, zakaj bi pa jaz delal pa delaj ti, a vsi skupaj stanujemo v isti četrti in bi mogli vsi skupaj gledat, da bi nam blo vsem skupaj lepše in bolj zdravo, tega več ni.*

ALEN: So vam dostopne trgovine, zdravstveni dom in druge ustanove?

UDELEŽENEC 6: *So, vse je pri roki.*

ALEN: Mogoče kaj pogrešate?

UDELEŽENEC 6: *Ne, edino kar mi gre na živce so te reklame, katere nam vržejo v nabiralnike, Baumaks, Bauhaus pa tiste trgovine, katere so v Ljubljani, al pa Mercatorjeve reklame so, v kočevskem Mercatorju pa tega ni.*

ALEN: Vozite še avto?

UDELEŽENEC 6: *Še.*

ALEN: Če bi bilo potrebno, bi bili pripravljeni živeti v domu starejših občanov ali za vsako ceno želite ostati doma?

UDELEŽENEC 6: *Dokler je tako sigurno doma, pol pa ne vem kaj se bo zgodilo na starejše dni.*

ALEN: Če bi potrebovali pomoč v vsakdanjem življenju, na koga bi se obrnili?

UDELEŽENEC 6: *Na otroke, žena avtomatsko.*

ALEN: Kaj pa prijatelji?

UDELEŽENEC 6: *Ja za kakšen horuk, kej težkega.*

ALEN: Komu se največkrat zaupate, če ste v stiski?

UDELEŽENEC 6: *Ženi, otrokom. Ne hvalim se drugim, če sem v stiski, ker vsak ti je pol fouš, prav mu je.*

ALEN: Poznate vse oblike pomoči na domu starejšim v Kočevju?

UDELEŽENEC 6: *Dokaj, obiskujejo, prinesejo kaj iz trgovine, pridejo malo poklepetat, če je komu kaj dolgčas, obiskujejo za kakšen nov let, star let. Upokojenci mamo tako urejeno, zato to poznam.*

ALEN: Poznate na primer Zavod Jutro?

UDELEŽENEC 6: *Tut to poznam.*

ALEN: Poznate morda koga, ki se poslužuje teh storitev? Kako so zadovoljni?

UDELEŽENEC 6: *Poznam, nisem tolik seznanjen, ampak so ljudje zadovoljni.*

ALEN: Ste kdaj primorani koristiti storitve Rdečega križa, Karitasa?

UDELEŽENEC 6: *Ne.*

ALEN: Pa bi, če bi bilo potrebno?

UDELEŽENEC 6: *Ne vem, če bi, ker si mi kr mal fržmaga, da bi jaz tamle v vrsti stal, ker nas je naša država res spravla. Ampak moram pa še nekaj povedat, sem vidu, sem mel priliko, da je prišel nekdo z audijem, dober avto, na Karitas, naložu, odpelju, to se mi pa fržmaga. Ljudje v glavnem pa hodjo reveži in tem naj bi se pomagalo.*

ALEN: Menite, da je v Kočevju primerno poskrbljeno za starejše ljudi?

UDELEŽENEC 6: *Ne, ni. Bi blo potrebno s starejšimi se več ukvarjat, ko vidim pač kako je. In v glavnem še tako je, prej je bla Jugoslavija pa je blo Kosovo na jugu, sedaj pa je Kočevska na jugu Slovenije in to se precej občuti in kupna moč in plače in pokojnine. Pa naj bo eno isto delovno mesto v Kočevju, v Ljubljani al pa v Mariboru ali v Prekmurju, to so velike razlike. Tako da smo mi na jugu in takšen mam standard na jugu. Tako je.*

ALEN: Kaj bi pa vi na primer samo za Kočevje naredili?

UDELEŽENEC 6: *Industrijo bi treba, lesno industrijo.*

ALEN: Za mlade, kaj pa za starejše?

UDELEŽENEC 6: *Mamo na občini tiste, kateri so za to bolj odgovorni in plačani, tako da bi treba še kaj naredit za starejše, jim pomagat, jim kaj nudit, to bi treba, samo zdaj kok je finančno, vemo da je v krizi vse skupaj in ne vem kok je to zmožno.*

ALEN: Lahko opišete kako običajno poteka vaš dan?

UDELEŽENEC 6: *Zjutraj ko vstanemo ob sedmih, gremo s kužkom, mam kužka, dvakrat dnevno 4 km, to koristi njemu in nam. Pol pa vsake tolko mal v trgovino, jaz grem dostkrat na Društvo, pol pa gremo al vrtičkat, sadit pa štimat, dolgčas nam ni.*

ALEN: Dobro spite ponoči?

UDELEŽENEC 6: *Ja.*

ALEN: Si doma sami pripravljate hrano?

UDELEŽENEC 6: *Ja. Žena v glavnem, ampak si pomagamo, ni problema.*

ALEN: Koliko obrokov dnevno imate, so zdravi?

UDELEŽENEC 6: *Normalno so trije močni, pol pa še vmes, to gledamo, da so zdravi. Gledamo, da je dost sadja in zelenjave.*

ALEN: Imate mogoče kakšne škodljive razvade?

UDELEŽENEC 6: *Jaz ne, žena pa puši.*

ALEN: Kdo vas pa najpogosteje obišče?

UDELEŽENEC 6: *Otroci, kakšen od prijateljev. Z določenimi prijatelji se tut obiskujemo. Otroci me obiščejo vsak dan, smo blizu, na kupu. Prijatelji pa občasno, ko je kakšen rojstni dan al staro leto al se kaj slučajno dobimo muzkantarji, primemo inštrumente v roke.*

ALEN: In kaj skupaj še počnete, razen da zašpilate?

UDELEŽENEC 6: *Pri upokojencih se balinamo, pikado igramo, šahiramo, kvartamo ob četrtkih. To je vse pošlihtano, zlata vredno.*

ALEN: Kaj pa z otroci?

UDELEŽENEC 6: *Z otroci pa kakšen sprehod, več ali manj so vsi zaposleni, dva sta v Novem mestu, ena je v Ljubljani, tko da jih popoldne vidmo al pa pozimi, ko je krajši dan v temi grejo v temi pridejo, pol pa sobota, nedelja ostanejo.*

ALEN: Se odpravite vsak dan ven iz stanovanja?

UDELEŽENEC 6: *Ja, ja, vsak dan redno.*

ALEN: Hodite v trgovino, knjižnico?

UDELEŽENEC 6: *Prvo da, v knjižnico ne hodim, mam pa doma internet, TV, so naročeni časopisi.*

ALEN: Ste poleg Društva upokojencev še kje član?

UDELEŽENEC 6: *Politično podpornik sem, sem upokojenški, drugač pa da bi se ukvrajal s temi političnimi zadevami, se nočem, ker sem razočaran nad vsem. V času volitev obljublajo, ko gredo volitve mimo se stvari spreminjajo.*

ALEN: Berete dnevne časopise?

UDELEŽENEC 6: *Ja.*

ALEN: Radio poslušate, berete knjige?

UDELEŽENEC 6: *Ja, knjige pa ne berem tolko, žena ja. Jaz bolj TV, časopis, radio pa križanke rešujem.*

ALEN: Kaj najraje gledate po TV razen poročil? Kakšen film?

UDELEŽENEC 6: *Ja, kakšen film absolutno al pa kakšna zabavna oddaja, šport, skoki, košarka pa formula.*

ALEN: Kdaj se pa običajno odpravite spat?

UDELEŽENEC 6: *Jaz tamle okrog desetih, pol enajstih.*

ALEN: Kako pa poteka vaše življenje skozi teden?

UDELEŽENEC 6: *Vsak dan je isti, to je ko ura. Če je kej narobe že vprašajo, kje pa je mož al pa kje pa je žena. To se že z okolico poznamo, to ni problema.*

ALEN: Si mogoče privoščite kakšen dan zase?

UDELEŽENEC 6: *Tudi, s kolegi se dobimo z inštrumenti, vsak četrtek redno kvartamo z upokojenci, s kitaro ob torkih, ponedelkih, pikado, vse izkoristmo kar se da izkoristit.*

ALEN: Obiščete frizerja, pedikerja, zdravilišče?

UDELEŽENEC 6: *Frizerja ja, pedikerja pa ne, jaz si sam nohte strižem.*

ALEN: Se odpravite kam na izlet?

UDELEŽENEC 6: *Z Društvom dost, velik grem na Mestni vrh h koči, poleti se velik dogaja, gobarije, polhanje, dost sem v gozdu, naravi bolj zaupam kot človeku, narava ni pokvarjena, ljudje so pa pokvarjeni, določeni. Pohodniško grem še okrog, nikol mi ni dolgčas.*

ALEN: Obiskujete zdravnika, ste pogosto pri njemu?

UDELEŽENEC 6: *Pogosto ne, ampak za določene stvari kar redno, glih zdej sva se dogovarjala za četrtek.*

ALEN: Imate kakšen določen dan za generalno čiščenje?

UDELEŽENEC 6: *Ob sobotah zmečeva z ženo kar je staro ven.*

ALEN: Imate družinska nedeljska kosila?

UDELEŽENEC 6: *Tut, ne vsako nedeljo, ampak se dogajajo tudi taka srečanja ob praznikih, tok so časovno našponani otroci s službami, se pa tut to dogaja.*

ALEN: Imate vnuke, pravnuke?

UDELEŽENEC 6: *Že pravnuke, zdej so se odselili, prej je bilo tudi čuvanje. Zdej spet pričakujemo nove naraščaje, pravnuke.*

ALEN: Kako se srečujete s prijatelji?

UDELEŽENEC 6: *Dostkrat. Dvakrat tedensko se dobimo.*

ALEN: Kaj pa stiki s sosedi?

UDELEŽENEC 6: *Mal sosedov je takih, da se obiskujemo, vsak gleda zase, tut če te vidi, da ti gre kaj narobe, se rajš obrne pa gre stran, tak občutek mam. Tko ko zdej je eden ruknu v avto pa so drugi štir, pet so vidl, sam eden je pršu, ti a je tisto tvoj avto pa ni bil moj, je pa sosedov avto fasal. Fouš so, če gre teb mal boljš so fouš pa takšni so časi.*

ALEN: Kaj počnete skupaj s sosedi?

UDELEŽENEC 6: *Pogovor pa kakšen kozarček vina včasih.*

ALEN: Kaj vam največ pomeni, kaj najraje delate?

UDELEŽENEC 6: *Najraje se spravim v sobo, kitaro v roke, komad napišem pa posnamem in to je to. To je sproščanje.*

ALEN: Lahko poveste še kaj o sebi, o doživljanju kakovosti vašega življenja?

UDELEŽENEC 6: *Začel sem mlad delat, to je nazaj 40 let. In v tistem času se je tudi zaslužilo, delali smo včasih po dva šihita skupaj. Je blo spoštovanje do delavca, danes pa je izkoriščanje delavca. V današnjih časih bogi so mladi.*

ALEN: Kako ste sprejeli upokojitev?

UDELEŽENEC 6: *Vsakmu rečem, če maš možnost pejt čimprej v pokoj, ker bo sm slabše, slabši časi so.*

ALEN: Vas je strah starosti?

UDELEŽENEC 6: *Strah, to je pa pogojno vprašanje. Strah je tak, ko vidim, da gre država iz dneva v dan cu grunt, nazadnjaško nazaj, stvari se ne izboljšujejo. Strah me je v tem primeru, strah me je za moje potomce, kako bojo oni, drugač pa za mene, jaz sem že svoje čez dal. Dost nimam ampak tako, da grem iz mesca v mesec, da prvežem pa da si sami kaj pridelamo z vrtičkom. Drgač pa ni kaj dobrega pričakovati v današnjih časih, ne pričakujem dobro. Strah me je za mlade, starosti me ni strah. Strah me je za družino.*

ALEN: Ste se soočali z izgubo bližnjih ali prijateljev?

UDELEŽENEC 6: *Seveda prijatljev, nas je blo 12, še smo trije. Potem oče je umrl, tašča je umrla, tast je umrl, umirajo v žlahti, to je pač po naravni poti, bile pa so tudi tragedije. Je bil z motorjem, z avtom karambol, so bli tudi mrtvi.*

ALEN: Koliko je za vas pomembno duhovno življenje?

UDELEŽENEC 6: *Veren nisem, jaz verujem samo v poštenje, v delo, v dobro besedo, nisem strankarski, nisem duhovno nič. Jaz mam svoje prepričanje. Jaz pravim, na prvem mestu je poštenost. Če si ti pošten maš in prijatlje in vse skupaj.*

ALEN: Kaj si želite pa nimate priložnosti ali denarja zato?

UDELEŽENEC 6: *Rad bi mel drug auto, jaz imam 17 let starega oldtajmerja. Pa ne zato, da bi se bahal z BMV, rad bi imel en normalen autoček, tako da bi z njim bil siguren, da grem lahko nekam na ene 500 km pa da me nazaj ne bo rabla vlečna služba vozit. Če bo kdaj priložnost pa kakšen kredit.*

ALEN: Kaj vas trenutno najbolj bremeni v življenju? Česa se bojite za prihodnost?

UDELEŽENEC 6: *Obremenjuje me, ko televizijo gledam, ko gospodje pri koritu poberejo, kradejo, enga revčka pa bi, na primer, če bi mene dobili v trgovini v Samopostrežbi dobili, da sendvič pa cockto ven odnesem, bi me zaprli, bi me povsod vlekli, tisti ki pa milijončke skrivajo okrog pa nič. Naj bo, če smo enakopravni za vse enako. Politiki pa Romi so eno, mi smo pa drugo, nismo vsi v istem košu, mogli bi pa bit vsi v istem košu. Kriza bo še naprej, boš občutu, boš reku, ta možakar je imel prav.*

ALEN: Katere bolezni vas pestijo?

UDELEŽENEC 6: *Ja, aritmija, a to še ni tako hudo, en pregled bodo naredili.*

ALEN: Jemljete kakšna zdravila?

UDELEŽENEC 6: *Glih zaradi tega jemljem, ampak to je preventivno. V preteklosti sem imel tudi holesterol, to sem poštimal.*

ALEN: Kako ohranjate zdravje?

UDELEŽENEC 6: *Zdrava prehrana, to je glavno, tekočine pijem dost, v glavnem vodo. Ko je kakšen praznik kakšen deci cvička, za zdravje.*

ALEN: Se počutite družbeno koristni?

UDELEŽENEC 6: *Zaenkrat še. Tukaj sem že dva mandata, nalagajo mi razne stvari na ramo. Sprejmem.*

ALEN: Se udeležujete volitev?

UDELEŽENEC 6: *Redno.*

ALEN: Kaj najbolj cenite pri ljudeh?

UDELEŽENEC 6: *Poštenje, delovne navade, to si za mene ena a.*

ALEN: Če bi bilo mogoče, da bi bili ponovno mladi, bi ponovno živeli svoje življenje?

UDELEŽENEC 6: *Bi.*

ALEN: Bi kaj spremenili?

UDELEŽENEC 6: *Spremenil bi, če bi imel moč politiko. Jaz bi dal moč mladim in poštenim, ne pa da se starejši samo iz stolčka na stolček, obljublja pred volitvami marsikaj pa nič. Ko poslušam mlade, vidim, da razmišljajo, nimajo pa moči. Druge, ko pa stolčke menjajo pa vidiš poneverba diplome, poneveru nekaj, ukradu, te tekoče račune po davčnih oazah pa po Švici. Še to moram povedat, ko so SDK uničili, to so največjo kozlarijo naredili, mogli bi SDK še nadgradit, da bi bil nadzor nad temi mahinacijami, ko se delajo, bi blo manj kraje, manj poneverbe. Takrat ko pa je prišel Bajuk, takrat pa se je vse začelo.*

ALEN: Bi v vašem življenju kakšno stvar, ki ste jo naredili, naredili drugače?

UDELEŽENEC 6: *Mogoče bi, ker jaz, ko sem bil mlad sem mel voljo hišo naredet in sem bil že vpisan v Zadržni izgradnji tlele v Mestnem logu, pol je bil pa karambol in nisem imel nikogar za mano, da bi tole naprej vodu in sem odstopu od tega. Če bi takrat ne blo karambola, bi bil danes v svoji hiši, tako sem pa v stanovanju svojem, tle v bloku. To bi spremenil, to verzijo, drugo mam pa pošlihtan.*

ALEN: Katero obdobje v vašem življenju ocenjujete kot najlepše pa zakaj?

UDELEŽENEC 6: *Mladost, kitara, rokenrol in v vojski, sem jo v Nišu služu, spet kitara, obvezno usposabljanje sem mogu dat čez, ampak kar so drugi požarni pa čistli pa straža, jaz pa v klubu pa kitaro. Še enkrat bi šel v vojsko, jaz sem policijo služu, meli smo civilne in*

vojaške obleke. Lepo sem si civilno obleko obleko, sem šel v kino zastonj, ples zastonj, Niško banjo zastonj. To je blo spoštovanje. V gostilni si na primer cockto pil, je prišel en iks, je rekel, konobaru, dej dečkima še enkrat. Tega več ni, mogoče je na jugu, tlele ni. Lepe spomine mam pa naj bo to Srbija, pošteno povem.

ALEN: Kako vidite in doživljate krizo? Kako je prišlo do nje?

UDELEŽENEC 6: Politika, preveč je pobegnilo z vajeti. Vsak, kjer ma pet minut časa, pljuva po drugem, bi moglo bit spoštovanje drugačno, do predsednika vlade, ne moreš ti reči, pojdi nekam, spoštovanje, korektnost, poštenost pa delo z blaginjo, ne pa samo se špona z davki, tle davek, tam davek. Naj se naši politiki malo zgledujejo po Skandinaviji, pol bodo pa lahko rekli, v Nemčiji se je bencin dvignu, ga mormo še mi dvignit. Ja, ampak v Nemčiji majo plače take.

ALEN: Vidite izhod?

UDELEŽENEC 6: Zdaj sem v megli, ne vidim, zdaj že par let vlade so se menjale, vlade si samo en drugmu polena mečejo, namesto, da bi se skupaj strnili, rešit kar se da rešit, ne vidim, trenutno prihodnosti svetle jaz ne vidim.

ALEN: Kaj bi z vašimi izkušnjami svetovali meni, nam mladim?

UDELEŽENEC 6: Bodite uporni, ker na mladih svet stoji, to so že nekoč rekli. Uporni pa pošteni in delavni, pol bote nekaj dosegli pa za pravico se zavzemajte. To je to. Druzga nič ne rabiš, če ti to uspe, si zmagal.

ALEN: Kaj si mislite o intervjuju, bi želeli kaj predlagati?

UDELEŽENEC 6: Jaz bom sam reku, da si v redu pobec, da si korektno to speljal. Edino zadnjič sem čakal pol ure, ko si mi telefon obrnu, sem s časom našponan.

ALEN: Bil sem bolan.

UDELEŽENEC 6: Ja, to je opravičljivo.

ALEN: Je kaj takšnega pomembnega, kar vas nisem vprašal?

UDELEŽENEC 6: Si kar v redu.

ALEN: Jaz se vam iskreno iskreno zahvaljujem.