

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Mirjam Hočevar

**Percepcija in pomen časa v poznomoderni družbi: čas v obdobju
zaposlitve in upokojitve**

Magistrsko delo

Ljubljana, 2017

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Mirjam Hočevar

Mentorica: red. prof. dr. Alenka Švab

**Percepcija in pomen časa v poznomoderni družbi: čas v obdobju
zaposlitve in upokojitve**

Magistrsko delo

Ljubljana, 2017

Zahvala

Zahvaljujem se mentorici red. prof. dr. Alenki Švab za vse strokovne nasvete, usmeritve in pomoč pri nastajanju magistrskega dela.

Posebej se zahvaljujem fantu Mitji, ki me je vztrajno vzpodbujal in mi ves čas stal ob strani.

Zahvala gre tudi staršem in vsem, ki so mi bili na kakršen koli način v oporo.

Zahvalila bi se tudi vsem intervjuvancem za sodelovanje v raziskavi.

Percepcija in pomen časa v poznomoderni družbi: čas v obdobju zaposlitve in upokojitve

Čas je bil v zadnjih letih velikokrat predmet sociološke obravnave, še posebej v kontekstu poznomodernih družbenih sprememb (hitenja, pomanjkanja časa itn.). Čas predstavlja pomemben del našega razumevanja sveta, zato v magistrskem delu raziskujem morebitne spremembe v percepciji, pomenu in preživljanju časa po upokojitvi v poznomoderni družbi. Preučevala sem tudi, če so bili upokojenci v obdobju zaposlitve v zadnjih letih službe deležni sprememb na delovnem mestu in kako se je po njihovem mnenju spremenila splošna predstava o današnjih upokojencih. Rezultati analize polstrukturiranih intervjujev upokojujencev so pokazali, da upokojenci pozitivno doživljajo čas upokojitve. Doživljajo svobodo v izrabi časa. Želijo si aktivnega udejstvovanja in kakovostnega preživljanja svojega časa. Čas upokojitve je pomemben življenjski dogodek, ko se radikalno spremeni strukturiranost časovne dimenzije vsakdanjega življenja. V obdobju upokojitve se lahko ukvarjajo z dejavnostmi, s katerimi se v obdobju zaposlitve zaradi pomanjkanja časa niso mogli. V obdobju zaposlitve so vsi intervjuvanci čutili pomanjkanje časa ali hitenje. Poleg tega so v zadnjih letih zaposlitve pred upokojitvijo skoraj vsi intervjuvanci, z izjemo dveh intervjuvank, občutili spremembe na delovnem mestu tako v smislu večje intenzitete delovnega procesa (povečanje količine dela itn.) kot tudi ostalih sprememb (menjava vodilnih, spremenjeni odnosi med sodelavci, premestitev na drugo delovno mesto). Večina se jih tudi v obdobju upokojitve srečuje s pomanjkanjem časa. Intervjuvanci menijo, da se je v primerjavi s prejšnjimi generacijami upokojujencev pozitivno spremenila narava staranja in pomen upokojitve.

Ključne besede: percepcija časa, upokojitve, staranje, pomanjkanje časa.

Perception and importance of time in late modern society: time during the employment and retirement periods

In recent years, time has often been the topic of sociological discussions, especially in the context of late modern societal changes (haste, lack of time, etc.). It represents a vital part in understanding the world. For that reason, I have in this Master's Thesis investigated potential shifts in the perception of time, its importance, and how it is spent after retiring in late modern society. I also studied the changes pensioners might have experienced at work in the last years of employment and how has, in their opinion, the overall notion concerning present-day pensioners changed. The analysis results of the semi-structured interviews have shown that the pensioners experience retirement positively. They feel free in the active and quality utilization of time. Retirement is an important life event, since the structure of the temporal dimension of everyday life radically changes. They can engage in activities they previously could not. All interviewees felt they lacked time or experienced haste during service. Furthermore, almost all interviewees (except for two female interviewees) have felt changes at their workplaces in the last few years before retirement: increased intensity of the work process (increase in workload, etc.) and other changes (replacement of the head staff, changes in colleague relations, and transfer to another position). The majority still faces lack of time. The interviewees believe that, compared to previous generations, the nature of ageing and the importance of retirement have experienced positive changes.

Key words: perception of time, retirement, ageing, lack of time.

KAZALO

1 Uvod	7
2 Pomen in percepcija časa	9
3 Družba zasnovana na času in pomen merljivosti časa za družbo	10
3.1 Čas, merjen po uri in njegova percepcija	12
4 Različne vrste časa in njegovo doživljanje	13
4.1 Sedanjost, preteklost, prihodnost	13
4.2 Pomen prostega časa in delovni čas	14
4.3 Doživljanje časa kot materialno vrednost	15
4.4 Občutek pomanjkanja časa	16
5 Spremembe v časovnem tempu in načinu uporabe časa v poznomoderni družbi	17
5.1 Spremembe v časovnem tempu: pospeševanje	18
5.2 Zaposleni in spremembe v percepciji časa	20
5.2.1 Fleksibilnost na delovnem mestu	22
6 Staranje in čas upokojitve	23
6.1 Proces upokojitve	24
6.2 Pomen in percepcija časa upokojitve ter spremembe v vsakdanjem življenju	26
6.3 Preživljanje časa v obdobju upokojitve	29
7 Poznomoderna družba in staranje	31
7.1 Opredelitev upokojitve	31
7.2 Spremenjen pomen (način) staranja v poznomoderni družbi?	33
7.3 Težnje po mladostnem videzu v starosti	35
8 Empirični del: analiza percepcije in pomena časa pri upokojencih	36
8.1 Raziskovalna vprašanja in metodološki okvir	36
8.2 Analiza ugotovitev	39
8.2.1 Organizacija časa v obdobju zaposlitve	40
8.2.2 Spremembe na delovnem mestu v zadnjih letih zaposlitve	41
8.2.3 Odhod v upokojitev	45
8.2.4 Priprave na upokojitev	46
8.2.5 Percepcija in pomen časa v obdobju upokojitve	46

8.2.6 Preživljanje časa v obdobju upokojitve in (ne)uresničene skrite želje, hobiji, dejavnosti	49
8.2.7 Druženje v obdobju upokojitve	52
8.2.8 Dohodki in preživljanje časa v obdobju upokojitve.....	53
8.2.9 Spremembe v času upokojitve.....	54
8.2.10 Pomanjkanje časa v obdobju zaposlitve.....	55
8.2.11 Pomanjkanje časa v obdobju upokojitve	56
8.2.12 Pomen ure v zaposlitvi in upokojitvi.....	57
8.2.13 Sprememba zavesti v dojetanju časa glede na začetek upokojitve in soočanje z upokojitvijo	58
8.2.14 Mladost, vitalnost upokojencev.....	60
8.2.15 Spremembe v pomenu staranja, upokojitvi	63
9 Diskusija	66
10 Zaključek	78
11 Literatura	80
Priloge.....	87
Priloga A: Socio-demografski vprašalnik.....	87
Priloga B: Vprašalnik za intervju	88

1 Uvod

Čas je bil v zadnjih letih velikokrat predmet sociološke obravnave, še posebej v kontekstu poznomodernih družbenih sprememb. Živimo v družbi, kjer vse več ljudi čuti potrebo po načrtovanju svojega časa, zato ni presenetljivo, da značilnosti sodobne družbe predstavljajo pojmi: »hitenje«, »drvenje«, »stiskanje časa« in iskanje »kvalitetnega časa« (Southerton 2003). Družba, v kateri živimo, ni bila nikoli prej bolj obsedena z željo, da je vsak trenutek potrebno izkoristiti, kar se odraža v vedno hitrejšem življenjskem ritmu, ki marsikdaj preizkuša meje človekove vzdržljivosti (Klein 2009, 18). Četudi se posameznik¹ v svojem življenjskem ritmu počuti popolnoma svoboden, še vedno obstajajo naravne omejitve, kajti dan ima omejeno število sekund in v vsaki se lahko popolnoma osredotoči le na eno posamezno stvar (Klein 2009, 243). Da je tempo vsakdanjega življenja pospešen in da je vse več pomanjkanja časa, je dandanes splošna percepcija (Southerton 2003, 6).

V magistrskem delu se bom na primeru upokojitve osredotočila na raziskovanje pomena in doživljanja časa. Ker subjektivne percepcije časa ne morem obravnavati brez upoštevanja družbenega konteksta (še posebej ob dejstvu, da čas predstavlja eno ključnih družbenih struktur vsakdanjega življenja), bom upoštevala tudi že omenjene družbene spremembe v percepciji in organizaciji časa v poznomodernih zahodnih družbah. Osrednji fokus bo primerjava percepcije časa v obdobju aktivnega življenja (zaposlenega) in v obdobju upokojitve.

Družbeni čas ustvarjajo kulturne prakse in obratno, kajti s časom ljudje ustvarjajo kulturo in strukturirajo svoja življenja (Adam 2010a, 64). Upokojitev zaznamuje prehod v obdobje pozne odraslosti in je mejnik v posameznikovem življenju (Jungmeen in Moen v Salmič in drugi 2012, 127), ki povzroči tudi psihološke in socialne spremembe (Moen v Salmič in drugi 2012, 127). Proces upokojitve je edinstven, saj ni niti dveh posameznikov, ki bi ga doživljala na enak način (Shultz in Wang 2011, 170).

Potrebno je omeniti, da je prehod iz delovne dobe v čas upokojitve vedno bolj nejasno določen (Gilleard in Higgs 2000). Spremembe, ki so se dogajale zlasti v zadnjih desetletjih, dokazujejo, da je prehod v upokojitev postal v veliki meri zamegljen, navajata Gilleard in

¹ V moški slovnični obliki so uporabljeni izrazi za ženske in moške slovnične oblike.

Higgs (2000). Mnogo tistih, ki so se upokojili pred kratkim, nadaljuje ali celo potencira svojo potrošniško naravo, kar pa pri prejšnjih generacijah upokojencev ni bilo mogoče. Ljudje, ki gredo dandanes v upokojitev, imajo dostop do materialne kulture, ki je veliko bogatejša kot kdajkoli prej (Gilleard in Higgs 2000). Nedolgo nazaj so starostniki in tudi mlajši starost doživljali na približno enoten način (Kuhar 2007, 36). In vendar se je v razvitih sodobnih družbah, vključno s Slovenijo, pojavila diferenciacija načinov staranja oziroma življenjskih slogov v starosti. Opaziti je težnjo k prevrednotenju staranja in starosti (Kuhar 2007, 36).

Cilj magistrskega dela je analizirati in prikazati, na kakšne načine je čas ključen dejavnik v določenem življenjskem obdobju in kako se strukturiranost in subjektivna percepcija časa spremeni ob upokojitvi. Namen magistrskega dela je preko kvalitativne raziskave (osebnih polstrukturiranih intervjujev) ugotoviti, kako in na kakšen način čas definira življenjsko obdobje upokojitve. Raziskati želim morebitno spremembo v percepciji in pomenu časa po upokojitvi. Ugotavljala bom, kakšna so njihova doživljanja časa, kako si organizirajo vsakdanjik, čemu namenjajo svoj čas, kako se je spremenilo njihovo doživljanje časa glede na obdobje zaposlitve, ali je v zadnjih letih službe prišlo do sprememb v smislu večje intenzitete delovnega procesa (opravljanje več nalog, hitenje, povečanje stresa itn.) ali katerih drugih sprememb na delovnem mestu (spremenjenih odnosov itn.) ter kako se je po njihovem mnenju spremenila splošna predstava o današnjih upokojencih. V analizi bom pozorna tudi na morebitne razlike glede na spol.

Ključno raziskovalno vprašanje, ki si ga zastavljam in na katerega želim odgovoriti, je: *»Na kakšne načine se ob upokojitvi v poznomoderni družbi spremeni subjektivna percepcija časa in njegov pomen ter kakšne so spremembe v strukturiranosti vsakdanjega življenja v primerjavi s časom pred upokojitvijo?«*

Raziskovalno vprašanje v magistrskem delu bom še naprej razčlenila na štiri podvprašanja:

- *Kako današnji upokojenci preživljajo svoj čas, je zapolnjen z aktivnostmi in ali čutijo pomanjkanje časa?*
- *So bili upokojenci v obdobju zaposlitve v zadnjih letih službe deležni sprememb na delovnem mestu (v smislu večje intenzitete delovnega procesa, pojava novih tehnologij, povečanja stresa itn.) in kako so občutili te spremembe?*
- *Si upokojenci želijo ohranjati svojo vitalnost in se počutiti čim bolj mladostno?*

- *Kako se je po mnenju upokojencev spremenila splošna predstava o današnjih upokojencih?*

Magistrsko delo je razdeljeno na dva dela: na teoretični in na praktični del naloge. Teoretični del magistrskega dela je sestavljen iz sedmih poglavij in trinajstih podpoglavij. Uvodu teoretičnega dela sledi predstavitev pomena in percepcije časa. Nadaljujem s tretjim poglavjem, kjer pišem o družbi, zasnovani na času in pomenu merljivosti časa za družbo. V četrtem poglavju sledi opis različnih vrst časa in njegovo doživljanje. V petem poglavju nato prikažem spremembe v časovnem tempu in načinu uporabe časa v poznomoderni družbi. Šesto poglavje obravnava staranje in čas upokojitve, zadnje poglavje pa staranje v poznomoderni družbi.

V drugem delu magistrskega dela sledi predstavitev empiričnega dela, ki je oblikovan na podlagi izsledkov teoretičnega dela naloge. Odgovorila bom na ključno raziskovalno vprašanje in na štiri zastavljena podvprašanja. Predstavila bom metodološki okvir, nato prikazala in analizirala rezultate raziskave ter končno podala tudi sklepne ugotovitve.

2 Pomen in percepcija časa

Prostor in čas sta osnovni kategoriji človeškega obstoja (Harvey 1990, 201). Organizacije obstajajo v času in prostoru (Lee in Liebenau 1999, 1035). Vsak član kakršnekoli organizacije opravlja svojo vlogo znotraj dimenzije časa in prostora, ki spadata med najbolj temeljne pogoje človeškega obstoja (Lee in Liebenau 1999, 1035). Kljub temu pa se le redko razpravlja o njunem pomenu; navajeni smo ju jemati za samoumevne (Harvey 1990, 201). Medtem ko je prostor predmet uveljavljenih ved, kot sta geografija in arhitektura, pa take vede ni za čas (Lee in Liebenau 1999, 1035). Eden možnih odgovorov na to, pravita Lee in Liebenau (1999, 1035), prihaja iz naših vsakdanjih izkušenj. Nemogoče je, da bi čas občutili s katerim od naših petih čutil. Časa se zavedamo v preprosti obliki: preteklost je mimo, sedanjost poteka in prihodnost prihaja. V tem preprostem pogledu se čas šteje kot naraven in samoumeven (Lee in Liebenau 1999, 1035).

Zygmunt Bauman je v knjigi *Tekoča moderna* (2002, 140) zapisal: »Če vztrajno vrtamo v ljudi, naj pojasnijo, kaj mislijo s »prostorom« in »časom«, bi morda dejali, da je »prostor« tisto, kar lahko prečkaš v določenem času, medtem ko je »čas« tisto, kar potrebuješ, da ga prečkaš«. Čas predstavlja samoumeven del družbene realnosti in je sestavni ter posledično

nujen pogoj družbenega življenja (Kragelj 2009, 6). Čas večinoma ostaja neopazen, redko ga tematiziramo ter problematiziramo, kljub temu da je vedno prisoten (Kragelj 2009, 6).

Čas je mogoče razumeti na več načinov. Najbolj splošno sprejemljivo pojmovanje (tako družboslovno kot naravoslovno²) časa v družbi velja pojmovanje časa v podobi objektivne in univerzalne »mere trajanja dogodkov, ki teče linearno, enosmerno, nepovratno, v obliki enakomernih ponavljajočih sekvenc, in katere količino se meri z uro, kot edino zanesljivo napravo za merjenje časa« (Kragelj 2009, 7). Barbara Adam (2010a, 98) pravi, da je čas ure nevtralen in je uporaben kjerkoli. Minevanje časa beležimo v sekundah, minutah, urah, dnevih, mesecih, letih, desetletjih, stoletjih in obdobjih (Harvey 1990, 201). Zavedamo se, da so lahko naši miselni procesi in predstave zapleteni, da ustvarjajo občutke, da je sekunda dolga kot svetlobno leto ali da prijetne ure minejo tako hitro, da komaj opazimo (Harvey 1990, 201–202).

Vsak človek je teoretik in izvrševalec časa (Nowotny 1996, 6). »Časa ne moremo razumeti kot ključni koncept le skozi zgodbe in teorije. Razumevanje moramo snovati na praksah in časovnih odnosih, torej na naši interakciji s svetom« (Adam 2010a, 64). Na čas se lahko gleda kvantitativno (predstavlja ure) ali pa se ga obravnava kot »kvalitativen socialni fenomen povezan z določenim družbenim pomenom (npr. čas recesije)« (Kragelj 2009, 8). Tako lahko predstavlja idejo časa, kot ga merijo ure ali pa nasprotno, predstavlja »sredstvo okrog katerega se vrti organizacija vsakdanjega življenja« (Kragelj 2009, 8). Je last posameznika, družbene skupine, celotne družbe oziroma vseh skupaj (Kragelj 2009, 8–9).

Sodobne tehnologije komuniciranja najbolj neposredno in vidno spreminjajo človeško percepcijo časa (Nowotny 1996, 8). Njene vplive je mogoče zaznati na delovnem mestu in doma, v transportu in v komunikacijskih omrežjih, na finančnih trgih po vsem svetu in v državah tretjega sveta (Nowotny 1996, 8).

3 Družba zasnovana na času in pomen merljivosti časa za družbo

Čas je postal temeljno vprašanje vseh znanosti (Nowotny 1996, 7). Tako nekateri najvidnejši starogrški filozofi kot tudi številni sodobni družboslovni znanstveniki so bili enakega

² Pojmovanje in proučevanje časa se ločuje na dve povsem različni, celo nasprotujoči se paradigmi; na naravoslovno in družboslovno. V naravoslovni znanstveni paradigmi ljudje in družba obstajajo v času, medtem ko ima v družboslovni čas izvor v družbi in obstaja v ljudeh (Kragelj 2009, 11).

mnenja, da je čas povezan s štetjem, oštevilčevanjem zaporedja enot (dni, mesecev itn.) (Adam 2010a, 88). »Za družboslovne teoretike je ta aktivnost neizbežna družbena. Svoj izvor ima v družbeni organizaciji in sinhronizaciji in v potrebi po pričakovanju, načrtovanju in reguliranju kolektivne eksistence« (Adam 2010a, 88).

Današnja družba je zasnovana na času. Časomeri so v življenju ljudi stalno navzoči (Pomian 2010, 240). Večkrat na dan po radiu slišimo do sekunde točno uro, v mestih je mnogo časomerov (na postajah, letališčih, javnih stavbah, poštnih uradih, v podjetjih, šolah itn.). Poleg tega imamo skorajda vsi doma budilke, stenske ure, koledarje itn. (Pomian 2010, 240–241). Brez merjenja in orientiranja na čas bi si stežka predstavljali in osmišljali vsakdanje življenje, kaj šele nemoteno delovanje družbe. Če bi odpovedali vsi časomeri, bi družba doživela kolaps (Pomian 2010, 240). Komunikacijski sistem ne bi deloval, industrija bi obratovala s težavo, železniški in letalski promet bi se ustavila itn. (Pomian 2010, 240).

Na vladavino ure smo se že tako navadili, da se nam zdi samoumevna (Harvey 1990; Lee in Liebenau 1999; Klein 2009; Kragelj 2009; Adam 2010a). Opazujemo lahko »robotski portret družbe, ki ji vlada merljivi čas« (Pomian 2010, 241). Ljudje si želijo ubežati uri, vendar je kazalec na uri na koncu nepremagljiv (Levine 2006, 52).

Poleg tega ure, kot prikazovalci časa, posebljajo tudi vrednote družbe (Nowotny 1996, 12). Družbeno cenjeni ideali obnašanja so točnost, natančnost, preciznost, rednost ure itn. (Adam 2010a, 97). »Čas, ki je bil ustvarjen v skladu s človeškim načrtovanjem, je tako nepreklicno spremenil odnos človek-čas« (Adam 2010a, 97). Zakoni narekujejo biografski status, od kdaj do kdaj je nekdo otrok, mladostnik ali odrasel; kdaj je čas za rojstvo in vzgojo otrok; kdaj je čas za umik iz poklicnega življenja (Nowotny 1996, 105).

V zahodni zgodovini je čas pogosto viden kot nekaj zelo preprostega, vendar ga je dejansko težko razumeti (Baars 2012, 8). Na začetku enainvajsetega stoletja lahko vidimo, kako čas ne le izziva naše razumevanje, ampak igra tudi odločilno vlogo pri našem razumevanju sveta (Baars 2012, 8).

3.1 Čas, merjen po uri in njegova percepcija

Pred izumom prve mehanske ure je bilo koordiniranje človeških aktivnosti skoraj nemogoča naloga (Levine 2006, 60). Vsak dogovor je navadno potekal ob zori. Zato ni naključje, da se je v preteklosti toliko pomembnih dogodkov pojavilo ob sončnem vzhodu (dvoboji, bitke, srečanja) (Levine 2006, 60). Poleg tega v večini zgodovinskih obdobj pomanjkanje časa ni predstavljalo nikakršnega problema (Klein 2009, 176). Sledili so zakonitostim dnevnega ritma sonca, podnebja in religije (Klein 2009, 176).

Ko so v 14. stoletju izumili mehanske časomere, ki so postali pol tisočletja kasneje del splošne rabe, je prišlo do sprememb, tako v tehniki merjenja časa kot tudi v človeškem doživljanju časa (Pomian 2010, 341). Tehnologija ure je omogočala prenosljivost, javno in zasebno rabo in tako je pospeševala spremembe (Adam 2010a, 95). Ure na začetku še niso bile razlog za vznemirjenje, a so postajale natančnejše in s tem je naraščala tudi možnost vedno večjega vpliva na človeka (Klein 2009, 176). Zapravljanje časa je v 17. stoletju Richard Baxter opredelil kot enega največjih grehov (Weber v Klein 2009, 177). Beseda »hitrost« se je namreč prvič pojavila v angleškem jeziku, ko so prve mehanske ure začele označevati čas (Levine 2006, 57).

Če pogledamo v daljno preteklost, navaja Nowotny (1996, 36–37), v družbah ni bilo potrebe po individualiziranem času. V preteklosti je bil lastni občutek za čas, ki so ga regulirali ponavljajoči festivali, družbene navade in nujnost prilagajanja lastnega delovnega ritma zahtevam kmetijstva, dovolj, da je narekoval splošno veljaven, družben čas. Šele s prihodom kapitalizma, ko je bilo mogoče čas pretvoriti v denar, se je odnos do časa v industrijskih družbah spremenil in je postal merljiv v obliki delovnih ur (Nowotny 1996, 36–37).

Adam (2010a, 96) pravi, da se je s prihodom ure spremenil pomen časa. Čas je namreč z mehansko uro postal bolj ločen od planetarnih ritmov in letnih časov, od spremembe in staranja. Postal je samozadosten in na videz nevtralen (Adam 2010a, 96). Čas ure je postal naturaliziran (Adam 2003, 62). Ta (re)konstrukcija časa po človeškem modelu je bistven predpogoj za razvoj industrijske kulture (Adam 2003, 62).

4 Različne vrste časa in njegovo doživljanje

Za vsakega posameznika ima njegov lasten čas svojo zgodovino (Nowotny 1996, 42). Začne se v otroštvu. Venomer se spreminja v skladu z družbenimi okoliščinami, sega v starost in vse do smrti (Nowotny 1996, 42). Vprašanje je, ali je čas našega življenja res istoveten temu, kar ljudem kažejo ure, kajti včasih imamo občutek, da določene ure minejo hitreje od drugih (Klein 2009, 12–13).

Klein (2009) izpostavlja pomen notranjega časa. Tako imenovani »[n]otranji čas je pokoren le svojim lastnim, skrivnostnim zakonom« (Klein 2009, 13). Za različne posameznike in za istega posameznika v različnih okoliščinah mersko enake minute, ure itn. niso enake, kajti subjektivno trajanje je odvisno od števila in kompleksnosti zaznanih dogodkov (Pomian 2010, 234).

4.1 Sedanjost, preteklost, prihodnost

»Vsi sociologi, pa naj se zavzemajo za objektivizem ali realizem, se strinjajo, da človekovega stanja in družbenega življenja ni mogoče razumeti brez upoštevanja časa kot preteklosti, sedanjosti in prihodnosti« (Adam 2010a, 59). Naša prihodnost je predmet skrbi, načrtov, predvidevanj, pričakovanj, upanj ali bojazni (Pomian 2010, 235). Venomer posega v sedanjost, saj današnja dejanja ponavadi obrodijo sadove šele naslednji dan, če ne celo pozneje (Pomian 2010, 235). Navadno je življenje vsakega posameznika usmerjeno v prihodnost (Pomian 2010, 235).

V nasprotju z našimi predniki ne mislimo o prihodnosti, kot o že obstoječi ali vnaprej določeni od nadnaravnih sil (Adam 2010b, 370). Zdi se nam samoumevno, da prihodnost ustvarjamo sami. Sebe vidimo kot izvajalce in upravljavce prihodnosti, ki jo oblikujemo in prilagajamo našim načrtom in namenom. Tako se domneva, da je prihodnost predmet naše volje, četudi se vedno ne izide tako, kot je bilo načrtovano (Adam 2010b, 370).

4.2 Pomen prostega časa in delovni čas

V vsakdanjem življenju se prepletata delovni in prosti čas, navaja Nowotny (1996, 103–106). Zasebno in javno preživljanje prostega časa tvorita novo kombinacijo v vsakdanjem življenju. Delovni čas je ravno tako kot prosti čas osmišljen s strani države, kajti država določa časovne omejitve za svoje državljane (predpise delovnega časa in ure poslovanja itn.). Čas ostaja vezan na posameznike in na vsebino njihovih življenj, na njihovo biografijo in sposobnosti. Čas običajnega delavca ali tajnika je vreden manj kot šefov. Le trg ustvarja pomanjkanje časa prek denarja. Danes sisteme časa določata predvsem trg in država. Država vpliva na časovni sistem prek pravnega sistema in s tem strukture življenja njenih državljanov. Potrebno je poudariti, da je razmerje med časom, preživetim v javnosti oziroma na delovnem mestu in med zasebnim, zelo neenakomerno porazdeljeno v družbi. Delovni čas je pomemben predpogoj za to, da je čas lahko preživet zasebno (Nowotny 1996, 103–106).

Tradicionalno je bilo delo konceptualizirano kot »discipliniran« čas; brezdelje pa kot prosti čas (Haworth in Veal v Rojek 2010, 24). Delovni čas je vedno bolj prilagodljiv in meje med delom in zasebnim življenjem so postale zamegljene (Nowotny 1996; Paolucci 1996; Oechsle in Geissler 2003; Brannen 2005); delo se zajeda v prosti čas in obratno (Paolucci 1996, 163). Potrebno je opozoriti na konfliktna razmerja med časovno strukturo v javnosti in v zasebni sferi (Oechsle in Geissler 2003). Širjenje javnega časa in javnega prostora, kar se je prej imenovalo zasebna sfera, se veča (Nowotny 1996, 126). Spremembe, ki se dogajajo v svetu dela, prinašajo nove izzive za ohranjanje meje med poklicnim in družinskim življenjem (večje delovne obremenitve, povečan pritisk na delavce, da bi pričeli brisati meje med delom in družino itn.) (Brannen 2005). Nowotny (1996, 106) poudarja, da je čas, če ne gre za delovni čas, ki je vložen v pokojninske dajatve, izgubljen, v primeru da ni uporabno izkoriščen. Obdobje starosti je vnaprej financiran čas (Nowotny 1996, 106).

Zanimiva je povezava med doživljanjem prostega časa in višino izobrazbe. Francoska sociologinja Nicola Le Feuvre je naredila raziskavo o prostem času mater³ (Klein 2009, 228–229). Domnevala je, »da vse matere razumejo »prosti čas« kot nemoten čas, ki ga imajo samo zase in si ga zelo želijo« (Klein 2009, 228), vendar je bil rezultat dejansko odvisen od stopnje izobrazbe matere. Ženskam iz nižjih družbenih slojev ter osnovnošolsko oziroma

³ Na vzorcu 150 anketiranih žensk, razdelila jih je v skupine po izobrazbi. Vsaka udeleženka naj bi imela vsaj enega otroka (ali več), mlajšega od 16 let (Klein 2009, 228).

srednješolsko izobrazbo (ne glede na to, ali so bile zaposlene ali so bile doma) je »prosti čas« prvotno pomenil, da so ga lahko preživele z otroki (se z njimi igrale, družile ali šle nakupovati). Službo so razumele kot nadležno obveznost za zaslužek, ki jih odvrča od njihovih resničnih hotenj; preživeti več časa s svojimi otroki. Ženske z visokošolsko izobrazbo pa so videle v ukvarjanju s svojimi otroki eno od svojih nalog in ne zabavo. »Prosti čas« slednjim pomeni veliko več (sproščanje v fitnessu, druženje s partnerjem, prijatelji itn.). Zanimivo je tudi, da poklica niso povezovale z neprijetnimi občutji; prej jim je pomenil priložnost za odmik od gospodinjenja. Tu se kažejo nasprotja v dojemanju časa, saj matere različno dojemajo prosti čas (Klein 2009, 228–229).

4.3 Doživljanje časa kot materialno vrednost

Merljivost časa je prinesla pomemben koncept časa v zgodovini, navajata v svojem delu Lee in Liebenau (1999, 1039). Ker je bilo delo plačano glede na čas in so podjetniki postali zelo pozorni na produktivnost svojih podjetij, je čas postal priznan kot vir/sredstvo. Koncept časa kot vira/sredstva je tako pogost kot je koncept časa, merjen po uri (Lee in Liebenau 1999, 1039). Spominja nas na znani rek »čas je denar« (Lee in Liebenau 1999, 1039). Po tej metafori je čas, tako kot denar, lahko porabljen, privarčevan, zapravljen in vložen (Lee in Liebenau 1999, 1039). »Kot denar je vstopil v ekonomske izračune, postal predmet bančništva in računovodstva, vstopil je kot oportunitetni strošek in postal povezan s hitrostjo, učinkovitostjo in ustvarjanjem profita« (Adam 2010a, 96). Predpostavka, da je čas denar, zajema skorajda vse vidike vsakdanjega življenja (Adam 2010a, 104). Zaradi neproduktivnosti in strahu pred izgubo časa je značilno stalno iskanje prihranka pri času na vseh področjih življenja (Pomian 2010, 284).

Čas nima enake vrednosti, saj so navadno tisti, ki so bogati v denarju revni v času (Adam 2010a, 106). In vendar lahko zamenjajo svoj denar za čas. Z denarjem lahko nadoknadijo pomanjkanje svojega lastnega časa tako, da kupijo naprave, ki prihranijo delo, ali pa kupijo čas drugih ljudi v obliki storitev. Nasprotno pa za tiste, ki so bogati v času in revni v denarju, menjava navadno ni možna (Adam 2010a, 106).

Učinkovitost in produktivnost v sodobnih tovarnah zahteva, da se čas meri v enotah in se z njim preudarno upravlja (Baxter in Kroll-Smith 2005, 34). Torej, kam v današnji družbi sodi čas tistih ljudi, katerih delo in čas nista merjena v denarju (Adam 2010a, 106)? Sem spada čas otrok, starostnikov, gospodinj, nezaposlenih samskih staršev in skrbnikov, malih kmetov itn. Njihov čas običajno ne zadošča za podlago, na kateri bi bilo mogoče ustvariti ekonomsko

blaginjo, zato ostaja neviden in se uvršča na dno hierarhije časovnih odnosov (Adam 2010a, 106).

4.4 Občutek pomanjkanja časa

Občutek pomanjkanja časa se vsesplošno širi (Nowotny 1996, 135). Ljudje so vse bolj pozorni, kako bi lahko preživeli svoje dni ali ure, zato doživljajo pomanjkanje časa (Nowotny 1996, 135). Za večino ljudi so dnevne situacije, izkušnje in aktivnosti podvržene stresu časovnega pritiska oziroma so, natančneje, pod »kronometričnim stresom« (Baars 2012, 12). Ko smo v naglici in moramo narediti veliko stvari v kratkem času, čutimo pritisk časa. Čeprav lahko zaradi pomanjkanja časa naš urnik ne vsebuje vseh preferenc, bi si težko predstavljali življenje brez kronometričnega časa⁴ (Baars 2012, 12). Čas je vedno tudi strateški pojem, pravi Nowotny (1996, 14). Izbira pravega trenutka je ključna. Učenje, kako bolje ravnati s svojimi lastnimi zalogami časa in kako biti odporen na časovni pritisk, je predpogoj za boljše koriščenje prostega časa (Nowotny 1996, 14). Ljudje si želijo več prostega časa, manj dela, več potrošnje, več zabave; želijo živeti drugače (Nowotny 1996, 136–137). Čas sam po sebi ni nikoli omejen (Baars 2012, 13). Pomanjkanje časa ali njegovo »pritiskanje« prihaja od drugod; na primer od zahtevnih in nerealnih oblik načrtovanja oziroma zaradi potrebe po konkurenčnosti (Baars 2012, 13). Vsi bi radi zadovoljili svojo lakoto po času, pravi Nowotny (1996). Ljudje hočejo živeti hitreje, polnejše (Nowotny 1996, 136). »Ni naključje, da ima v zahodni družbi pomanjkanje časa imidž statusnega simbola. Ure nekoga, ki ima denar in veljavo, so vredne več« (Klein 2009, 244). Na trgu se lahko vsako pomanjkanje časa doživi kot spodbudo za izboljšanje učinkovitosti lastnega življenjskega sloga s povečano potrošnjo blaga in storitev (Nowotny 1996, 106–107).

Klein (2009, 226) navaja zanimivo spoznanje s področja sociologije. V primeru, da imata moški in ženska na voljo popolnoma enako »prostega časa, ženska v primerjavi z moškim veliko pogosteje trpi za časovnim pritiskom«. Ni še povsem jasno, zakaj se moški in ženske odzivajo tako različno. O tem lahko sklepamo, če upoštevamo ozadje stresnega odziva (Klein 2009, 227). Ob svojem prispevku v poklicu je mogoče, da ženske čutijo še večjo odgovornost za družino in gospodinjstvo. Navedeno bi lahko tudi razložilo, zakaj se pri enakem časovnem vložku čutijo bolj obremenjene (Klein 2009, 227).

⁴ »Kronometrični čas« je čas, ki je označen z uro in koledarjem in omogoča merjenje trajanja nekega postopka (Baars in Visser v Baars 2012, 12).

Sullivan (1997, 237) prikazuje, da so razlike med moškim in ženskim prostim časom tako v njegovem trajanju kot tudi verjetnosti prekinitve prostega časa z domačimi opravili. Ženski prosti čas je na dnevni ravni v povprečju eno uro krajši kot pri moških. Poleg tega je za ženske v povprečju dvakrat bolj verjetno, da njihov prosti čas prekinajo domača opravila. Ugotovljeno je bilo tudi, da je ženski prosti čas tudi bolj fragmentiran, razdeljen kot pri moških (Sullivan 1997, 237). Ženski čas je pogosto razdeljen med obveznostmi na delovnem mestu in doma (Paolucci 1998, 275). Zanj je značilno, da je v veliki meri razdrobljen in raznolik (Paolucci 1998, 275). Ti izsledki o kvaliteti ženskega časa kažejo, da obstajajo razlike med spoloma pri porabi časa in to pomembno vpliva na kvaliteto življenja žensk, kjer je stres zaradi pritiska časa izrazitejši (Sullivan 1997, 237).

5 Spremembe v časovnem tempu in načinu uporabe časa v poznomoderni družbi

V zadnjih desetletjih dvajsetega stoletja je zahodna družba doživela pomembne spremembe, ki so vodile do poznomoderne družbe (Baars 2012, 26). Čeprav industrijska produktivnost ostaja pomembna, je v poznomoderni družbi hitrejša širjenje novih tehnologij, ki pospešujejo spremembe na praktično vseh področjih življenja (od komunikacije do zdravstvenega varstva, potovanja, izobraževanja ali dela) (Baars 2012, 26).

Nove podobe pojmovanja časa temeljijo na spremenjeni percepciji časa (Kragelj 2009, 45). V sodobni družbi pojmovanje časa izvira iz industrijske družbe in se usmerja v odvisnosti od različnega razumevanja nove družbene ureditve, ki nastopi z nadaljnjim tehnološkim napredkom; razvojem informacijsko komunikacijske tehnologije (Kragelj 2009, 45). Pomen informacijsko komunikacijske tehnologije se vidi v spremembah tradicionalnega življenjskega ritma industrijske družbe. Eliminira namreč tog delovni ritem ter večja fleksibilnost tako pri organizaciji dela, kot tudi pri vsakodnevnih urnikih življenja (Kragelj 2009, 47).

Castells (v Kragelj 2009, 33) pravi, da se je v informacijski dobi tradicionalna (industrijska) časovna zavest oblikovala na novo. Tako so se z uporabo informacijsko komunikacijske tehnologije in posledično časovno fleksibilnostjo pojavili novi načini upravljanja ter organizacije časa (Kragelj 2009, 33). Spremenijo (transformirajo) se posameznikove izkušnje in njegovo dožemanje časa, njegove časovne orientacije, kot tudi upravljanje in poraba časa

(Kragelj 2009, 25). Rifkin (v Kragelj 2009, 25) ugotavlja, da nova računalniška tehnologija spreminja tako način, na katerega pojmujeemo čas, kot tudi dožemanje sveta okoli nas.

Na področju komunikacij smo priča prevratu v prostorsko-časovnih dimenzijah, navaja Paolucci (1996, 163). Informacijske tehnologije so prinesle »virtualizacijo« časa in prostora, kar ljudem omogoča, da simultano (hkrati) živijo v različnih prostorih in časih. Tako linearen čas, značilen za moderno dobo, izginja, saj vse bolj prevladuje percepcija sočasnosti in hipnosti. Čas v svetu hitrih, neposrednih komunikacij je bil temeljito prestrukturiran in se ne more več zmanjšati na bitje ure. Je potencialno neskončen, slojevit in simultan (Paolucci 1996, 163).

Poznomoderna kultura »pospeševanj«, zaradi nenehnega prestrukturiranja dejavnosti in procesov v smislu merjenja časa, sili posameznike, da načrtujejo in čim bolj pospešijo način življenja (Baars 2012, 43). Kdor ne zmore živeti na tak način, bo ostal zadaj in bo obravnavan kot prepočasen ali prestar (Baars 2012, 43–44).

5.1 Spremembe v časovnem tempu: pospeševanje

V vsakdanjem življenju iz navidezno majhnih stvari vidimo, kako zelo se je življenjski tempo povečal prav v zadnjih letih, pravi Klein (2009, 172). Poda zanimivo razlago pojmovanja skodelice kave, ki je bila včasih priložnost za pogovor in prosti čas, sedaj pa kavarne ponujajo kavo za s seboj in jo tako pijemo kar med hojo (Klein 2009, 173).

Veliko možnosti, ki jih dajejo nove informacijske tehnologije, prinaša veliko pospeševanje družbenih ritmov, navaja Paolucci (1996, 163). Hitri ritmi, instant izkušnje; to je postmoderna scenarij. Tudi pospešek družbenih ritmov vodi v pričakovanje, da bo vse potekalo hitreje. To je odnos, ki se pogosto spremeni v nestrpnost in se razteza na skoraj vsa področja vsakdanjega delovanja. Hitrost je torej simbol postmoderne dobe in postane način življenja ter dramatično ponazarja, kako pričakovanja glede hitrosti pogojujejo posameznikova izkustva (Paolucci 1996, 163).

V zadnjih dveh stoletjih se je merjenje časa tako izboljšalo, da zdaj živimo v svetu, kjer računalniki merijo čas v nanosekundah (Levine 2006, 58). »Občutek, da nam zmanjkije sape, se nevzdržno širi« (Klein 2009, 173). Način organizacije časa vpliva na telesne navade in čustva (Widerberg 2006). Tako imenovano »pospešeno življenje« in »življenje nenehnega delovanja«, tako na delovnem mestu kot tudi doma, ustvarja nemirnost in

vznemirjenje (Widerberg 2006). »Pospešeno življenje« vključuje vedno več nalog, ki jih je potrebno opraviti v vedno krajšem času in s hitrejšim tempom, kar nakazuje na dejstvo, da postaja samoumevno, da posamezniki delajo več in imajo vedno več nalog (Widerberg 2006, 114). Posamezniki se zaradi zahtevnosti razmer soočajo s konstantno preobremenjenostjo in utrujenostjo (Widerberg 2006).

S povečevanjem pritiska na zaposlene čas postane razdrobljen in ga občutijo kot »pospešen«, tako da vlada občutek, kot da naslednjega dne ne bo (Nowotny v Brannen 2005, 114). Ljudje živijo v t. i. »razširjeni sedanjosti«, pravi Nowotny (1996, 8), ki bi lahko bila zamenjava za kategorijo prihodnosti. Navezujoč se na Nowotny (1996), pravi Brannen (2005, 114), da v stanju nenehnega dela zaposleni niti ne opazijo, da čas mineva in zato v sedanjosti nimajo časa, da bi načrtovali prihodnost. Ljudje se dan za dnem zapletajo v vse več obveznosti, za katere so prepričani, da so še obvladljive (Klein 2009, 175). »Tako živimo vedno le na kratek rok in imamo čas samo za kratkoročne cilje, današnje, morda še nekaj tednov vnaprej – ali pa takšne, ki se nam utegnejo izmuzniti« (Klein 2009, 175). Darier (v Southerton 2003, 6) pravi, da so »pospeševanje«, »biti zaposlen« ali »biti v naglici« postali glavni simboli »polnega« in »cenjenega« načina življenja.

V poznomoderni družbi so kronično pomanjkanje časa in njegov pritisk pripeljali do potrebe po vnaprejšnjem načrtovanju in pospešitvi aktivnosti ter procesov (Baars 2012, 15). Omenila bi t. i. »stiskanje časa« (življenje v konstantni naglici), na kar je opozoril Southerton (2003). Posameznik se poslužuje različnih strategij, da bi zmanjšal občutek pomanjkanja časa. Southerton (2003, 17–18) navaja, da med strategije spadajo vpeljava urnikov, prerazporejanje in usklajevanje nalog z drugimi ljudmi (usklajevalne naprave, urniki), uporaba tehnologij, ki prihranijo čas (npr. mikrovalovna pečica, pralni stroj, telefonska tajnica itn.), postavljanje prioriteten nalog, opravi ter racionalizacija nalog, dejavnosti. Vendar se je potrebno zavedati, da osebni sezname ter tehnologije, ki prihranijo čas, dodajajo nove potrebe po razporeditvi in usklajevanju (Southerton 2003, 18). Podobnega mnenja je tudi Klein (2009, 13–14), ki pravi, da pomanjkanja časa ni mogoče razrešiti s koledarji ter dnevnimi beležkami, saj na ta način zajamemo le zunanji okvir časa, ki nam ga kažejo ure. »Pravi občutek divjega tempa pa v resnici nastaja globoko v zavesti, in tam je mesto, kjer deluje notranji čas« (Klein 2009, 14).

Nowotny (1996, 27–30) omenja odkritje svetovne sočasnosti. Daje občutek časa, da je lahko posameznik v vsakem kraju ob istem času in da lahko sodeluje v vsem, kar se dogaja drugje.

Vsakdo lahko komunicira z ljudmi po vsem svetu. Simultanost nas ima vse pod oblastjo (Nowotny 1996, 27–30).

Govorimo o hitrejšem tempu življenja, kar je ena od velikih ironij sodobnega časa, navaja Levine (2006, 12). Z vsemi našimi stvaritvami, ki prihranijo čas, imajo ljudje namreč manj časa zase kot kdajkoli prej. Življenje v srednjem veku je običajno prikazano kot žalostno, vendar so imeli več prostega časa od njihovih naslednikov. Večina dokazov kaže, da so do industrijske revolucije ljudje pokazali malo volje za delo. V Evropi v srednjem veku je bilo povprečno število praznikov na leto okoli 115 dni. Zanimivo je omeniti, da imajo še danes revnejše države v povprečju več počitnic od bogatejših (Levine 2006, 12).

Ko se ljudje privadijo novemu, hitrejšemu tempu, je to novo hitrost delovanja skorajda nemogoče zmanjšati (Klein 2009, 182). Gospodarstvo že samo po sebi zahteva hitro odzivanje, poglavitni vzrok pa je v nas samih (Klein 2009, 182). Težko se namreč odvrnemo od novo pridobljenih navad in tako privzeta hitrost postane norma (Klein 2009, 182–183).

5.2 Zaposleni in spremembe v percepciji časa

V nasprotju s tradicionalno državno-upravno togostjo in z utrjenimi ločnicami med posameznimi sektorji družbenega življenja, sociološke raziskave o postmoderni in informacijski družbi, izpostavljajo vse večjo fleksibilnost (Mlinar 2013, 16). Vse več dela se pojavlja zunaj formalnih organizacijskih okvirjev, tako prostorsko, časovno kot tudi organizacijsko. Pomen dela se spreminja (Mlinar 2013, 16). V svetu proizvodnje in dela je tehnološki napredek povzročil destandardizacijo urnikov (Paolucci 1996, 163).

Harvey (1990, 284–285) trdi, da je proizvodnja »pospešena« (npr. dostava »točno ob določenem času«). Za delavce vse to pomeni intenzifikacijo procesov dela in večanje potrebe po dodatnem izobraževanju in preusposabljanju. Pospešitev proizvodnje zahteva pospešitev izmenjave in potrošnje, kar vodi k bolj minljivim storitvam. Obstaja splošen občutek nestabilnosti in hrepenenje po stabilnosti. Elektronsko bančništvo in plastični denar so nekatere novosti, ki so izboljšale hitrost pretoka denarja. Finančne storitve in trgi (ki jim pomaga računalniško trgovanje) prav tako vplivajo na »pospeševanje« (Harvey 1990, 284–285).

Da naj bi do povsem novega pojmovanja časa prišlo postopno, prek treh stopenj v razvoju novih informacijsko komunikacijskih tehnologij, nakazujeta Failla in Bagnara (v Kragelj 2009, 47–48). Po njuno tehnologija za avtomatizacijo rutinskega dela (zgodnje obdobje razvoja prvih računalniških strojev) predstavlja prvo stopnjo. Tehnologija je takrat še vedno narekovala tempo rutinskega dela in tog, ustaljen delovni ritem. Do razrahljanja tradicionalnih urnikov dela oziroma togega tradicionalnega časovnega sistema je privedel izum osebnega računalnika, ki predstavlja drugo stopnjo. Posamezniku pri delu in v zasebnem življenju omogoča samostojno, neposredno odločanje. Zaradi uporabe osebnega računalnika in dodatnega razvoja programske opreme delo ni več neposredno podvrženo centralnim časovnim omejitvam - decentralizacija proizvodne dejavnosti organizacij. Razvoj tehnologije elektronskih omrežij predstavlja tretjo stopnjo v oblikovanju novega pojmovanja časa. Tehnologija elektronskih omrežij in virtualne realnosti omogoča s simulacijo prihodnosti izkusiti še neizkušeno. Pojmovanje časa se ne spremeni le v smislu časovnih okvirjev in urnikov, temveč smo priča povsem novemu razumevanju časa. Posameznik pri sprejemanju odločitev ni več omejen le z analizo preteklih dogodkov, izkustvom, ampak ima tudi možnost predvidevanja (simulacije prihodnosti) (Failla in Bagnara v Kragelj 2009, 47–48).

Tako imenovani »standardni« delovni čas, ki je prevladoval več kot pol stoletja, je »prekinik« prihod novih proizvodnih režimov, novih vrst pogodb o zaposlitvi, novih tehnologij in novega načina dela (na primer delo na daljavo), navaja Brannen (2005, 113–116). Od zaposlenih se pričakuje, da bodo čas uporabljali preudarno. Zaposleni so manj časa osredotočeni na opravljanje ene stvari naenkrat. Slaba stran tehnologije (e-pošta, internet in mobilni telefoni) je, da ne spoštuje meje med zasebnim življenjem in službo. Ljudem omogoča, da v sedanji čas vključujejo vedno več dejavnosti (Brannen 2005, 113–116).

Vedno več ljudi je pod stresom, kljub temu da imajo ljudje v povprečju na voljo več prostega časa kakor v preteklosti, navaja Klein (2009, 223) in pravi, da je vzrok lahko v pomanjkanju nadzora. Vedno več ljudi mora biti vedno na razpolago. Tako so danes konstantno dosegljivi. Kdor je nedosegljiv pa se boji za naklonjenost bližnjih, nadrejenih, sodelavcev itn. (Klein 2009, 223). Pri upravljanju svojega časa postane delovna izkušnja individualizirana, zaradi česar pušča ljudi v stanju nenehne negotovosti o tem, kaj bi drugi lahko počeli (Brannen 2005, 116). Ljudje zato pogosto preverjajo in pregledujejo svoje elektronske pošte v strahu, da ne bodo česa zamudili (Brannen 2005, 116).

Na drugi strani pa Klein (2009, 55) izpostavlja tudi pozitivno plat sprememb v delovnem procesu. Opaža, da se zadnjih nekaj desetletij povečuje prostor za svobodnejšo izbiro o delovnem času. Ljudje imajo večjo svobodo, kdaj bodo kaj naredili. Vedno več ljudi dela doma za računalnikom. Tudi v nekaterih proizvodnjah dajejo vedno večji pomen notranjemu času. Poleg tega lahko danes opravimo večino vsakdanjih opravil ob skoraj vsakem času⁵. Klein izpostavlja tudi slabo plat, in sicer nezadovoljstvo delavcev zaradi nekoliko slabšega delovnega časa in delovnih pogojev. Kljub temu pa poudarja, da lahko prvič v zgodovini v razvitih deželah večina ljudi izbira, če bo sledila notranjemu ritmu, kajti »[š]e nikoli prej nismo bili tako malo odvisni od zunanjih prisil tako narave kakor tudi družbe« (Klein 2009, 55).

5.2.1 Fleksibilnost na delovnem mestu

Razvoj novih računalniških tehnologij, ki med drugim omogočajo tudi delo na daljavo, je danes veliko delavcem omogočilo možnost dela kjerkoli, kar je bil v industrijski dobi privilegij le obrtnikov (Paolucci 1996, 154). Delavec tako lahko prilagaja delovni čas zahtevam svojega vsakdanjega življenja in obratno (vsaj v teoriji). Potreba po mobilnosti se zmanjša, zlasti potreba po potovanju do delovnega mesta (Paolucci 1996, 154).

Fleksibilnost na delovnem mestu vključuje zameglitev meje med domom in delovnim mestom, spremembe v organizaciji dela (notranja fleksibilnost) in nove odnose med podjetji (zunanja fleksibilnost) (Baxter in Kroll-Smith 2005, 35).

Privlačnost fleksibilnosti na delovnem mestu se lahko razlikuje glede na spol. Moški pogosteje cenijo delo od doma, tako se namreč izognejo avtoriteti na delovnem mestu in povečajo učinkovitost. Ženske pa težijo k fleksibilnosti, da bi lahko usklajevale več različnih delovnih zahtev (npr. varstvo otrok) (Felstead in Jewson v Brannen 2005, 116).

Fleksibilnost v smislu odločitve zaposlenih, kje in kdaj bodo delali, pomaga tako zaposlenim kot tudi koristi delodajalcem, vendar se je potrebno zavedati, da je to dvorezen meč (Brannen 2005, 116). Ena izmed slabosti fleksibilnosti je ta, da možnost, da posameznik ne dela, ko je bolan, ni vsem enako na voljo (Widerberg 2006, 114–115). Z »domačo pisarno«, lahko posameznik dela, četudi je bolan ali pa so bolni otroci. Pod pojmi svobode in fleksibilnosti se pričakuje, da je posameznik več časa na razpolago in da več dela (Widerberg 2006, 115).

⁵ Še pred petnajstimi leti se je lahko izvedlo denarno nakazilo le ob določenem času v banki, danes pa plačujemo račune ter spletno nakupujemo kar iz domačega naslonjača (Klein 2009, 55).

Posameznike tudi ločuje od kolektivnih izkušenj časa (na primer od skupnih in družinskih obredov ter praznovanj) (Brannen 2005, 117). Vsaka oseba je prisiljena, da si ustvari svojo lastno časovno razporeditev, da živi v svojem časovnem svetu, da odloča, kdaj bo prenehala z delom in kdaj bo z njim nadaljevala (Brannen 2005, 117). Paradoksalno se zdi, da se več avtonomije, ki je dana delavcem za organizacijo svojega časa, izrazi v več preživetih urah na delu (Brannen 2005 115).

6 Staranje in čas upokojitve

Staranje bi lahko definirali kot proces, v katerem stvari in živa bitja postajajo vedno starejša (Ramovš 2013, 40). To večinoma pomeni, da so lahko stvari in živa bitja bolj obrabljena in bliže svojemu koncu, ali pa pomeni ravno nasprotno, in sicer da pridobivajo na svoji vrednosti (Ramovš 2013, 40). V brošuri Statističnega urada Republike Slovenije, *Starejše prebivalstvo v Sloveniji* (2010), je navedeno, da meja začetka obdobja starosti ne more biti natančno določena, saj v družbah nima enakega pomena (Vertot 2010, 8). Ljudi lahko začnemo opredeljevati in uvrščati med »starejše« (»stare«), ko v njihovi dejavnosti pride do določenih sprememb, ko se spremeni njihova družbena vloga (postanejo stari starši ali se upokojijo) ali ko prestopijo določeno starostno mejo (Vertot 2010, 8). Pri opredeljevanju ljudi po starosti se vedno bolj uveljavlja delitev, po kateri se starost začne z upokojitvijo (Vertot 2010, 8).

Ramovš (2013, 40) navaja, da pri človeku razlikujemo trojno staranje:

- *kronološko staranje*: kaže koledarsko starost, vse od rojstva,
- *funkcionalno staranje*: kaže se v pešanju osebnih sposobnosti, zlasti pri vsakdanjih življenjskih opravilih,
- *doživljajsko staranje*: je subjektivno doživljanje starosti.

Z družbo in družbenim dogajanjem je starost povezana na dva načina, pravi Vid Pečjak (1998, 61). Starost namreč vpliva na družbene razmere (npr. naraščanje števila starejših), hkrati pa je v veliki meri tudi družbeni konstrukt oz. družbena vloga, ki jo mora igrati vsakdo, ki preide določeno starostno mejo (Pečjak 1998, 61).

Problematiko staranja nam jasno prikazuje statistika. Tako kot vse razvite države se tudi Slovenija sooča s problematiko staranja prebivalstva (Vrabič Kek in drugi 2016, 50–59). Starejše osebe so tiste osebe, ki so stare 65 let ali več. Pred tremi desetletji je imel 65 let ali

več vsak deseti prebivalec Slovenije, leta 2015 pa že vsak šesti. Od 2003 je v Sloveniji več starih kot mladih prebivalcev (0–14 let). Podatki iz 1. januarja 2015 kažejo, da so starejši prebivalci Slovenije predstavljali 18 % celotnega prebivalstva Slovenije. Večji del starejših so predstavljale ženske (59 %), manjši del pa moški (41 %). V Sloveniji se sicer upokojujemo zgodaj, ženske prej kot moški. Ženske so se upokojevale povprečno pri 59 letih, moški pa povprečno pri 61 letih in dveh mesecih, v letu 2014 . Sicer pa niso vsi starejši upokojeni, kar nekaj jih je tudi delovno aktivnih (skoraj 3 % v letu 2014); med njimi je bilo več moških kot žensk. Znano dejstvo je, da ženske živijo dlje kot moški, vendar je pričakovati, da se bo razlika med pričakovano življenjsko dobo žensk in moških sčasoma zmanjševala, saj se pričakovana življenjska doba moških daljša. Ženske posledično tudi prejemajo pokojnino v povprečju dlje kot moški, in sicer 25,4 leta v primerjavi z 18 leti pri moških, v letu 2014 (Vrabič Kek in drugi 2016, 50–59).

6.1 Proces upokojitve

Upokojitev je prehod med dvema zelo različnima obdobjema v življenju posameznika (Calvo in drugi 2009, 130). Proces upokojitve pa še zdaleč ni enoten. Niti dva posameznika ne doživljata upokojitve na popolnoma enak način (Shultz in Wang 2011, 170). Poleg tega se ta proces tako hitro razvija in spreminja, kot se spreminjajo socialni, organizacijski in družbeni konteksti, v katerih poteka upokojitev (Shultz in Wang 2011, 170).

Upokojitev je za nekatere dobrodošla, za druge stresna prelomnica (Pečjak 1998, 74). Med prve spadajo predvsem ljudje, ki niso marali svojega dela oziroma so ga občutili kot breme. Upokojeni se lahko ukvarjajo z mnogimi dejavnostmi, za katere prej ni bilo dovolj časa in tako lahko doživijo to, kar so v življenju zamudili. Po drugi strani pa upokojitev težko prenašajo ljudje, ki so z veseljem opravljali svoje delo; posebej tisti, ki so našli v njem vsebino in smisel svojega življenja (Pečjak 1998, 74).

Shultz in Wang (2011, 172) v svojem delu razlagata, kako poteka proces upokojitve. Upokojitev se običajno začne z vnaprejšnjo pripravo (načrtovalno fazo), v kateri si posamezniki pričnejo predstavljati, kakšne posledice bi upokojitev lahko prinesla ter tudi začnejo razpravljati o načrtih s prijatelji, družinskimi člani in sodelavci. Ko se čas upokojitve bliža, posamezniki začnejo s procesom odločanja o upokojitvi, pri tem upoštevajo različne dejavnike, tako trenutne gospodarske in zaposlitvene kontekste kot tudi družinske in osebne razloge. Končno, ko posamezniki preidejo od delavca s polnim delovnim časom v

upokojenca, začnejo z upokojitvijo in procesom prilagajanja. Ta proces, kot pravita, lahko zaradi olajšanja prehoda na polno upokojitev vključuje tudi začasno delo ali delo s krajšim delovnim časom. Potrebno je opozoriti, da proces upokojitve ni enostaven za vse upokojence (Shultz in Wang 2011, 172).

Ob vstopu v upokojitev se zdi, da se začne pojavljati tipični vzorec, ki se začne s čustvenim pretresom (Milne 2013, 2). V primeru upokojitve to lahko vključuje vznemirjenje in t. i. »obdobje medenih tednov«, lahko pa občutijo jezo, nezaupanje in zanikanje. Po treh do štirih mesecih lahko pride do nekaterih sprememb (podobnih tako v »pozitivni« kot v travmatični situaciji), vključno z zmedo, izgubo zaupanja in depresijo. Če prehod sledi pričakovanemu vzorcu, sledi v naslednjih približno treh mesecih rast v sprejemanju, raziskovanje poti naprej (npr. nov družabni hobi v obdobju upokojitve), vrnitev zaupanja in spremenjeno, bolj prilagojeno ukvarjanje z vsakdanjim življenjem (Milne 2013, 2).

Upokojitev nima le pozitivnih sopomenk in se ji je, še posebej včasih, pripisovalo tudi najrazličnejše slabosti, »saj slišimo o »upokojitvenem bankrotu«, o »upokojitvenem šoku«, o »socialni smrti ob upokojitvi« in podobnem« (Požarnik 1981, 85). Nekoč ljudje niso opuščali dela zaradi starosti (Požarnik 1981, 85). Kraj bivanja in dela sta bila združena. Človek je bil v skladu s svojimi zmožnostmi koristen vse do konca svojega življenja. Družina je bila tudi produkcijska skupnost, v kateri je starejši človek opravljal določena opravila. Družina je zanj tudi skrbela. Z industrializacijo se je to spremenilo, saj sta se družinsko in poklicno življenje ločila in skrb za stare ljudi je prevzela družba oziroma država (Požarnik 1981, 85).

Prav tako Gilleard in Higgs (2000, 41) navajata, da so pri tradicionalnih družbah kmetijska dela redko spodbujala upokojitev in so tako ohranjala vzorce dedovanja, ki zagotavljajo določeno stopnjo medsebojne odvisnosti med generacijami. Nasprotno so sodobne družbe pričele izvajati spremembe in inovacije ter se tako odmaknile od medgeneracijske odvisnosti (Gilleard in Higgs 2000, 41).

6.2 Pomen in percepcija časa upokojitve ter spremembe v vsakdanjem življenju

Delo je produktivna vloga posameznika, ki vključuje tudi zahteve po doseženi izobrazbi, znanju, izkušnjah, veščinah ter odgovornosti (Boštjančič in drugi 2014, 35). Posamezniku predstavlja služba neko rutinsko obveznost, ki poteka skorajda vsak dan, kar pa se ob upokojitvi spremeni (Boštjančič in drugi 2014, 35).

Na Inštitutu Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sodelovanje so v raziskavi o *potrebah, možnostih in stališčih nad 50 let starih prebivalcev Slovenije*, obravnavali tudi nekaj vprašanj o upokojevanju (Saražin Klemenčič 2013). Vzorec je zajemal 1047 anketirancev, med katerimi je bilo 774 (74 %) upokojenih. V raziskavi prikazujejo tudi rezultate, ki se nanašajo na zgodnje upokojevanje (zgodnje upokojenih je bilo sicer 16 %) (Saražin Klemenčič 2013, 168–173). Povzemam le rezultate vseh upokojeencev skupaj.

Odgovori udeležencev na vprašanje, *kaj jim pomeni upokojitev*, so pokazali, da 71 % upokojenim udeležencem upokojitev pomeni nagrado za dolgoletno službeno delo. Da se z upokojitvijo ne spremeni nič bistvenega, je odgovorila približno tretjina (31 % vseh anketiranih upokojeencev). Lahko bi sklepali, pravi Saražin Klemenčič (2013), da so se ti anketiranci na upokojitev pripravili in jim upokojitev ne predstavlja psiho-fizičnega pretresa, kar pa težko sklepamo tudi za drugo največjo skupino upokojeencev (61 % delež vseh upokojenih anketirancev). Ta skupina pravi, da človek z upokojitvijo naredi obračun nad dotedanjim življenjem oziroma življenjskim slogom ter si mora svoje navade ponovno zastaviti. 52 % upokojenim anketirancem je upokojitev pomenila pretrganje vezi s preteklostjo in začetek novega življenja, ko se posameznik lahko ukvarja z dejavnostmi, za katere prej ni imel časa. Skoraj tretjini (33 %) udeležnim upokojencem je upokojitev pomenila odrešitev iz težkih razmer v službi. Saražin Klemenčič (2013, 169) gleda na ta podatek z zaskrbljenostjo, saj nakazuje na neproduktivno, neprijazno delovno okolje. Najbolj izstopajoč odgovor na vprašanje *»Kaj je po upokojitvi boljše?«* je, da imajo po upokojitvi več časa (24 % vseh anketiranih upokojeencev). 16 % vseh upokojenih udeležencev je odgovorilo, da ni nič boljše. 8 % udeležencev je izbralo odgovor, da imajo z upokojitvijo več miru, 5 % vseh upokojeencev jih meni, da je po upokojitvi boljše, ker nimajo več obveznosti. 5 % jih je izbralo odgovor, da ni potrebe po zgodnjem vstajanju. Da v obdobju upokojitvi ne več stresa, je poudarilo 7 % vseh upokojenih anketirancev. Na vprašanje *»Kaj je po upokojitvi slabše?«* je 32 % vseh anketiranih upokojeencev izbralo odgovor, da po upokojitvi ni nič slabše, 27 %

vseh anketiranih upokoјencev je poudarilo njihovo slabše finančno stanje. Nadalje po deležu sledi skupina odgovorov, razvrščenih pod ostalo. Med to skupino odgovorov je 6 % vse anketiranih upokoјencev izpostavilo manjši stik z ljudmi, 3 % vseh upokoјencev pomanjkanje družbe, le 2 % vseh anketiranih upokoјencev pogrešanje sodelavcev, 3 % pa pogrešanje dela in službe. Med odgovori so izpostavljali tudi slabše zdravje (7 % vseh upokoјenih anketirancev) (Saražin Klemenčič 2013, 168–173).

Raziskava Odnos Slovencev do starosti, pokojninskega sistema in varčevanja za starost (2007), ki je del projekta družbene odgovornosti Kapitalske družbe, kaže na obetavne spremembe v pojmovanju starosti tako na individualnem kot tudi na družbenem nivoju (Kuhar 2007). »Videti je, da bodo starajoče se generacije vse bolj zdrave (v najširšem pomenu besede), da bodo pozitivno prispevale k družbi in da bodo uživale v »tretjem« življenjskem obdobju« (Kuhar 2007, 39). Iz raziskave lahko še povzamem, da se odnos do starosti spreminja. Vse bolj se jo dojema kot aktivno obdobje življenja. Anketiranci pričakujejo, da bodo v obdobju upokoјitve uživali, ne pa se počutili stare in obnemogle. Slednje se ujema z visoko izraženo željo anketirancev po čimprejšnji upokoјitvi. Prav tako vidijo v starosti aktivni čas svojega življenja (strinjanje s to trditvijo je bilo daleč najvišje). Menijo, da je nekdo star šele, ko se tako počuti (Kuhar 2007).

Da je med ljudmi prisoten nov, bolj pozitiven pogled na starost, prikazuje tudi največja svetovna študija o odnosu do staranja in do upokoјitve, z naslovom »Prihodnost upokoјitve: kaj svet želi« (»*The Future of Retirement: What the World wants*«) (Hvalič Touzery 2010). Izvedena je bila leta 2004 v dvajsetih državah na petih kontinentih (med 21.329 zaposlenimi in 6.018 delodajalci v privatnem sektorju). V publikaciji z naslovom »*The future of retirement in a world of rising life expectancies*«⁶ je obravnava le del raziskovane populacije (Hvalič Touzery 2010).

Prisoten je nov pogled na starost. Vedno bolj se jo razume kot čas priložnosti in ponovnega odkrivanja, ne pa kot čas za počitek in sprostitev. Na upokoјitev in starost stari ljudje vse bolj gledajo kot na priložnost za novo poglavje v življenju. S tem se strinja 64 % ljudi v Ameriki. Le 22 % ljudi v Kanadi, pa je bilo mnenja, da je upokoјitev čas za počitek. Odnosi do staranja

⁶ Raziskava vključuje 11.453 odraslih, v desetih državah na štirih celinah. Mednarodno finančno podjetje HSBC je v sodelovanju z Oxfordskim inštitutom o staranju (»Oxford Institute of Ageing«) izvedlo in analiziralo raziskavo (Hvalič Touzery 2010).

in starih ljudi so v svetovnem merilu zelo različni. Veliko ljudi ima sicer pozitiven odnos do staranja. Raziskava je pokazala, da imajo ljudje v bogatejših državah ponavadi bolj pozitiven pogled nanj. Britanci gledajo na upokožitev kot na čas samozadostnosti, osebne odgovornosti in neodvisnosti. Močno nasprotujejo obvezni upokožitvi in menijo, da bi morali imeti pravico delati dokler si tega želijo. Francozi gledajo na starost kot na čas za sanje, želje ter tudi skrbi, da bi bili breme svojim družinam. Prepričani so, da je pomembno, da ostanejo mladi po srcu in da morajo skrbeti za svoje zdravje. Kanadčani vidijo starost kot čas za izpolnitev svojih ambicij ter čas tesnejših odnosov s prijatelji in družino. Upokožitev vidijo kot novo poglavje življenja, predvsem kot čas za osebne izzive. Mlajše generacije na Kitajskem gledajo na upokožitev kot na priložnost za novo življenje, za nadaljevanje kariere; medtem ko starejše generacije želijo z delom prenehati in se sprostiti. Brazilci na starost gledajo kot na čas za upočasnitev, oddih in čas za preživljanje s svojimi družinami ter prijatelji. V raziskavi so ugotovili, da imajo ljudje, ki pozitivno gledajo na upokožitev, tudi bolj pozitiven odnos do starosti (Hvalič Touzery 2010).

Naj omenim zanimiv podatek, da je leta 1900 povprečna dolžina upokožitve po svetu trajala približno leto dni. Do leta 1980 se je povečala na trinajst let, do leta 1990 pa že na devetnajst let. V prihodnosti se pričakuje, da se bo doba upokožitve še povečala. V različnih državah in ozemljih imajo ljudje različne preference, kaj bodo počeli po upokožitvi. Paradoksalno je, da ljudje v premožnejših družbah želijo ob upokožitvi še naprej delati, čeprav imajo manjše finančne potrebe po tem; medtem ko je za tiste iz manj premožnih držav bolj verjetno, da si želijo čim prej opustiti delo (Hvalič Touzery 2010).

Ramovš (2013, 48) poudarja, da lahko v letih pred upokožitvijo ljudje s svojimi nazori in z odnosom do starosti v veliki meri vplivajo na življenjsko usmeritev po upokožitvi. Smeaton in drugi (2017) so naredili kvalitativno raziskavo⁷, ki je prispevala nova spoznanja glede zdravega in nezdravega načina življenja ob upokožitvi. S preučevanjem načrtov delavcev na pragu upokožitve je študija pokazala, da so ljudje razdeljeni v dve obširni skupini. Delijo se na tiste, ki pričakujejo, da bo upokožitev čas za spremembe, in na tiste, ki pričakujejo le majhno spremembo v njihovem vsakdanjem načinu življenja. Za prvo skupino je bil čas pomemben element, saj so menili, da bodo čas, ki so ga prej preživeli v službi, namenili skrbi zase, kar so prej zanemarili. Od tistih, ki so pričakovali kvečjemu majhne (Smeaton in drugi 2017, 40)

⁷ Kvalitativna študija je bila pridobljena s polstrukturinanimi intervjuji (55 ljudi), ki se v Angliji približujejo upokožitvi (Smeaton in drugi 2017, 26).

spremembe, so nekateri po nekem življenjskem dogodku (npr. zdravstvenih težavah, smrt zakonca) že uvedli pozitivne spremembe. Drugim je manjkalo motivacije ali finančnih virov za uvedbo novih zdravih navad (Smeaton in drugi 2017, 40–41).

6.3 Preživljanje časa v obdobju upokojitve

Da bi lahko pridobili uvid v morebitne spremembe v doživljanju upokojitve, se je potrebno obrniti v preteklost. Požarnik (1981) v svojem delu *Umetnost staranja: leta, predsodki in dejstva* iz leta 1981 piše o preživljanju prostega časa upokojencev. Požarnik (1981,126) poudarja, da »je prosti čas v starosti pogosto izvor dolgočasje, nemira, skrbi, obupa in osamljenosti«, ne pa vir brezskrbnosti, uresničevanja želja, zabave in ostalega, čemur se v delovnem obdobju niso mogli posvetiti. Vzroke išče v treh točkah. Najprej omenja, da je prosti čas pri starejših posledica prisile, saj se morajo ob določeni starosti upokojiti. Nadalje poudarja, da prosti čas izgubi svojo psihološko privlačnost, saj se ne izmenjuje z delovnim časom. Kot tretje omenja problematiko enostranskosti poklicnega dela in časa, ki mu ga ljudje posvečajo, zaradi česar večinoma ne razvijejo interesov oziroma osebnostnih potez, s katerimi bi lahko bolje izpolnili prosti čas v starosti. Mnogim upokojencem tako predstavlja prosti čas vir dolgčasa. Vse naštetu velja predvsem za upokojence, ki živijo v mestih ali okolici (Požarnik 1981,126).

Po upokojitvi je eden izmed ključnih dejavnikov tudi motivacija upokojencev, saj je od nje odvisno, v kolikšni meri se bodo upokojenci aktivno vključevali v razne družbene ali prostočasne dejavnosti. Stephan in drugi (2008) so naredili raziskavo, katere namen je bil preučiti motivacijo aktivnih upokojencev in njen vpliv na zadovoljstvo z življenjem po upokojitvi. Glavni namen raziskave je bil na izbranem vzorcu aktivnih upokojenih posameznikov (ki so bili člani organizacije, temelječe na univerzitetnem sodelovanju v kulturnih in akademskih dejavnostih) poudariti psihološke procese, prek katerih bi bilo lahko vedenje po upokojitvi povezano z zadovoljstvom z življenjem v tem obdobju. Pričakovano je bila za izbrane upokojence v raziskavi značilna višja raven notranje motivacije, ki je najpomembnejša. Notranji motivaciji sledi dimenzija notranje stimulacije; to je vključevanje posameznika v dejavnosti, da bi izkusil pozitivne občutke ter občutek notranjega dosežka. Notranja motivacija za izvedbo dejavnosti in notranja stimulacija sta bili pozitivni napovednik zadovoljstva v času upokojitve (Stephan in drugi 2008).

John Robinson in Geoffrey Godbey (v Krantz-Kent in Stewart 2007, 8–9) sta v svoji knjigi *Čas za življenje* (»*Time for Life*«) vključila nekatera spoznanja o časovni porabi starejših Američanov. Ugotovila sta, da v primerjavi z mlajšimi posamezniki starejši ljudje porabijo manj časa za plačano delo, več časa preživijo v vključevanju v prostočasne dejavnosti, več časa porabijo za gospodinjstva opravila in več časa spijo. Prav tako sta ugotovila, da je pri vplivu na uporabo časa pri starejših zaposlitveni status pomembnejši dejavnik kot starost (Robinson in Godbey v Krantz-Kent in Stewart 2007, 8–9).

Gauthier in Smeeding (v Krantz-Kent in Stewart 2007, 9) sta naredila nacionalno primerjavo uporabe časa in preučila trende v uporabi časa med letoma 1960 in 1990. Ugotovila sta, da so starejši Američani v primerjavi s prejšnjimi leti porabili več časa tako pri »pasivnih« prostočasnih dejavnostih (na primer gledanje televizije, branje ali poslušanje radia) kot tudi pri aktivnih (na primer ukvarjanje s športom ali obiskovanje fitnesa) (Gauthier in Smeeding v Krantz-Kent in Stewart 2007, 9).

Marcum (2012) se je v svoji raziskavi spraševal, zakaj starejši ljudje preživijo manj časa v stiku z drugimi kot mlajši ljudje. Rezultati kažejo, da starejši ljudje v primerjavi z mlajšimi, pri vseh dejavnostih preživijo manj časa z drugimi, ne glede na to, katere vrste dejavnosti počnejo. Starejši ljudje preživijo svoj čas drugače kot njihovi mlajši kolegi. V primeru prostočasnih dejavnosti vodi to k manjši nagnjenosti starejših k povezovanju z drugimi, saj manj časa preživijo pri družbenih prostočasnih dejavnostih. Za mlade pa je bolj verjetno, da so prisotni pri teh dejavnostih. Starejši ljudje imajo slabši dostop do svoje osebne mreže ljudi kot mlajši ljudje in imajo s tem tudi manj možnosti, da bi v svoj prosti čas vključili tudi druge (Marcum 2012).

7 Poznomoderna družba in staranje

V diskusijah o poznomoderni družbi prevladuje mnenje, da je življenjski stil oblikovan s potrošništvom, preko katerega se izražajo osebne in socialne identitete (Gilleard in Higgs 2000). Gilleard in Higgs (2000, 31) se sprašujeta, kako te socialne spremembe vplivajo na prehod iz delovne dobe v obdobje upokojitve. Ali nepretrganost potrošnje prikriva spremembe, ki se pojavijo na prehodu iz dela v obdobje po delovni dobi? Avtorja navajata, da je upokojitev že vse od svojih zametkov zasedala ključno pozicijo v socialnem gerontološkemu raziskovanju. Tradicionalno so raziskovalci definirali upokojitev kot večji življenjski dogodek, ki je tako moškim kot njihovim ženam, predstavljal osebni in emocionalni prelom (Gilleard in Higgs 2000, 31). Šele ob koncu 20. stoletja se je pojavila ideja, da človeštvo lahko vpliva na to, kako bo staranje potekalo in kako bo občuteno (Gilleard in Higgs 2000, 3).

V sredini dvajsetega stoletja je bila sprva podoba staranja prikazana prek ideje, da naj bi se upokojence izključilo iz družbe, saj naj bi bili izčrpani zaradi dolgotrajnih preobremenitev in niso mogli pričakovati, da bodo lahko še dolgo živeli (Baars 2012, 59). Kmalu pa se je pojavila še ena miselnost, ki pravi, da morajo starajoče osebe ostati aktivne. To je priznanje, da mnogi upokojenci niso bili tako izčrpani, kot so prvotno pričakovali (Baars 2012, 59).

Upokojitev je v zadnjih desetletjih, vsaj v zahodni družbi, doživela preobrazbo v možnostih, ki jih ponuja (Milne 2013, 1). Prišlo je do podaljšanja življenjske dobe, kar pomeni, da ima ob upokojitvi večina ljudi običajno petnajst do dvajset let kakovostnega življenja (Milne 2013, 1).

7.1 Opredelitev upokojitve

Če bi želeli definirati upokojitev v »klasičnem/tradicionalnem« pomenu, bi se najverjetneje oprli na Gail Wilson (2009, 70), ki pravi, da jo je mogoče razumeti kot družbeno strukturo, ki zagotavlja ekonomske vire za življenjsko obdobje. Omogoča, da upokojenci prenehajo s plačanim delom, vendar še vedno prejemajo dohodke, čeprav običajno nižje. Imajo več prostega časa, ampak so kot upokojenci avtomatično izključeni iz mnogih vidikov ekonomskega in družbenega življenja (Wilson 2009, 70). Včasih je bilo obdobje zaključevanja kariere in upokojitve preprosto in enostavno opredeliti, saj je predstavljala datum, ko je zaposleni prenehal delati ter začel s popolnoma novim načinom vsakdanjega

življenja (Boštjančič 2014). Zaradi sprememb v družbi (npr. podaljševanje delovne dobe, sprememb na trgu dela, uvajanje alternativnih oblik upokojevanja itn.), prihaja do novega pogleda na delo in upokojitev (Boštjančič 2014).

Danes upokojitve ne moremo enoznačno definirati, nanjo je potrebno gledati precej širše. Tudi njena časovna opredelitev je vse bolj nejasna, spreminjajoča se in razpotegnjena (Boštjančič 2014). Prehod v upokojitev je presenetljivo težko definirati, kajti mnogi nadaljujejo z delom v različnih pomenih besede in se lotijo neke oblike plačane zaposlitve po svoji upokojitvi, poudarja Milne (2013, 2). Nadaljuje, da na primer raziskave v ZDA kažejo, da več kot 60 odstotkov upokojencev prekine upokojitev in nadaljuje neko obliko plačanega dela, nato se čez nekaj časa »ponovno upokoji« ali »pol-upokoji«. Strokovnjaki zato predlagajo, da začetna upokojitev v bistvu ne pomeni toliko konca posameznikovega delovnega življenja kot pomeni bolj začetek nove oblike dela (npr. dodatek h karieri) (Milne 2013, 2). Kar je bilo včasih omejeno na tiste, katerih delo je bilo nujno časovno omejeno in je s tem ustvarilo jasne finančne potrebe po začetku druge kariere (npr. med športniki), je v zadnjih desetletjih postala nekakšna norma (Milne 2013, 2). Pogosto ni nobenega posameznega dogodka, ki bi povsem zadovoljivo orisal upokojitev; bolj je podobna postopku, ki se razvije v obdobju nekaj let. Na to novo obdobje posameznikovega življenja vplivajo različni dejavniki, kot so delovne priložnosti, nihajoče finance, osebne potrebe, faze prilagajanja, skrbi za vzdrževane sorodnike in druge problematike (Milne 2013, 2).

Na področju upokojevanja in pokojnin obstajajo številne negotovosti in tveganja (Vickerstaff in Cox 2005, 77). Mnogi delodajalci so spremenili svoje pokojninske sheme in prevladali finančno tveganje na zaposlene. Poleg tega je trend v smeri zgodnjega predčasnega upokojevanja destabiliziral tradicionalni potek življenja in pojem fiksne upokojitvene starosti. Kot rezultat tega je koncept same upokojitve postal bolj nepredvidljiv in ga je težko opredeliti (Vickerstaff in Cox 2005, 77).

Strokovnjaki, poudarja Milne (2013, 2), zato ponavadi opredeljujejo upokojitev kot razvojni proces, prehod, sprožen s koncem posameznikovega poklicnega življenja in začetkom prejemanja državne pokojnine. Je proces, ki ga najbolje opredeljuje posameznik (Milne 2013, 2). V preteklosti je bila upokojitev vsiljena izbira, povezana z upadom produktivnosti oziroma s potrebo po odstranitvi starejših iz delovnega mesta. Okoliščine, v katerih se danes pojavi

upokojitev, so veliko bolj povezane z načinom življenja oziroma izobiljem (Gilleard in Higgs 2000, 23).

Da upokojitev ni to, kar je nekoč bila, deloma drži, saj ne tako dolgo nazaj ni bilo česa takega, kot je upokojitev, navaja MacBean (2007, 40). Delno je tudi res, da mnogi niso preživeli do upokojitve ali dlje časa v njej. Ljudje so bili ob koncu svojih delovnih zmožnostih preveč izmučeni, da bi lahko uživali v vsem, kar bi sledilo. Tudi medicina ni bila tako uspešna pri »reševanju« življenj in ohranjanju kvalitete življenja. Družbeno ne razmišljamo o delu ali o upokojitvi na enak način, kot se je razmišljalo v preteklosti. Izkustvo upokojitve je merjeno s spremenljivkami, ki so edinstvene za vsakega posameznika in so omejene glede na finančno stanje (blaginja, veselje, izpopolnitev, aktivnost, beda, samota, bolečina ali omejitev) (MacBean 2007, 40).

7.2 Spremenjen pomen (način) staranja v poznomoderni družbi?

Globalizirane družbene strukture poznega dvajsetega in v začetku enaindvajsetega stoletja so spremenile naravo staranja (Wilson 2009, 69). V zahodnih državah današnji starejši ljudje ustvarjajo t. i. »novo staranje«. To pomeni, da živijo svoje vsakdanje življenje na način, ki ga starejši ljudje v preteklosti niso živeli (Butler v Wilson 2009, 69). Starejši ljudje imajo možnost izbire, kako bodo živeli v času upokojitve (Vickerstaff in Cox 2005, 79). Upokojitev je bila preoblikovana kot čas prehoda v novo življenje, ne pa zgolj kot zaključek starega (Hokej in James v Vickerstaff in Cox 2005, 79).

Tako velike spremembe v številčnosti in starostni sestavi starejšega prebivalstva ter kulturne in etnične raznolikosti so relativno nova dogajanja (Wilson 2009, 72). Poleg tega, ker več starostnikov živi dlje, to daje še toliko večjo raznolikost. Tudi možnosti za potovanja v poznejšem življenju, migracije in mednarodne komunikacije so močno povečale možnosti za razvoj novih identitet med starejšimi populacijami (Wilson 2009, 72).

Staranje ni več obdobje oziroma proces osebnega in fiziološkega propada, kot se ga je razumelo v preteklosti (Gilleard in Higgs 2000, 1). V ljudskih modrostih je bila starost videna kot čas izgube, osamljenosti, bolezni, invalidnosti, grdote, depresije, smrti (Wilson 2009, 70). Ta negativen odnos do staranja se delno izravna z bolj pozitivnimi vizijami, ki so večinoma povezane z aktivnim staranjem (Wilson 2009, 70). V te vizije so vključeni starejši ljudje, ki so

dobro ohranjeni in prijetnega videza ter fizično aktivni (npr. tečejo na maratonih, se udeležujejo »bowling srečanj« in vzdržujejo lepe vrtove) (Wilson 2009, 70). V teorijah družboslovcev, v besednjaku politikov in različnih organizacij ter v medijskem diskurzu se spreminja definicija starosti (Kuhar 2007, 37). Vse bolj se omenja »aktivno staranje«. Slednje predstavlja nasprotje starosti kot pasivnemu obdobju življenja. V najširšem smislu lahko t. i. »aktivno staranje«, razumemo kot neprekinjeno participacijo na socialnem, kulturnem, ekonomskem in na civilnem področju (Kuhar 2007, 37).

Svetovna zdravstvena organizacija (WHO 2002) opredeljuje »aktivno staranje« kot proces izboljšanja kakovosti življenja v starosti. Aktivno staranje omogoča ljudem, da uresničijo svoj potencial za telesno, socialno in duševno dobrobit v vseh življenjskih obdobjih in da sodelujejo v družbi. Cilj aktivnega staranja je podaljšanje zdravja in kakovosti življenja za vse starajoče (WHO 2002).

Večina ljudi, ki doseže upokojitveno starost, navajata Gilleard in Higgs (2000, 9), je bogatejših in imajo več razpoložljivega dohodka kot kadarkoli prej. Ne samo, da so na boljšem kot prejšnje upokojene generacije, v mnogih primerih jim je bolje v obdobju upokojitve, kot jim je bilo večino delovne dobe (Gilleard in Higgs 2000, 9).

Življenjske razmere, psihološko pripravljanje na upokojitev, finančna sredstva in ostalo vplivajo na prehod iz obdobja zaposlitve v obdobje upokojitve (Shultz in Wang 2011, 177). Nekateri se odločijo, da bodo počasi opuščali svojo kariero preko zmanjševanja delovnih ur in odgovornosti. Drugi se odločijo za takojšnjo prekinitev zaposlitve, da se lahko osredotočijo na pomoč družini (Shultz in Wang 2011, 177). Pri posameznikih se pojavlja vrsto vprašanj o časovnih okvirih upokojitve (Ginn in Fast 2006, 670). Če okoliščine dopuščajo izbiro, morajo posamezniki dobro pretehtati koristi in slabosti, ki jih prinaša upokojitev, tako zase kot za svojo družino (Ginn in Fast 2006, 670).

Na makro ravni imajo politiki različne interese glede časovnih okvirov upokojitve, navajata Ginn in Fast (2006, 670). Vrsto let, dokler zavest o pokojninskih stroških ni odtehtala tega cilja, so spodbujali zgodnji izstop iz delovne sile, s ciljem povečanja števila delovnih mest za mlade. V interesu družbe je tudi razpoložljivost ljudi srednjih let in starejših posameznikov, predvsem žensk, da bi zagotavljale neformalno oskrbo za invalide ali bolne sorodnike. Ravno tako je prispevek starih staršev k negi in varstvu otrok tudi v korist gospodarstvu, če omogoča

materi, da sprejme službo ali da lahko zaradi tega povečuje število delovnih ur (Ginn in Fast 2006, 670).

7.3 Težnje po mladostnem videzu v starosti

Premožnejše zahodne družbe se soočajo z relativno mlado starajočo populacijo, ki sestoji iz milijonov ljudi, ki se v mnogih pogledih štejejo kot prestare, a so še vedno v dobri fizični aktivnosti; mnogi tudi s precejšnjimi dohodki (Baars 2012, 66). Postmodernizem je razvil navdušenje nad telesom, zlasti nad njegovim plastičnim, modnim potencialom, upoštevajoč predvsem kulturno in ne biološko realnost (Gilleard in Higgs 2000, 130). Zdi se verjetno, pravita Gilleard in Higgs (2000, 132), da bodo kozmetična kirurgija in z njo povezani posegi postali del vsakdanjega življenja ter tako vedno več ljudem zagotavljali možnost, da po želji oblikujejo svoj videz. Različne kulture imajo različne predstave o starosti. Večinoma so usmerjene k odporu do starosti (Gilleard in Higgs 2000, 4). Kulturne prakse poudarjajo pomen mladostnega videza (Gilleard in Higgs 2000, 59).

Razvoj množične potrošniške družbe je značilnost dvajsetega stoletja (Gilleard in Higgs 2000, 35). Veliko število upokojencev z veliko kupno močjo vstopa na marketinški trg z željo, da bi »uživali življenje« (Baars 2012, 70). Ne imenujte jih stari, temveč jim pravite potrošniki, naslavlja starostnike v svojem delu Baars (2012, 66). Isti ljudje, ki so bili videti kot »prestari« za trg dela, so zelo dobrodošli na potrošniškem trgu, kjer vlada prepričanje, da v resnici niso stari, temveč so mladi in vitalni (Baars 2012, 66). Starost kot socialna kategorija ne zaseda več preprostega osnovnega družbenega položaja, ki ga je imela včasih (Gilleard in Higgs 2000, 69). Težje je definirati starost in težko je umestiti posameznika v obdobje starosti (Gilleard in Higgs 2000, 69).

Današnja družba na vsakem koraku časti kult mladosti, pravi Kuhar (2007, 37). V kulturi povzdigovanja vrednot, kot so hitrost, učinkovitost in uspešnost, so starejši velikokrat moteči, premalo vključeni v družbo; njihove življenjske izkušnje in strokovno znanje pa premalo uporabljeni. Pomembno je omeniti tudi, da je staranje za določeno kategorijo starostnikov še posebej travmatično zaradi bolezni, revščine ali osamljenosti. Lahko pa je zelo travmatično tudi za starostnike, ki so fizično, finančno zmožni, mobilni, socialno omreženi; predvsem zaradi predstav sodobne potrošniške kulture o lepem in mladostnem videzu (Kuhar 2007, 37).

Diskriminacija starih ljudi ima tudi materialne posledice v življenju starejših ljudi, v njihovem koriščenju zdravstvenega varstva in kaže posledice tudi v njihovih lastnih pričakovanjih (Gilleard in Higgs 2000, 140). Upokojenci vzpostavljajo vse večjo raznolikost upokojenskega načina življenja, vendar je telo velikokrat še vedno ovira (Gilleard in Higgs 2000, 142). Tudi, ko se nekdo počuti dobro v svoji koži, na plan pride ponotranjena »starostna sramota«; stara oseba skriva svoje roke, si pobarva lase, se poskuša znebiti gub in čuti, da je na poti vsem mladim aktivnim ljudem (Baars 2012, 70). Tako zasedajo zapleten in protisloven položaj v odnosu staranja in kulturnimi možnostmi (Gilleard in Higgs 2000, 142).

8 Empirični del: analiza percepcije in pomena časa pri upokojencih

V empiričnem delu predstavljam raziskavo, ki sem jo oblikovala glede na ugotovitve iz teoretskih izhodišč in prebrano literaturo, s pomočjo katere sem postavila tudi raziskovalno vprašanje in podvprašanja.

Cilj magistrskega dela je analizirati in prikazati, na kakšne načine je čas ključen dejavnik v določenem življenjskem obdobju in kako se strukturiranost in subjektivna percepcija časa spremeni ob upokojitvi. Namen magistrskega dela je preko kvalitativne raziskave, osebnih polstrukturiranih intervjujev, ugotoviti, kako in na kakšen način čas definira življenjsko obdobje upokojitve. Raziskati želim morebitno spremembo v percepciji in pomenu časa po upokojitvi. Zanimalo me je, kakšna so njihova subjektivna doživljanja, kako si organizirajo vsakdanjik, čemu namenjajo svoj čas, kako se je spremenilo njihovo dožemanje časa glede na prejšnje obdobje zaposlitve itn. V analizi sem tudi raziskovala razlike po spolu, čeprav sem bila pozorna tudi na ostale morebitne socio-demografske diferenciacije (partnerski status, koliko časa so upokojeni itn.), ki tudi lahko vplivajo na časovno strukturiranje vsakdanjega življenja.

8.1 Raziskovalna vprašanja in metodološki okvir

Ključno raziskovalno vprašanje, na katerega želim odgovoriti in si ga zastavljam, je: *»Na kakšne načine se ob upokojitvi v poznomoderni družbi spremeni subjektivna percepcija časa in njegov pomen ter kakšne so spremembe v strukturiranosti vsakdanjega življenja v primerjavi s časom pred upokojitvijo?«*

Raziskovalno vprašanje v magistrskem delu bom še naprej razčlenila na naslednja podvprašanja:

- *Kako današnji upokojeanci preživljajo svoj čas, je zapolnjen z aktivnostmi in ali čutijo pomanjkanje časa?*
- *So bili upokojeanci v obdobju zaposlitve v zadnjih letih službe deležni sprememb na delovnem mestu (v smislu večje intenzitete delovnega procesa, pojava novih tehnologij, povečanja stresa itn.) in kako so občutili te spremembe?*
- *Si upokojeanci želijo ohranjati svojo vitalnost in se počutiti čim bolj mladostno?*
- *Kako se je po mnenju upokojeancev spremenila splošna predstava o današnjih upokojeancih?*

Pri raziskovanju navedenega raziskovalnega vprašanja in štirih podvprašanj sem podatke za analizo pridobila s polstrukturiranim intervjujem, ki je kvalitativna metoda raziskovanja. Vprašanja intervjuvancem, s pomočjo katerih sem želela priti do odgovorov na zastavljeno ključno raziskovalno vprašanje in podvprašanja, so bila že vnaprej strukturirana in sem jih nato po potrebi modificirala glede na potek intervjuja oz. sem zaradi boljšega razumevanja po potrebi dodala podvprašanja, vezana na dotično temo. Pri nestrukturiranem ali delno strukturiranem intervjuju ne uporabljamo vnaprej do potankosti pripravljenega vprašalnika, le-ta je zgolj vodilo ali predloga za intervju (Mesec 1998, 80). Intervjuvanec in spraševalec sta v neposrednem stiku, da lahko v največji možni meri odkrijeta nesporazume pri komuniciranju in se lažje sporazumeta o pomenu sporočila (Mesec 1998, 80). Intervju je temeljna metoda za pridobivanje znanja o izkušnjah drugih (Weiss 1995). Prek intervjujev dobimo vpogled v človeško notranje doživljanje ter kako dogodki vplivajo na njihove misli in čustvovanje (Weiss 1995, 1). »Kvalitativna raziskava je običajno študija enega samega primera ali manjšega števila primerov. Pri njej se odpovemo ideji reprezentativnega vzorčenja in statističnega posploševanja na širšo populacijo in se opredelimo za analitično indukcijo« (Mesec 1998, 55).

Pri vzorčenju sem postavila štiri kriterije, in sicer da so se vprašane osebe upokojile pred največ šestimi leti in šestimi meseci, da so upokojene že vsaj leto dni, da imajo doseženo vsaj srednjo izobrazbo ter da živijo v urbanem okolju. S temi kriteriji sem poskušala zagotoviti, da so osebe »občutile« »poznoderne spremembe« na delovnem mestu, v vsakdanjem življenju ter jih doživljajo tudi sedaj v obdobju upokojitve. V vzorec je bilo vključenih pet žensk in pet moških.

Vzorec je bil pridobljen po metodi snežne kepe. Pri uporabi metode snežne kepe je ponavadi naključno izbrana začetna skupina respondentov (Malhotra 2002, 355), zato sem najprej v svojem družbenem krogu poiskala osebe, ki ustrezajo postavljenim kriterijem. Po intervjuju so izbrani respondenti naprošeni, da posredujejo podatke svojih znancev, ki pripadajo ciljni populaciji (Malhotra 2002, 355). Ta postopek se nadaljuje in na tak način se količina vprašanih večja kot snežna kepa (Malhotra 2002, 355).

Pridobivanje intervjujev je potekalo od 16. junija do 11. avgusta 2016. Intervju je sestavljen iz približno štirinadeset vprašanj, katerih število se lahko spreminja glede na posamezni intervju in potrebe po podvprašanjih, dodatni razlagi. Vprašanja so postavljena v več sklopih, in sicer: demografska vprašanja, vprašanja o zaposlitvi in upokojitvi, o spremembah ob upokojitvi, o mladosti in vitalnosti ter morebitnih spremembah v pomenu staranja, upokojitve.

Intervju je potekal bodisi pri intervjuvancih na domu bodisi pri meni doma. Pet intervjujev je bilo opravljenih v Ljubljani in pet intervjujev v Kopru. Pred začetkom intervjuja sem vsakemu intervjuvancu razložila temo, o kateri pišem v magistrskem delu in na kratko vsebino intervjuja ter njegov namen. Zaradi boljše analize izbranih odgovorov so bili intervjuji zvočno snemani in nato uporabljeni za zapis posameznega intervjuja (transkript intervjuja)⁸. Vsakega intervjuvanca sem pred samim snemanjem intervjuja tudi opozorila, da se intervju snema. Povprečna dolžina posameznega intervjuja je bila petindvajset minut. Najdaljši intervju je bil dolg skoraj petdeset minut, medtem ko je bila dolžina najkrajšega slabih enajst minut.

Z zbiranjem intervjuvancev sem imela kar nekaj težav, saj je bilo težko najti osebe, ki ustrezajo zgoraj določenim kriterijem. Intervjuvancev nisem želela iskati v različnih upokojenskih društvih, saj bi na tak način že vnaprej izbrala upokojence, ki so aktivni, in tako dobila neustrezen vzorec in rezultate.

S pomočjo analize intervjujev sem poskušala odgovoriti na ključno raziskovalno vprašanje in štiri zastavljena podvprašanja. Ob analizi intervjujev sem določila glavne teme in ugotavljala njihovo medsebojno povezanost. Vsak intervjuvanec je imel svoj pogled na čas, ki ga doživlja na svojevrsten način. Analizo intervjujev sem zato opravila tako, da sem najprej pregledala

⁸ Transkript intervjujev je shranjen pri avtorici magistrskega dela.

vsak intervju samostojno, nato sem jih med seboj primerjala. »Izhajajoč iz prepisov dokumentov najprej te zapise razčlenimo in določimo enote kodiranja, jim nato pripišemo izraze za pojme, ki jim po naši sodbi ustrezajo; nato analiziramo značilnosti teh pojmov, izberemo najrelevantnejše pojme, jih definiramo, iščemo ali konstruiramo odnose med njimi in na koncu formuliramo pravilnosti, obrazce in teoretične razlage in pojasnitve« (Mesec 1998, 56).

Imena intervjuvancev v magistrskem delu so zaradi varovanja zasebnosti izmišljena.

8.2 Analiza ugotovitev

Vzorec raziskovanja vključuje osebe, ki so se upokojile pred največ šestimi leti in šestimi meseci, živijo v urbanem okolju in so upokojene vsaj eno leto. Intervjuvanci so rojeni med leti 1947–1956. Najstarejša ženska je rojena leta 1955, najmlajša pa leta 1956. Povprečna starost upokojenk je 60, 8 let. Pri moških je najstarejši rojen leta 1947, najmlajši pa leta 1956. Povprečna starost moških je 65, 4 leta.

Intervjuvanci prihajajo iz Osrednje Slovenije ali Primorske. Izobrazba žensk je nekoliko višja od moških; in sicer sta dve ženski navedli visoko izobrazbo, dve višjo in ena srednjo. Med moškimi imajo trije višjo, dva pa srednjo izobrazbo. Trije moški prihajajo iz Osrednje Slovenije, dva iz Primorske, medtem ko so tri ženske iz Primorske, dve ženski pa iz Osrednje Slovenije. Intervjuvanci so upokojeni od približno dveh let pa do petih let in nekaj mesecev. Večina intervjuvancev je poročenih in živi še z drugo osebo oziroma osebami, samo dva sta ločena in živita sama.

Med ženskami sta najdlje upokojeni Marjeta in Sonja, rojeni leta 1955, in sta upokojeni približno štiri leta. Marjeta ima visoko izobrazbo, je ločena in živi sama. Sonja ima višjo izobrazbo, je poročena ter živi z možem in mamo. Kristina, rojena leta 1955, je upokojena približno tri leta, poročena, živi z možem in ima visoko izobrazbo. Anita, rojena leta 1955, je prav tako upokojena približno tri leta. Anita je poročena in živi z možem, doseženo ima srednjo izobrazbo. Najmlajša od upokojenk, ki je tudi najmanj časa upokojena (približno dve leti in pol), je Marija, rojena leta 1956. Doseženo ima višjo izobrazbo, je poročena, živi z možem in trenutno tudi s hčerko. Od moških intervjuvancev sta najstarejša Igor in Matic, rojena leta 1947, in sta tudi najdlje upokojena (prvi bo kmalu pet let, drugi pa je upokojen približno pet let in nekaj mesecev). Doseženo imata višjo izobrazbo. Igor je ločen in živi sam,

Matic pa je poročen in živi z ženo. Matej, rojen leta 1950, je upokojen približno štiri leta in ima doseženo višjo izobrazbo. Matej je poročen in živi z ženo ter s hčerko. Dve leti in tri mesece je upokojen Janez, ki je rojen leta 1953 in ima doseženo srednjo izobrazbo. Janez je poročen in živi z ženo. Najmanj časa upokojen, in sicer približno dve leti, je Lojze, ki je rojen leta 1956. Lojze ima doseženo srednjo izobrazbo, je poročen, živi pa še z drugimi osebami.

8.2.1 Organizacija časa v obdobju zaposlitve

Zanimalo me je, kako so imeli upokojenci (časovno) organizirano življenje v času, ko so bili zaposleni. Kot je mogoče predvideti, je bila služba osrednjega pomena pri opisovanju tipičnega dne v času zaposlitve. Vsi upokojenci so namreč pričeli z opisovanjem službe, nato so našli še nekaj opravkov, ki so sledili po njej. Štirje moški intervjuvanci izpostavljajo tudi ukvarjanje z otroki. En intervjuvanec navaja, da je po službi nadaljeval določena službena opravila tudi doma. Štiri intervjuvanke opisujejo gospodinjska opravila (kuhanje, pospravljanje), en intervjuvanec omenja pomoč v gospodinjstvu, en intervjuvanec obveznosti v družini in en intervjuvanec opravljanje domačih opravkov ter delo »okrog hiše«. Štiri intervjuvanke omenjajo gledanje televizije, ena večerno delo na računalniku (za izobraževanje, ustvarjanje itn.). Štirje intervjuvanci so navajali tudi dnevno ukvarjanje s svojimi hobiji. Janez (63 let 2016) je omenil ukvarjanje s športom in kolesarjenje. Ena izmed dveh intervjuvank opisuje ukvarjanje z ročnimi deli, ki jih sicer uvršča med svoje »prostočasne dejavnosti«; druga upokojenka pa navaja udejstvovanje na duhovnem in telesnem področju. Četrty intervjuvanec omenja pevske vaje in skavtske sestanke. Da so hobiji bolj do izraza prišli v obdobju upokojitve, je poudaril Igor (69 let 2016).

»Nič, ko si zaposlen, delaš, pol prideš domov, nardiš kosilo, kej pospraviš, gledaš televizijo in greš spat. Nič kej takega.« (Anita, 61 let 2016)

»Ja, zjutraj vstajanje, priprava, služba osem ur. Potem razne obveznosti v družini. Ane, imel sem šest otrok in je blo normalno, da je še bilo veliko, veliko dela, ne. In seveda poleg tega sem imel še razne hobije, to prav gotovo, ampak toliko bolj so prišli ti hobiji do izraza, ko sem se upokojil.« (Igor, 69 let 2016)

Služba v veliki meri vpliva na organizacijo časa v obdobju zaposlitve, zato se poraja vprašanje, koliko prostega časa so v obdobju zaposlitve imeli intervjuvanci samo zase in kaj so v svojem prostem času v obdobju zaposlitve počeli.

Odgovori intervjuvancev so pokazali, da časa zase med službo skorajda niso imeli. Matic (69 let 2016) in Marjeta (61 let 2016) sta navajala po uro na dan, Marija (60 let 2016) in Janez (63 let 2016) pa do dve uri prostega časa na dan, ki so ga porabili samo zase. Kristina (61 let 2016) in Sonja (61 let 2016) sta povedali, da sta imeli čas zase predvsem zvečer. Marjeta (61 let 2016) in Anita (61 let 2016) sta prav tako povedali, da med tednom v obdobju zaposlitve skorajda nista imeli časa zase. Čas sta imeli predvsem med vikendi. Matej (66 let 2016) pa ugotavlja, da ni imel na razpolago veliko prostega časa, predvsem ko so bili otroci še majhni.

Intervjuvanci so navadno v obdobju zaposlitve v svojem prostem času imeli različne dejavnosti in se ukvarjali z različnimi hobiji. Kristina (61 let 2016) se je v svojem prostem času v obdobju zaposlitve po navadi ukvarjala z ročnimi deli, zvečer pa je običajno gledala televizijo ali pa reševala križanke. Marjeta (61 let 2016) je običajno gledala televizijo, občasno brala, ob sobotah, ko je imela več časa, pa se je odpravila na pohode v hribe ali na daljše sprehode. Poleg tega je obiskala tudi kakšen koncert ali pa opero ter balet. Anita (61 let 2016) je rada v naravi pobirala gobe in šparglje. Sonja (61 let 2016) je v prostem času zvečer gledala televizijo in rada je lenarila. Marija (60 let 2016) opisuje udejstvovanje na duhovnem področju in rekreacijo. Janez (63 let 2016) našteva kolesarjenje s prijatelji, smučanje, hojo v hribe, razne izlete. Matej (66 let 2016) našteva varstvo vnukov, pevske vaje, udeležbo pri skavtih, delo v sadovnjaku, občasno prebiranje knjig in fotografiranje. Sprehodi in pogovori s prijatelji so predstavljali prosti čas Maticu (69 let 2016). Lojze (60 let 2016) je ravno tako v prostem času rad šel na sprehod. Igor (69 let 2016) je v obdobju zaposlitve prosti čas namenil delu na vrtu. Zadnjih deset let je veliko kolesaril in tekel maraton.

8.2.2 Spremembe na delovnem mestu v zadnjih letih zaposlitve

Upokojeni v raziskavi spadajo k tisti generaciji, ki je bila dolga leta navajena opravljati svoje službene dolžnosti na nek utečen način. Zastavljam si vprašanje, ali so v zadnjih letih zaposlitve pred upokojitvijo občutili morebitne spremembe na delovnih mestih, v smislu večje intenzitete v delovnem procesu in podobno (hitenje, opravljanje več nalog, večje zahteve itn.). Na vprašanje so skoraj vsi upokojenec (z izjemo dveh upokojenk) odgovorili pritrdilno.

Intervjuvanci so čutili povečan obseg dela in neurejenost na delovnem mestu:

»Ja, ja. Posebno neurejenost na delovnih mestih. Vse se je zbrkalo in ni bilo nobenega reda.« (Lojze, 60 let 2016)

»Jaz v tistem času, ko sem v zadnjih letih, ane, je bilo že tako intenzivno, da je bilo treba prav praktično odgovarjat za vsako uro. Ane. Vse, kaj si počenjal, poročila. /../ Pri nam je blo moram rečt zelo, zelo intenzivno.« (Igor, 69 let 2016)

Iz odgovorov je razvidno, da so bili intervjuvanci v zadnjih letih službe pod velikim časovnim pritiskom. Morali so si beležiti in utemeljiti vsako uro, ki so jo opravili. Poleg tega so bili delovni pogoji zaradi »neurejenosti« na delovnem mestu, kot poudarja Lojze (60 let 2016), zelo »kaotičnik«. Intervjuvanci izražajo jasno nezadovoljstvo nad spremembami, ki so se pojavljale na delovnem mestu.

Dva intervjuvanca, ki sta bila zaposlena v šolstvu, sta čutila spremembe predvsem v večjem obsegu dela in v večjih zahtevah na delovnem mestu:

»Jaz sem delala v šolstvu in so nam nalagali vedno več birokracije. Za isto delo smo morali več urejanja dokumentacije, več poročil na več strani dokumentirat svoje delo. Tudi zakonodaja sama na strokovnem področju se bolj dopolnjuje, da ne rečem zakomplicira in zahteva tudi zaradi tega več pisanja. To pa več sestankov. Tudi moje delo /../ je zahtevalo vedno več timskega dela, kar je dobro, ampak to je šlo vse v isti obseg ur in plačila. Samo več dela, več sestankovanja s starši, z učitelji. Tako, da se je količina dela povečala.« (Marija, 60 let 2016)

Iz odgovorov je razvidno, da so v svojem delovnem času intervjuvanci morali opravljati vedno več nalog. Količina dela se je povečala, obseg ur in plačilo pa je, kot je povedala Marija (60 let 2016), ostajalo enako. Občutili so zaostritev delovnih pogojev, saj so se pojavljale vedno večje zahteve.

Dober odraz sprememb na delovnem mestu je izpoved Mateja (66 let 2016), ki prav tako pravi, da so se pojavljale vedno večje zahteve, poleg tega pa se je spremenil način dela, predvsem zaradi pojava računalnikov:

»So več zahteval, pa tudi starejši, kot si se, težje prilagajaš tem novim tehnologijam. Recimo, računalnik je mene ujel v zadnjem obdobju, ne. /.../ Z računalnikom sem se zlo boril. Lih, da sem do penziona nekak zvozu.« (Matej, 66 let 2016)

Zaradi prihoda novih tehnologij se je pri intervjuvancu pojavil primanjkljaj v znanju:

»Več znanja bi mogli imeti. Ampak so tej sodelavci prijazni priskočili, no. Mi je bilo malo neprijetno, ker si pozabim, pa čez en teden spet isto stvar mogoče vprašam. /.../ Ker po štiridesetih letih bi mogli biti na nekem delovnem mestu že nek specialist, veteran, strokovnjak, ane.« (Matej, 66 let 2016)

Matej (66 let 2016) je bil vidno razočaran nad prihodom računalnikov, saj je začutil pomanjkanje v znanju in potrebo po izobraževanju. Kljub temu da je v učenje novih veščin vlagal veliko energije, se je težko navadil na nov način dela. Poleg tega so se vodilni v podjetju menjali, med drugim so se na slabše spremenili tudi medosebni odnosi. Vodilni so uvedli nov način dela in obnašanja na delovnem mestu, poudarjali so uradne odnose med sodelavci. Manjkalo je predvsem človeški faktor, ki je bil prej prisoten, produktivnost pa zaradi tega ni bila nič boljša, poudarja Matej (66 let 2016):

»Medtem ko prej je bil direktor res tko, bi reku po naše, človek v pravem pomenu, z lepim odnosom do zadnjega zaposlenega, ki smo imeli tudi čisto preproste ljudi, delavce. No, tako in v tistem je bilo neprimerno lepše delati, pa smo ravno tako delali, pa morda še več naredil, kot v tem nekem prisilnem ritmu, kot storilnosti, ne. Ni bilo učinkovitosti, ne. Tega nisem čutil. Ta kader ni znal motivirati. Bili so izobraženi, mislil so, da so to vsa neka znanja, s katerimi bodo zaposlene ne vem kako še stisnili, ampak ni bilo pa tega človeškega odnosa, ki je pa velik faktor provzaporov za eno storilnost in za eno pripadnost kolektivu. Tko to je bilo zadnje obdobje, je bilo kr. /.../ Spremembe so bile pa očitne, ja. Malo tehnologija, malo pa tej spremenjeni odnosi.« (Matej, 66 let 2016)

Kljub temu da so prišli na vodilni položaj izobraženi ljudje, je težavo upokojenec videl predvsem v pomanjkanju motivacije s strani vodilnih. Usmerjali so se predvsem k doseganju zastavljenih ciljev, storilnosti. Manjkalo pa je ključni faktor za uspeh, to je občutek pripadnosti kolektivu. Da so se odnosi na delovnem mestu skrhalo in na splošno poslabšali, sta omenila tudi Janez (63 let 2016) in Kristina (61 let 2016). Slednja sta namreč v zadnjih letih službe skoraj izgubila delo zaradi sprememb, ki so se dogajale v službi. To se je skoraj zgodilo

bodisi zaradi prihoda novih vodilnih bodisi zaradi ukinitve delovnega mesta. Nato so ju premestili na drugo delovno mesto.

»Jaz sem mela skozi ful velik dela, pol proti koncu smo pa šefe menjal, je bilo pa skozi neki, ne vem, mislim vsak je pol neki svojega hotu, pa spremembe in na koncu koncev, se mi je skor zgodilo, da bi kmalu ostala brez dela. Čeprav sem bila prva tam. Skor sem ostala brez dela.« (Kristina, 61 let 2016)

»Pol, skoraj sem službo izgubila tik pred penzijo. /.../ Tri leta pred penzijo kar tehnološki višek. Na cesti boš šel. Dva sva bila tam. En je bil celo življenje tam.« (Janez, 63 let 2016)

Samo dve intervjuvanki v zadnjih letih službe nista čutili sprememb na delovnem mestu. Mednje spadata Marjeta (61 let 2016), ki ima doseženo visoko izobrazbo in je upokojena približno štiri leta ter Anita (61 let 2016), upokojena približno tri leta, z doseženo srednjo izobrazbo.

»Ne, niti ne. Sem se umirila zato, ker sem imela že nekak izpolnjene pogoje tudi za upokojitev. Sem se čutila dost suvereno tudi na delovnem mestu, ker sem imela tudi že prakse tolik in dost samostojno, tko da v bistvu mi je bilo po eni strani, kar težko iti v penzijo. Zaradi tega, ker sem se počutila nekak varno v službi, pa dost suverena, tko da mi je bilo malo težje iti v penzijo.« (Marjeta, 61 let 2016)

Marjeta (61 let 2016) je svoje delovno področje obvladala in se je pri opravljanju delovnih nalog počutila suvereno. Imela je vrsto let prakse in delovnih izkušenj, ki so ji predstavljale varnost, zato ji je bilo po eni strani težko iti v upokojitev.

Odgovori intervjuvancev tako v večini potrjujejo, da je v zadnjih letih službe prišlo do sprememb na delovnih mestih, v smislu večje intenzitete delovnega procesa itn. Razvidno je tudi, da so intervjuvanci te spremembe doživljali različno in niso doletele vseh v enakem obsegu.

8.2.3 Odhod v upokojitev

Večina intervjuvancev se je upokojila takoj, ko je imela pogoje za to. Marjeta (61 let 2016) in Janez (63 let 2016) sta si želela (vendar neuspešno), predvsem iz finančnega vidika, še delati in se upokojiti leto do dve kasneje. Predvsem Janez (63 let 2016) si je želel nadaljevati delo, ko je izvedel za višino pokojnine. Pred upokojitvijo je doživel nesrečo in bil v daljši bolniški odsotnosti. Medtem je na njegovo delovno mesto že prišel mlajši zaposleni.

»Tko sem mislil, zdej bom pa še ene dve let. Zato, ker sem bil zelo razočaran, ko so mi izračunal, kakšno penzijo bom dobil.« (Janez, 63 let 2016)

Kristina (61 let 2016) bi še lahko delala, vendar jo je motilo vzdušje, ki se je oblikovalo v zadnjem času pred upokojitvijo. Igor (69 let 2016) pa se je kljub temu da je dobil ponudbe za nadaljevanje dela, zaradi intenzivnosti dela raje upokojil in si vzela čas zase. Samo ena upokojenka od intervjuvanih je dejansko podaljšala čas zaposlitve in delala za polovični delovni čas še leto in pol. Ostali intervjuvanci so bili upokojitve veseli in niso podaljšali časa dela.

»Po uradni upokojitvi sem še eno leto in pol delala polovnični delovni čas pogodbeno.« (Marija, 60 let 2016)

»Ja, lahko bi še delala, samo ne v takem vzdušju.« (Kristina, 61 let 2016)

»Dobil sem še kar nekaj ponudb in tako, ampak sem čutil, da je morda trenutek, da glede na intenzivnost mojega časa, ko sem bil v službi, je prišel trenutek, ko si vzamem nekaj časa tudi zase.« (Igor, 69 let 2016)

Vsi intervjuvanci so izrazili zadovoljstvo in veselje ob upokojitvi. Dva intervjuvanca sta povedala, da sta bila vesela upokojitve predvsem zato, ker so se poslabšali odnosi v podjetju. En intervjuvanec je sicer izrazil, da je bil upokojitve po eni strani zelo vesel, po drugi pa je pogrešal medsebojne odnose v službi ter strukturo časa.

»Takrat sem bil, ti čisto odkrit povem, da sem bil vesel zato, ker tud teh odnosih pa to, so se blazno skrhal.« (Janez, 63 let 2016)

»Zelo. Ja, provzaprov sem bil po eni strani zelo vesel, po drugi strani pa ne. Ker sem imel veliko prijateljev. Sploh v službi sem se, moram reči, da kar dost dobro počutu. In sem

pogrešal tisti cikel, človek, ane, kar pogreša, ne. Ampak jaz sem zmeraj bil tako dinamičen, tako da tudi potlej, ko sem šel v upokoje, sem zelo intenzivno živel.» (Igor, 69 let 2016)

8.2.4 Priprave na upokojeitev

Zanimalo me je tudi, kako se upokojeenci soočajo z upokojeitvijo in ali so se nanjo morda pripravljali. Odgovori so pokazali, da se na upokojeitev večina intervjuvancev ni pripravljala. Od dveh upokojeenk se je Marjeta (61 let 2016) pripravljala tako, da je v službi delala na področju odhodov v upokojeitev in pripravljala seminar na to tematiko. Marija (60 let 2016) se je na upokojeitev pripravljala v mislih in preko pogovorov. Poleg tega se je odločila za postopno upokojevanje, ki ji je bilo, kot pravi, v veliko pomoč. Moški se na upokojeitev niso posebej pripravljali; samo dva sta povedala, da sta že prej razmišljala o zapolnitvi časa po upokojeitvi.

»Sem šla tudi jaz na ta seminar, pa tud že prej sem sodelovala na seminarju, ane. Tako, da sem mal vedla, kaj me čaka, no pa, da se je treba tisti čas zapolnit nekak.« (Marjeta, 61 let 2016)

»V mislih, ja. V mislih tako sama pri sebi, pa v družini v pogovoru tudi. Ja, ja. Sem se pripravljala, kako da ne. /../ Tako, da mi je tudi ta oblika, da sem se upokojila in še polovično še eno leto in pol delala polovičen čas, bla tako pisana na kožo, da sem počasi se poslovila. Da ni bilo naenkrat, ker to bi zame bilo. Bi bil kar šok, no. In mi je bilo zelo fajn hodit še polovični delovni čas delat.« (Marija, 60 let 2016)

8.2.5 Percepcija in pomen časa v obdobju upokojeitve

Odgovori, ki sem jih pridobila, kažejo, da upokojeenci doživljajo svobodo v izrabi časa. Kot pravijo, so sedaj »sami gospodarji svojega časa«. Veliko bolj razmišljajo o kakovostnem preživljanju preostanka življenja in o ohranitvi zdravja. Odgovori kažejo tudi, da je večina intervjuvancev bolj zadovoljna s preživljanjem svojega časa v obdobju upokojeitve kot v obdobju zaposlitve. Kot navajajo, imajo večjo svobodo odločanja, razporejanja s svojim časom, možnost opravljanja različnih dejavnosti, manj je stresa, ki je bil prisoten v času zaposlitve. Izjema je upokojenec Matic (69 let 2016), ki je jasno izrazil, da je bil v obdobju zaposlitve bolj zadovoljen s preživljanjem svojega časa, saj je delal »družbeno pomembno delo« ter upokojenka Marija (60 let 2016), ki pravi, da je bila zadovoljna s preživljanjem časa

tako v obdobju zaposlitve kot sedaj v obdobju upokojitve, saj je službo jemala kot del svojega življenja in ne le kot vir zaslužka.

»To, da lahko razporejам sama. Si določam. Svobodo v času.« (Sonja, 61 let 2016)

»Zdej velik bolj to razmišljaš, da boš čim bolj kvalitetno življenje mel. Da boš čim bolj zdrav, da bi čim več pokojnin dobil. Prej o tem nisi razmišljal nič.« (Janez, 63 let 2016)

»Ne, sedaj, ja. Je le vendar, da si čist samostojen. Prej te služba čist zaposluje. Zdej si pa čist gospodar vsega, časa svojega in se ukvarjaš z dejavnostmi, ki si si jih sam zadal pa izbral. V tem smislu si sigurno režiser celotnega časa, ja.« (Matej, 66 let 2016)

»Ja, sigurno zdaj, zdaj ni tiste napetosti, tistih stresov.« (Marjeta, 61 let 2016)

Igor pove (69 let 2016), da je sedaj, ko je upokojen, vse enostavnejše in doda, da je bil čas v obdobju zaposlitve v veliki meri podrejen družini in dolžnostim:

»Čas prej je bil pač podrejen družini, dolžnosti, ki sem jih imel, ki so bile neobhodno potrebne, da je družina preživela. /.../ Zdej je pa tako ne, vse skup bolj enostavno.« (Igor, 69 let 2016)

Poleg tega lahko stvari delajo umirjeno, počasneje in ni tolikšne potrebe po časovnih omejitvah:

»Zdaj delam vse bolj počasi in ne delam sto stvari naenkrat, ampak eno stvar naenkrat.« (Anita, 61 let 2016)

Podobnega mnenja je tudi Kristina (61 let 2016), ki pravi, da se sedaj, ko je upokojena, izogiba postavljanju časovnih rokov. Ob tem sicer omeni, da bi ji verjetno pripomogli k boljši storilnosti. Postavlja pa si prednostne naloge:

»Ne dovolim si glih, da bi imela kakšne roke, tko. To si manj, no. Mogoče bi bilo celo boljše, da bi si bolj porihkala in bi lahko več naredila. Tisto, kar se mi zdi prioriteto, tisto vzamem naprej, ostalo malo odložim.« (Kristina, 61 let 2016)

Upokojenci izpostavljajo tudi, da je čas, ki ga imajo dragocen, in ga je zato treba dobro izkoristiti ter zapolniti s stvarmi, ki so človeku pomembne:

»Vidim, no, predvsem to, da čas je dragocen, da ga je treba dobro izkoristit.« (Marija, 60 let 2016)

»Ja čas predstavlja neko vrednoto, nek prostor, nek volumen nečesa, kjer ga zapolneš s stvarmi, k se ti zdijo pomembne. Je čas dragocena stvar.« (Matej, 66 let 2016)

Čeprav Matic (69 let 2016) pozitivno doživlja obilico časa v obdobju upokojitve, saj lahko svoj čas produktivno izkoristi za uresničevanje svojih hobijev in lahko počne stvari, ki jih v času zaposlitve ni mogel. Poudarja, da je bil bolj zadovoljen s preživljanjem svojega časa v obdobju zaposlitve, saj je delal »družbeno pomembno delo«:

»Zelo lepo, ker delam tudi stvari, ki jih prej nisem tolko mogu. Svoje hobije in tako naprej. /.../ Bolj sem bil prej zadovoljen, ker sem delal, bi rekel, družbeno pomembno delo, ker sem bil v šoli in sem izobraževal in vzgajal otroke, zdej pa tega ni.« (Matic, 69 let 2016)

Kljub temu da Janezu (63 let 2016) čas po upokojitvi pomeni manj kot v obdobju zaposlitve, pravi, da mu včasih primanjkuje časa in je nezadovoljen, če predolgo spi. Slednje nakazuje, da mu ni vseeno za čas, ki ga ima na voljo.

»Manj kot prej, siguren /.../ Drugač pa včasih mi tudi zmanjka časa. Včasih se sam jezim recimo, ker predolgo spim.« (Janez, 63 let 2016)

Igor (69 let 2016) je srečen, da je upokojen, in je sedaj tudi bolj zadovoljen s preživljanjem časa; vendar omenja, da je bil v obdobju zaposlitve čas bolj dragocen. Hkrati se zaveda, da prihaja v leta, ko se pogosteje pojavijo tudi določene omejitve, težave:

»Ne, jaz bi rekel, da bolj zdaj. Ane. Čeprav takrat je bilo bolj dragoceno. Ker zdej imam časa več, če tako vzamemo, na izobilju in je čas tisti, ki ga sam razporejam, včasih je bilo pa mal drugače./.../ Zelo srečen sem, ane. In se pa zavedam, ne, da zdej že leta prihajajo tudi /.../ Le veš, da si že v določenih obdobjih in včasih pride tudi kakšna kriza.« (Igor, 69 let 2016)

Marija (60 let 2016) je čutila približno enako zadovoljstvo tako v času zaposlitve kot sedaj v času upokojitve. Službo je jemala kot del svojega življenja. Delala je z veseljem, odgovornostjo in ljubeznijo:

»Ja. Kaj jaz vem, sem jemalo tudi službo kot del svojega življenja. Ne samo kot obveznost za zaslužiti in se preživljati, ampak tudi kot priložnost. Tudi moje delo sem tako opravljala. In z veseljem in z eno odgovornostjo, z ljubeznijo, da naredim neki dobrega. Tako, da približno enako čutim ta odnos do tega. Do službe prej in do tega, kar si zdej dam, da bom naredila.« (Marija, 60 let 2016)

8.2.6 Preživljanje časa v obdobju upokojitve in (ne)uresničene skrite želje, hobiji, dejavnosti

Zanimalo me je, kako upokojenci preživljajo svoj vsakdan. Iz odgovorov je razvidno, da imajo intervjuvanci v času upokojitve dan zapolnjen z različnimi aktivnostmi, vzamejo pa si tudi čas zase in za počitek. Navadno začnejo dan z zajtrkom in nato naštevajo obveznosti, kot so varstvo vnukov; en upokojenec skrbi za ostarelo taščo, dve upokojenki pa za svojo mamo. Sedem upokojencev (štirje moški in tri ženske) se ukvarja z delom na vrtu (vrtnarjenje, delo v sadovnjaku). Upokojenci naštevajo tudi gospodinjstva opravila (dva moška in štiri ženske), obisk trgovine; trije omenjajo gledanje televizije (en moški in dve ženski). Trije moški opisujejo delo z računalnikom. Nekateri si privoščijo tudi popoldanski počitek (izpostavljata dve ženski in en moški). Poleg tega upokojenci del dneva posvetijo tudi ukvarjanju s svojimi aktivnostmi ali hobiji. Vsi moški in tri ženske navajajo dnevno ukvarjanje s hobiji. Preostali dve ženski, Anita (61 let 2016) in Kristina (61 let 2016), pa imata po en hobi (tedensko kegljanje in občasno pobiranje gob). Nekateri upokojenci navajajo tudi vsakodnevno udejstvovanje na duhovnem in telesnem področju. Slednje predvsem izpostavljajo Marija (60 let 2016), Marjeta (61 let 2016) in Igor (69 let 2016). Varstvo vnukov predstavlja tedensko obveznost štirim intervjuvancem. Dvema upokojencema, Marjeti (61 let 2016) in Igorju (69 let 2016), predstavlja varstvo vnukov obveznost enkrat do dvakrat na teden; Anita (61 let 2016) se z vnuki igra vsak dan približno dve do tri ure; Matej (66 let 2016) pa navaja vsakodnevno varstvo, ki ga nudi vnukom.

»Vstanem, zbudim, ta prvo si kavo pristavim. S kavo začnem zajtrk z ženo, potem pa je že prvi zvonec in že pripeljejo vnuke. Jaz sem zmeri doma, žena pa ponavad še mal po dislociranih enotah hod. Tko in potem je ta dan tak, da najprej mal igranja z vnuki po stanovanju, potem jih na dvorišče peljem, potem je kosilo, če sva z ženo skupi, ona skuha, drugač moram včas celo jaz kej. No, in potem je urca tri, al pa pol štirih, ko pridejo starši

po otroke. To je en tak tipični dan. Potem je pa treba še mal pospraviti, ko odidejo, potem pa ostane tist prosti čas, ki spet razpolagaš z njim, ki ga zapolneš z nujnimi opravki al z nabavo, al s trgovino al pa s stvarmi, ki si si jih nekakšen zadal in se ti zdijo primerne, da bi jih opravljal. Ali vrt ali sadovnjak ali branje al obisk pevskih vaj al tko je, vsak dan je neki.» (Matej, 66 let 2016)

»Rutinska, je ravno to na duhovnem področju. Vedno zvečer se usedem in si vzamem ene vsaj pol ure miru. To je redno. Pol pa za telesno vadbo tud skrbim, ampak to ni taka rutina, da bi rekla, da vsak dan ob tej in tej uri, ampak je odvisno od vremena. Pa pol recimo slikarstvo, to je tud recimo enkrat na teden. Pa recimo varstvo otrok imam vsaj enkrat na teden popoldan. To je tako dogovorjeno, pol so pa taki padalci, ki večkrat na teden še kaj popoldan, pa zvečer, pa to.» (Marjeta, 61 let 2016)

Sodeč po opisu tipičnega dne upokojevci preživljajo dan umirjeno, sproščeno in naštevajo pretežno vsakdanja opravila (poleg varstva vnukov, skrbi za starše, taščo itn.). Ena ključnih razlik glede na obdobje zaposlitve je tudi ta, da imajo vsak dan čas tudi za svoje aktivnosti ali hobije (nekateri bolj, drugi nekoliko manj), za kar je prej zmanjkovalo časa.

Upokojevci čas lahko porabijo po svojih željah, česar v obdobju zaposlitve v tolikšni meri niso mogli. Vsi upokojevci, razen enega, imajo vsaj en hobi, ki so si ga že od nekdaj želeli, pa v obdobju zaposlitve ni bilo časa. To je lahko bodisi »nov« hobi bodisi »star« konjiček, za katerega v obdobju zaposlitve niso našli dovolj časa, da bi se z njim lahko bolj intenzivno ukvarjali oziroma ga bolj razvijali.

Upokojevka z največ naštetimi dejavnostmi navaja ročna dela (kvačkanje, restavriranje starega pohištva, tečaj pletenja), branje, delo na vrtu, vodenje mladinske skupine. Pravi, da ima še skrite želje, ki jih želi uresničiti:

»Bla sem na dveh tečajih ročnih takih, ročnih aktivnosti. Da sem se naučila plest košare iz vrbe, pa da sem se začela učiti restavrirati staro pohištvo, pa da kej več preberem, pa da več sem na vrtu. To sem si najbolj želela in to sem takoj se zakopala v vrt in ga tudi preuredila. Kaj še počnem? Aha, da sem v župniji prevzela mladinsko skupino /.../. Pa še, še imam še želje skrite.» (Marija, 60 let 2016)

Druga upokojenka, ki poleg duhovnega udejstvovanja in telesne vadbe, redno poje v pevskem zboru, se je takoj po upokojitvi vpisala na likovno delavnico:

»Ja, v bistvu, takoj, ko sem se upokojila, sem šla na to likovno delavnico, ker sem jaz že od malega si to želela.« (Marjeta, 61 let 2016)

Marjeta (61 let 2016) omenja še obiskovanje raznih prireditev, opere, baleta, muzejev in redko tudi kina. Poleg tega ima Marjeta (61 let 2016) željo po potovanjih ter hoji v hribe. Kristina (61 let 2016) izpostavlja kegljanje z upokojenci. Čeprav pravi, da je do tega hobija prišla slučajno, bi Kristina (61 let 2016) več kegljala, v kolikor bi imela možnost. Sonjo (61 let 2016) sprošča delo na vrtu, Anito (61 let 2016) pa pobiranje gob. Matej (66 let 2016) se je s pevskega vajami, skavti, fotografranjem in branjem ukvarjal že v obdobju zaposlitve, vendar ima sedaj več časa zanje. Upokojenec Janez (63 let 2016), ki sicer navaja kolesarjenje in druženje s prijatelji, se v zadnjem času veliko ukvarja tudi z zdravim načinom življenja (omenja obiskovanje tečajev za zdravo življenje), kajti v zadnjem obdobju ima kar nekaj zdravstvenih težav. Pove, da v času upokojitve obnavlja stroje:

»Ja, to zdej stroje, ki to obnavljam, ki sem si vedno tako želel, pa nisem mogel.« (Janez, 63 let 2016)

Matic (69 let 2016) se v obdobju upokojitve lahko več časa ukvarja s fizičnimi deli. Igor (69 let 2016) izpostavlja pomen duhovnega in psihološkega razvoja. Prav tako je v času upokojitve postal fizično bolj aktiven (ima manjšo domačijo), kolesari, poleg tega pa se ukvarja še s čebelarstvom in s preučevanjem zgodovine. Kot pravi, je tudi oljkar, rad prebira psihološke knjige, želi pa se učiti še jezikov. Izjema je le Lojze (60 let 2016), ki kljub temu da navaja dnevno ukvarjanje s hobiji (računalništvo in elektronika), pravi, da še ni uresničil svojih želja. Lojze (60 let 2016) je sicer od vseh upokojencev najmanj časa upokojen (približno dve leti):

»Ne, kar nekaj stvari sem hranil za penzijo, ma ni še prišlo na vrsto. Vsaj zaenkrat še ne.« (Lojze, 60 let 2016)

Odgovori intervjuvancev so pokazali, da večjega odstopanja med ženskimi in moškimi intervjuvanci v količini dejavnosti in aktivnosti, ki jih navajajo, ni zaznati. Nekateri upokojenci naštevajo več dnevnih aktivnosti, vendar v izbranem vzorcu ni opaziti, da bi lahko bile vezane na spol. Tako moški kot ženske imajo pretežno aktiven vsakdan. Vrste dejavnosti se seveda nekoliko razlikujejo. Opaziti pa je, da po številu dejavnosti, hobijev, ki jih imajo,

izstopajo trije upokojenci; Marjeta (61 let 2016) in Igor (69 let 2016), ki sta ločena in živita sama, Marija (60 let 2016), ki živi z zaposlenim možem ter s hčerko. Omenjeni upokojenci naštevajo nekoliko več aktivnosti, hobijev kot ostali.

8.2.7 Druženje v obdobju upokojitve

Ob upokojitvi pride do določenih sprememb tudi v druženju. Upokojenčevi stiki z ostalimi ljudmi se lahko spremenijo bodisi na boljše, slabše, bodisi pa ostanejo približno enaki. Vendar se z upokojitvijo ne spremenijo vsi odnosi enako, kajti upokojenci so mnenja, da se ob upokojitvi pretežno spremenijo odnosi s sodelavci. Le-ti oslabijo, medtem ko stiki s prijatelji, ki so jih imeli že od prej, ostajajo bolj ali manj enaki.

»Ja, s prijatelji, tistimi, ki smo, smo isto raven ohranili, ja. Službena znanstva pa so se porazgubila ja. K smo bli, smo se lepo razumeli, ampak vendar je bla to mal, bi reku, umetna tvorba, da nas je služba povezovala.« (Matej, 66 let 2016)

»Se ne družiš več s tistimi, ki sem bla v službi, ki si prej imel stike. S temi se več ne. Se zgubi in potem si v enem drugem svetu. Si z vnuki in s tistimi par prijateljicami, ki jih imam. Se, se nekaj spremeni.« (Anita, 61 let 2016)

Da igra količina časa pomembno vlogo tudi pri pogostejšem druženju, opaža Matic (69 let 2016):

»Je pač več možnosti, ker imam več časa in tako, da mi je lažje, ne. Ni treba gledat na uro, ne.« (Matic, 69 let 2016)

Stiki z ostalimi ljudmi (ne samo s sodelavci) so se bistveno spremenili le pri Sonji (61 let 2016), ki je izrazila, da se manj družijo. Razlog je predvsem menjava okolja in selitev:

»Manj se družim zato, ker sem bila primorana v selitev. Zdej če bi ostala tle dol /../ mogoče bi bilo drugače, ker sem bila primorana se preselit k mami, je pa to novo okolje in sem se kar malo težko navadila, po pravici povedano. Je bil kar en šok zame.« (Sonja, 61 let 2016)

Tudi Janez (63 let 2016) se sedaj manj družil kot v obdobju zaposlitve, saj je v službi imel veliko prijateljev:

»Manj se siguren. Prej na fakulteti, ki sem bil v službi, sem imel velik teh kolegov in smo se velik družil.« (Janez, 63 let 2016)

8.2.8 Dohodki in preživljanje časa v obdobju upokojitve

Na kvalitetno preživljanje prostega časa v veliki meri vplivajo tudi finance. Zanimalo me je, ali upokojencem sedanja dohodki omogočajo enako kvaliteto preživljanje časa kot v obdobju zaposlitve in ali jih kako omejujejo. Večina upokojencev, z izjemo treh moških, je menila, da jih dohodki omejujejo. Poleg tega morajo skrbno paziti, kako bodo mesečno porabili denar. Odgovori so pokazali tudi, da višina pokojnine ne omogoča enake kvalitete preživljanja prostega časa.

»Zelo me omejujejo. Moram zelo pazit, kako. V bistvu ne vem, s pokojnino pokrijem osnovne stroške in za ostalo zmanjka. Tako da se moremo potem skupaj družinsko, iz družinske bilance videt, kaj si lahko privoščimo še poleg teh osnovnih potreb.« (Marija, 60 let 2016)

»Ne, enako kvaliteto, ne. Seveda ne. To je, kar se materialno tiče, je to res katastrofa, ne.« (Janez, 63 let 2016)

Upokojenci izražajo jasno nezadovoljstvo nad višino pokojnine. Upokojenki Mariji (60 let 2016) pokojnina pokrije osnovne stroške, ne zadostuje pa za izpolnitev morebitnih želja. Višina pokojnine jo zelo omejuje.

Da sta bili finančno omejeni tudi v času zaposlitve, navajata upokojenki, Marjeta (61 let 2016) in Kristina (61 let 2016), saj sta večji del plače namenili družini. Morali sta skrbno paziti na finančne izdatke.

»Glede na to, da sem bila prej omejena, ki sem mogla druge preživljat, mi zdej ni nič kej posebej slabše. Zato, ker vedno sem bila omejena. /.../. Tako je pa itak v glavnem iz rok v usta, bi človek rekel.« (Marjeta, 61 let 2016)

Upokojenki sta potrdili, da jima pokojnina ne omogoča enake kvalitete preživljanja prostega časa. Poleg tega je v času upokojitve veliko odrekaj, ki pa se jih lahko preseže z ukvarjanjem z drugimi, brezplačnimi dejavnostmi, meni Marjeta (61 let 2016):

»Ne morem pa si privoščiti, seveda. Jaz rada potujem, ampak pač ne gre. Si moraš zreducirati stvari, kolker se da pa z drugimi nadomestit, ki ti tud nekaj pomenijo.«
(Marjeta, 61 let 2016)

Le trije upokojenci (moški) so dejali, da jih finance v obdobju upokojitve ne omejujejo. Matej (66 let 2016) meni, da je razlog v odsotnosti velikih želja. Ostala dva upokojenca pa sta bila na dotično temo bolj redkobesedna.

»Ne, čist zadost. Tud nimam takih velikih želja pa nekih načrtov, kaj vse bom še prepotoval, pojedu, obiskal. Tko da mi za te moje želje, kokr sem si jih zadal, je kar v redu, ja. Mi zadošča, ja. Tko da tud skrbi ni, bi reku, preživetvenim. Tok je hvala Bogu, da so položnice, pa te zadeve, da te ne skrbi, no. Ja ja, ni pa ne vem kakšnega bogastva, to pa ne, seveda.« (Matej, 66 let 2016)

Glede na odgovore intervjuvanih lahko povzamem, da višina pokojnine v precejšnji meri vpliva na preživljanje prostega časa. Potrebne so določene prilagoditve, ki jih nekateri upokojenci bolj, drugi težje sprejemajo.

8.2.9 Spremembe v času upokojitve

Spremembe, ki se dogajajo ob upokojitvi, so precejšnje, vendar jih je v vsakdanjem življenju včasih težko določiti in izluščiti. Ali intervjuvanci v obdobju upokojitve še vedno ločujejo čas na »delovni čas«, poln obveznosti, in na »prosti čas«? Kako se upokojenci spominjajo časa v obdobju zaposlitve? Ali imajo intervjuvanci tudi v obdobju upokojitve občutke, da jim primanjkuje časa, da ga ne izrabljajo dovolj dobro? To je le nekaj vprašanj, na katera sem želela odgovoriti.

Zanimivo, da večina intervjuvank (štiri od petih) ob upokojitvi več ne ločuje čas na »delovni čas«, poln obveznosti in na »prosti čas«, medtem ko je samo en od petih moških jasno izrazil, da sedaj te delitve nima.

»Ne, ni več tega, kje pa. Zjutraj, ko vstanem, če je lepo vreme, vse pustim in grem s kolesom. Grem kamor nam paše, ni problem. Nardimo že zvečer al pa kar drugi dan. Ne, ne, to je odpadlo.« (Anita, 61 let 2016)

Da so meje med prostim in delovnim časom, navajajo preostali intervjuvanci, ki v obdobju upokojitve še vedno ločujejo čas na »delovni« (ki je poln obveznosti) in pa na »prosti čas«. Čas zato vnaprej načrtujejo. Dejavnosti ločujejo na »dolžnosti« (kar si zadajo, da morajo storiti), ki spadajo v »delovni čas«, ter na prosti čas, v katerem počnejo nekaj zase (berejo, počivajo itn.).

»Ja ja, moram. To vidim, da moram, ker je v moji osebi ali v glavi, ne vem, še vedno občutek dolžnosti za veliko stvari. /.../ Ni kar vse pomešano. Si sledijo obdobja v dnevu in v tednu, ko vem, to moram naredit, to želim naredit, to je v programu, zdaj pa imam prosto in počnem, kar želim in se uležem, sedem, berem al pa grem hodit, al pa telefoniram.«
(Marija, 60 let 2016)

»Vsak dan vidim, kaj moram naredit in imam spored dela, ki ga moram vsak dan postorit. /.../ Drugi del je pa tisti moj prosti čas, ne, ki je tudi nekje rezerviran zame, ne.« (Igor, 69 let 2016)

Tudi Matic (69 let 2016) v obdobju upokojitve še vedno ločuje čas na delovni, poln obveznosti, in pa na prosti čas, vendar s sledečo razliko:

»Te obveznosti so manjše in pač si jih sam naložim kot hobi, ker me veselijo, drugih pa ni več obveznosti.« (Matic, 69 let 2016)

Janez (63 let 2016) to delitev sedaj dojema kot postavljanje ciljev, ki jih je potrebno doseči:

»Kaj vem, neki, če si zastaviš ene cilje, ne, pol tist moraš naredi, ne. Jaz, če neki mislim, da bom naredu, pa če ne naredim, sem slabe volje pol. Mal kdaj se tko izide, kot načrtuješ, zmeraj je mal drugače. Neki moreš met, en cilj moraš met.« (Janez, 63 let 2016)

8.2.10 Pomanjkanje časa v obdobju zaposlitve

Zanimalo me je, kako se upokojenci spominjajo časa v obdobju zaposlitve. Ali so v obdobju zaposlitve čutili pomanjkanje časa, imeli občutek hitenja, zapravljanja časa? Odgovori so pokazali, da so vsi upokojenci v obdobju zaposlitve čutili pomanjkanje časa ali imeli občutek hitenja. Razloge so iskali v naravi dela, ki je zahtevala hitenje, v kopičenju nedokončanih stvari ter v družinskih obveznostih.

»Sem imela tako službo, ki smo mogli vedno hitet.« (Anita, 61 let 2016)

»Časa mi je vedno zmanjkovalo. En kup del sem prelagal iz dneva v dan, v mesece v leta, še po več letih ene stvari niso končane, ker so bili na spisku ene manj pomembnih stvari in jih bo treba kdaj opraviti. Upam, da jih bom uspel vsaj v penziji.« (Lojze, 60 let 2016)

Matej (66 let 2016) je imel v obdobju zaposlitve občutek hitenja predvsem, ko so bili otroci mlajši:

»Ja, zlo nazaj že. Zdej zadnje obdobje, ki ga imam bolj v mislih, so otroc že odrasl al pa se clo že poročil se, je bla druga, ne. Ja, prej pa seveda je blo hitenje.« (Matej, 66 let 2016)

8.2.11 Pomanjkanje časa v obdobju upokojitve

Večina Evropejcev dosega »svoje sedmo desetletje dobrega zdravja; imeli bi torej vse razloge, da bi se lahko sprostili« (Klein 2009, 175). Ljudje pa namesto tega čutijo nenehno pomanjkanje časa (Klein 2009, 175). »[O]bčutek, da nas čas venomer preganja, je cena, ki jo plačujemo za široko obilico možnosti« (Klein 2009, 245), zato ljudje skušajo zapolniti vsako prosto uro s kakšno dejavnostjo (Klein 2009, 245). Ali je vpliv »poznomodernega načina dela in življenja« (v smislu hitenja, pomanjkanja časa itn.) prisoten pri intervjuvancih tudi v času upokojitve, je eno ključnih vprašanj, ki si ga zastavljam. Samo dve upokojenki in dva upokojenca ne občutijo več pomanjkanja časa.

»Ne, ker tisto, kar imam za opraviti opravim tisti dan, če ne uspem, če ne utegnem, bo pa drug dan narejen. Ni nič tako nujno.« (Sonja, 61 let 2016)

Iz odgovorov ostalih intervjuvancev pa je opaziti značilnosti poznomoderne družbe, v smislu pomanjkanja časa, hitenja itn., saj se šest upokojencev še vedno srečuje z občutji pomanjkanja časa. Janeza (63 let 2016) pa včasih spremlja tudi občutek, da časa ne izrablja dovolj dobro.

»Ko sem šel v upokoj, mi je takoj že zmanjkovalo tri, štiri ure na dan, kasneje pa pet, šest, sedem ur.« (Igor, 69 let 2016)

»Ja, mogoče imaš kdaj občutek, ja, da ga ne izrabljam dobro. To imam včasih občutek, da bi lahko več naredu. Včasih sem tudi len.« (Janez, 63 let 2016)

Vzrok, da podobni občutki pomanjkanja časa in hitenje nastanejo tudi v obdobju upokojitve, je lahko v tem, da delajo stvari počasneje, poudarja Lojze (60 let 2016). Kristina (61 let 2016) je ravno tako mnenja, da ima v obdobju upokojitve manj časa. Vzrok pripisuje temu, da je bila v času zaposlitve bolj organizirana, sedaj pa je počasnejša:

»Mogoče sem bila prej bolj organizirana, da sem si prej pa čas razporejala, ki si ga zdej ne. Da je v tem sam štos, no. Da imam zdej občutek, da tud nobenega časa nimam. Ker če me pa kdo natera, si ga pa vzamem, ne. Zakaj si ga pa takrat lahko vzamem pol, ne? Se pravi, bolj sem počasna pa manj sem organizirana, kokr prej, no.« (Kristina, 61 let 2016)

»Časa je bilo premalo takrat in zdaj. Takrat je bila služba, zdaj pa vse počasneje delam, tko da ni neke velike razlike. Imam pa toliko več drugih stvari, ki sem si jih naložil, da mi spet zmanjkuje časa.« (Lojze, 60 let 2016)

8.2.12 Pomen ure v zaposlitvi in upokojitvi

V obdobju zaposlitve so imeli intervjuvanci večinoma čas razdeljen na ure, predvsem kar se tiče službenega časa, vstajanja, prehranjevanja itn. Tako razporeditev je po mnenju vseh upokojenev določala predvsem služba, nato družina in druge obveznosti.

»Služba, družina predvsem, da so bile te osnovne stvari pokrite, ne. Da sem imela skuhan, pospravljeno in oprano in pomito. To so bile kot tisto moj del, ki sem ga čutila, da so moja obveznost. To me je gnalo, da sem kolko tolko si urejala čas, ne, ki sem ga imela. Da je bil urejen. Potem pa ja, tudi dogovori, moje aktivnosti izven doma /./.. Tam tudi sem bila vezana na dogovore. Časovne dogovore tudi.« (Marija, 60 let 2016)

Samo trije upokojenci (dve ženski in en moški) so »dnevno časovno razdeljenost«, ki so jo imeli v obdobju zaposlitve, pretežno ohranili tudi v obdobju upokojitve (torej se ob upokojitvi ozirajo na čas). Razlogi se skrivajo predvsem v obveznostih, ki jih imajo upokojenci do drugih.

Da se ozira na čas predvsem zaradi drugih družinskih članov (oskrbe mame), je mnenja Sonja (61 let 2016); Matej (66 let 2016) pa se zaradi varstva vnukov:

»Ma bolj zaradi, verjetno jaz bi drugače, bi si kosilo, ko bi bla lačna skuhal, zdej pa zaradi mame je to treba ob tisti uri, ne. Ker ona pa hoče imet red. Takrat zajtrk, takrat kosilo, takrat malica in takrat večerjo. In je treba spoštovat to. Zaradi nje, ampak drugače,

če bi jaz sama živela bi verjetno, ne vem, kako bi me omejevalo. Verjetno, ne. Bi bila svobodni ptiček.» (Sonja, 61 let 2016)

Marija (60 let 2016) se tudi sedaj, ko je upokojena, ozira na čas, predvsem zaradi boljše storilnosti, saj kot pravi, časa nima ponotranjenega:

*»Se oziram na čas. /.../ Mislim, da bom neki v pol ure in so lahko tudi tri ure, če ne pazim. Nimam v sebi. Jaz morem skoz kontrolirat svoj čas, da speljem stvari, ki si jih dam.«
(Marija, 60 let 2016)*

Ostali intervjuvanci pa se v obdobju upokojitve ne ozirajo na čas ure, ampak na dogovore oziroma dnevne načrte, ki jih imajo. Poleg tega si postavljajo prioritete:

»Ne, ne zdaj je čist drugač, kot je blo prej. Drugačna je tud prehrana, jutranje ustajanje se prilagajam, odvisno kaj se dogovorim za tist dan.« (Marjeta, 61 let 2016)

»Skoz gledam, kaj je bolj pomembno. Kaj je tisti moment lažje naredit pa hitreje, mislim pa treba, no.« (Kristina, 61 let 2016)

Da je v času upokojitve vse bolj sproščeno in da se ne čuti pritiskov, pravi Igor (69 let 2016):

*»Ne ne, zdej se ne oziram na čas. Zdej jaz sam razporejам in tako. Res je bolj sproščeno. Nimam nobenih pritiskov, ane. Čeprav poskušam določene obveznosti še zmeri opravljat.«
(Igor, 69 let 2016)*

8.2.13 Sprememba zavesti v dojetanju časa glede na začetek upokojitve in soočanje z upokojitvijo

Ker igra čas izjemno vlogo tudi pri prilagajanju na novo nastale situacije, življenjske prelomnice, kot je upokojitev, me je zanimalo, kako se je spremenila zavest v dojetanju časa na začetku upokojitve in čez nekaj časa. Da se občutek dojetanja časa nekoliko spreminja tekom upokojitve, opisuje velik del upokojencev. Samo Janez (63 let 2016), ki pa je tudi najmanj časa upokojen (približno dve leti) in Sonja (61 let 2016), ki je upokojena približno štiri leta, ne opažata, da bi se skozi upokojitev spremenila zavest v dojetanju časa.

»Ja, jaz bi rekel, da se je. Od začetka sem bil še zmeraj pod vtisom službe tudi, ker je bil en cikel, ki sem ga opravljal. In morda sem še zmeri, morda podzavestno rabil, sem bil naravnani, da bi določena opravila, ki sem jih prej opravljal, da bi jih tudi potle. /.../ Zdej pa po tolikih letih, ane, je že bolj izi vse skupaj.« (Igor, 69 let 2016)

»Ja, zdej se boljše počutim kot na začetku.« (Marija, 60 let 2016)

Trije upokojenci celo poročajo, da so se na začetku soočali z različnimi težavami, saj se je bilo potrebno prilagoditi novo nastali situaciji. Intervjuvanci so bili v času zaposlitve navajeni na določen ritem, ki se je kar naenkrat prekinil. Upokojenci so se postopno prilagodili novim življenjskim razmeram.

Marjeta (61 let 2016) pravi, da je na začetku upokojitve občutila olajšanje, vendar tudi osamljenost, ki pa si jo takrat ni priznala. V veliko pomoč so ji bile priprave na upokojitev:

»Drugače je pa blo bl tako sproščeno, manj zahtev je blo tud kar se domačih tiče, ker ni blo še teh otrok in sem imela več časa. /.../ Mislim tista osamljenost mi je blo tist dva, tri mesece. To je prehudo, če se ti v enem letu zgodi penzija pa še odhodi (o.p. misli na odhode otrok od doma)... Hvala Bogu, sem bila jaz pripravljena. Tud to je blo recimo na teh seminarjih, to je zelo pametno, ljudi, preden gredo v penzijo soočit s temi stvarmi, ker si v teh letih. In tist je blo. Tud zdaj za nazaj, takrat si mogoče nisem tolik priznala, kolker sem si pol, ko sem prišla iz tistega ven. Vedla sem, da je neki narobe z mano.« (Marjeta, 61 let 2016)

Marjeta (61 let 2016) se je nato vključila v razne aktivnosti, namenjene upokojencem in si tako zapolnila čas:

»Pol v jeseni sem se vključla tle v Center dnevnih aktivnosti /.../ si bil lahko aktiven cel dan, če si hotu, ne. Od telovadbe, do učenja jezikov, plesa, petja, likovne dejavnosti, vsega si imel, in sem na začetku se bolj s tem ukvarjala.« (Marjeta, 61 let 2016)

Marija (60 let 2016) je pogrešala utečeno strukturo dneva, saj je bila brez določenega urnika precej izgubljena. Podobnega mnenja je bil tudi Janez (63 let 2016), ki je krizo doživljal prvo leto upokojitve, saj je pogrešal službo.

»Niti slučajno. Preveč časa niti slučajno. Pogrešala sem eno tako strukturo. To mi je manjkalo, da moraš vstati ob določenem času, da moraš pridet, da imaš že od zunaj postavljen urnik, ne. Tukaj sem imela malo težav, da sem si morala jaz potem ta urnik

naredit, ker brez urnika sem se pa kar zgubila. To mi je blo mal. To mi je bla mal ena taka težava, ki sem jo doživljala nekaj mesecev, potem ko nisem več hodila v službo, niti ta polovičen čas. S tem sem morala pol tko fejest v roke prijet sama sebe. Drugač dela, zaposlitve imam ogromno in mi še vedno, zopet zmanjkuje časa, zato se trudim predvsem to strukturo si naredit. Urnik in se tega držat.» (Marija, 60 let 2016)

»Prej imaš tisti ritual službo, ono tretj. Pol pa naenkrat pač se to prekine in je seveda drug način. Se spremeniš. Prvo nisem vedel, kaj. Prvo leto je blo kriza zame. Tako pač si skoz doma, nimaš. Se moraš mal drugače organizirat. Zdej sem se pa navadu. Zdej mi je pa super.» (Janez, 63 let 2016)

Glede na odgovore upokojencev lahko potrdim, da je čas odigral in igra pomembno vlogo pri prilagajanju na nov način življenja, na upokojitev. Upokojenci so namreč poročali, da so prilagoditvene težave med upokojitvijo postopoma izginile. Potrebovali so čas, da so se prilagodili in sprijaznili z novo nastalimi življenjskimi okoliščinami.

8.2.14 Mladost, vitalnost upokojencev

Upokojenci (tako ženske kot moški) gledajo na mladost predvsem z vidika vitalnosti, zdravja in ne toliko zunanjšega videza. Upokojenke opisujejo, da je zunanji videz drugotnega pomena in da sta zdravje, predvsem pa neodvisnost najpomembnejša. Poudarjajo, da si želijo biti mladostne, da bi se dobro počutile, ohranjale vitalne, zdrave. V odgovorih upokojenk je kljub temu zaznati zavedanje o spreminjanju svojega zunanjšega videza in tudi nekoliko nezadovoljstva nad staranjem. Vendar pa se, kot pravijo, zaradi videza večinoma ne obremenjujejo. Le ena upokojenka je izrazila nezadovoljstvo nad povečano telesno težo.

»Ja, to itak. Mislim vitalno, tko predvsem, da se dobro počutim. Zdaj mislim to sigurno. To mi je prvo, da se dobro počutim v koži. Zdej, ko se tko grbim, to me že jezi.» (Marjeta, 61 let 2016)

»Tako, da se bom trudla ohranit svoje zdravje zato, da sem tudi neodvisna, ne. To mi je pomembno, ne da. Ne bom pa trošla dodatnega denarja zaradi tega, ne. Za lepoto na primer, kot vidim, ker mi je grozljivo, ko vidim, kaj se dogaja z ženskami. Ker podležejo tem ponudbam in tem ciljem, da bodo večno mlade. Tega nimam, no. Sploh potrebe.» (Marija, 60 let 2016)

»Po miselnosti, po duhu se menda vsi počutmo dost mladostni, ne. Izgled pa niti ne gledam, sej hodim brez špeglov v kopalnico. Sej ne vidim tak od bliz. Edino, kar se kil tiče me moti no, ker imam tolk kil, sej pravi, kot ko sem bila noseča. Ko sem šla rodit, tolk kil imam. Čeprav se ne počutim gluh ful debelo, no, ampak vseen me, že čim slišim šestko, me ušesa zabolijo.« (Kristina, 61 let 2016)

Moški upokojenci so jasno odgovorili, da si želijo biti mladostni. Samo Lojze (60 let 2016) je povedal, da se s tem ne obremenjuje in ga to ne zanima.

Da je želja vsakega človeka biti mladosten, pravi Janez (63 let 2016). S tem se strinja tudi Matic (69 let 2016):

»Ja, to si vsak želi. To si vsak želi.« (Janez, 63 let 2016)

»Seveda si želim vedno bolj mladosten bit. Na tem delujem in to me vleče naprej, da tudi postajam. Vsaj v psihi bolj mladosten.« (Matic, 69 let 2016)

Za Mateja (66 let 2016) je pomemben zdrav način življenja, z lepim videzom pa se ne obremenjuje. Matej (66 let 2016) si želi ohranjati mladostnost, kajti kot poudarja, se človek hitro postara, če se »zapusti«:

»Ja, seveda se hočem, zato da prov zato, da ne zastaš v gibanju pa končen tud v pomoči. Da se ne zasediš, da nisi zarjavel tam na nekem kavču. Ne iz tiste želje neke večnega mladosti in lepote, ampak nekega zdravega načina življenja. Da si razgiban, da si v življenju aktiven, pa naj bo to odnos do prijateljev, do dejavnosti, ki jih delaš. V tem je siguren čar, ker pomoje, če to opustiš, si kar hitr res postaran. Pa ne da se bojiš staranja, sej vemo, na kakšni poti smo.« (Matej, 66 let 2016)

Zanimalo me je tudi, ali upokojenci menijo, da jim »družba« in »današnji čas« narekujeta, da morajo biti čim bolj aktivni in čim bolj mladostnega videza. Odgovori intervjuvancev so bili pritrdilni. Upokojenci so bili enotnega mnenja, da na splošno v današnji družbi vlada taka miselnost.

Marjeta (61 let 2016) pravi, da je danes na vsakem koraku čutiti težnjo po aktivnih starejših, zdravem načinu življenja, in da je vsa današnja družba prežeta s predstavami o mladostnem videzu starejših ljudi:

»Pa gledaš po internetu, pa vse sort pošte dobivaš, pa gledaš prehrana, gledaš rekreacija, kaj moraš naredit, da se ohranjaš zarad kosti, zarad sklepov. Mislim, kaj je dobro recimo ne. Jaz tud se ne bi šla matrat tle okrog pa laufat, če bi si mislila, da pa je to brezveze, sam

matranje. Kaj čem se matrat, ne. Mislim jaz nikoli nisem marala tečt, zdaj mi je pa kdaj prav v veselje, zato da se razmiga. /.../ V glavnem ja, to narekuje, kar se tiče prehrane ti narekuje.» (Marjeta, 61 let 2016)

Upokojenci so enotnega mnenja, da »današnja družba«, mediji, kozmetična industrija in farmacija narekujejo mladosten videz ter potrebo po aktivnem življenju. Sicer pa upokojenci tudi na splošno pri starejših ljudeh opažajo željo po »večni mladosti«, željo po sledenju trendom. Hkrati upokojenci pravijo, da je od vsakega posameznika odvisno, ali bo ponotranjil zahteve po mladostnem videzu, lepoti.

»Ja, siguren to narekuje, zdaj kako pa sam pri seb to predelaš al sprejemaš vse te trende in vse pobude, ki so vsak dan nove, al maš v seb eno umirjenost in eno svojo presojo, ane. Kaj je modro, kaj so pa modne muhe, ne. Drugač pa trendi pa so seveda diktatorski.« (Matej, 66 let 2016)

»To vsekakor, ane. Že vsak, ki se spravi pred televizijo bo takoj bombardiran, ane, kar se zadeva tega vprašanja. In tudi časopisi in vse to. In jaz vidim tudi današnji upokojenci mnogi, ki jih jaz poznam, hočejo bit vedno mladi, hočejo bit vedno IN, ane, kjub svojim letom.« (Igor, 69 let 2016)

»Mediji, ja. Une reklame fit, gor in dol in ne vem, kaj še. Pa farmacija.« (Sonja, 61 let 2016)

Ali upokojenci sebe označujejo kot aktivnega človeka ali raje mirujejo in počivajo? Na to vprašanje se je večji del upokojencev, z izjemo le ene upokojenke (ki je jasno odgovorila, da ni toliko aktivna), označilo za aktivnega človeka. Kljub temu bi nekaterim upokojencem tudi ustrezalo, da bi včasih imeli malo manj aktivnosti.

»Ja, jaz sem aktiven, čeprav včasih bi mi pasalo mal manj zato, ker v kakšne stvari si ujet, ki jih kr moreš potem peljat, no.« (Matej, 66 let 2016)

Lojze (60 let 2016) je omenil omejitve na področju fizične (telesne) moči:

»Kolkor zmorem, sem aktiven, ker je en kup področij, na katerih bi rad delal, pa mi zmanjkuje energije.« (Lojze, 60 let 2016)

Del intervjuvancev (trije moški in dve ženski) ob upokojitvi bolj kot v obdobju zaposlitve skrbi za to, da se ohranjajo vitalni. V obdobju upokojitve se namreč lahko zaradi večje

količine časa ohranjanju vitalnosti nekoliko bolj posvečajo. Igor (69 let 2016) je izpostavil, da se je spremenil način aktivnosti. V mladih letih je bil lahko bolj gibčen, v starosti pa je aktiven na drugačen način. Matej (66 let 2016) in Marija (60 let 2016) menita, da bi morala ohranjanju vitalnosti nameniti več časa. Kristina (61 let 2016) pa ne najde časa za to.

»Ja, malo bolj. Prej ni bilo časa. Človk sebe zanemari.« (Lojze, 60 let 2016)

»Ja, tud lažje seveda. Ja ja, ker več časa imam zase. Prej ga nisem imela.« (Marjeta, 61 let 2016)

»Ja, premal. To pa premal, moram res rečt, da tukaj pa je napaka. Tukaj pa ne vključim v prosti čas neko tako konstantno skrb za gibanje, za mal telovadbe, za sprehode. Tuki sem mal odpovedal.« (Matej, 66 let 2016)

»Mislim, da način se je spremenil, ane. Prej je bilo ena agilnost, zdej je pa mal drugačna, ampak še zmeri jaz mislim, da poskušam poskrbet za vse aspekte. Telesni, psihološki in tudi duhovni.« (Igor, 69 let 2016)

»Ne ne, enostavno ne najdem si cajta.« (Kristina, 61 let 2016)

Poleg tega upokojenci zelo različno navajajo čas, ki ga namenjajo (na dnevni, tedenski, mesečni ravni) ohranjanju vitalnosti, mladosti in zdravju. Nekateri upokojenci temu posvetijo več ur na dan, drugi nekaj ur na teden, ostali pa komaj kaj na mesečni ravni. Omenjajo hojo, telovadbo, kolesarjenje, poleti plavanje in pozimi smučanje.

»Na dan eno uro. Ja, na dan eno uro tako. Eno uro hoje, poleti zdej pa plavanje. Po dve, tri ure plavanje, gremo skoraj vsak dan na morje.« (Anita, 61 let 2016)

8.2.15 Spremembe v pomenu staranja, upokojitvi

Večina upokojencev se ne vidi v »tipičnih« predstavah stereotipnega upokojenca. O sebi ne razmišljajo kot o upokojencih, ki komaj čakajo, da bodo lahko cel dan preležali ali se posvečali samemu sebi in svojim potrebam. Želijo si aktivnega udejstvovanja in kakovostnega preživljanja svojega časa.

»Nikoli si nisem želela biti tista upokojenka, ko jih vidim, ki se družijo, ki hodijo na izlete in so sami sebi dovolj. Jaz se ne vidim tako. Da komaj čakaš. Nekdo, ki komaj čakaš, da končaš službeni čas in da potem se pa posvetiš samo samemu sebi. Ne vem, to ni v meni.«
(Marija, 60 let 2016)

Na vprašanje, ali imajo upokojenci občutek, da se je danes v primerjavi s prejšnjimi generacijami spremenila narava staranja in pomen upokojitve, so bili odgovori pritrdilni. Vsi intervjuvanci imajo namreč občutek, da se je danes spremenila narava staranja in pomen upokojitve.

Janez (63 let 2016) na primer opaza, da se je izboljšalo zdravstvo in podaljšala življenjska doba. Nadaljuje, da dajejo »današnji« upokojenci večji pomen zdravemu načinu življenja:

»Seveda se je spremenila. Življenjska doba se je povečala, tudi zdravstvo. Men se zdi, da vsi bolj zdaj gledajo bolj na to na zdrav način življenja pa to, ki včasih ni bilo toliko. Tako, da to se je spremenilo, seveda.« (Janez, 63 let 2016)

Tudi Matic (69 let 2016) je mnenja, da današnji upokojenci bolj skrbijo za zdravje in si želijo biti karseda mladostni:

»Spremenilo se je malo, ja, da v tem, da upokojenci hočejo bit bolj mladi vsi, ne. In bolj pač. Delajo vse na tem, da bi bili bolj mladostni, ne, in bolj zdravi.« (Matic, 69 let 2016)

Da se je spremenil tudi pomen upokojitve, saj so včasih ljudje doživljali upokojitev kot zaključek svojega življenja, je mnenja Lojze (60 let 2016), ki pravi:

»Ja, sigurno, mislim, da se je. Vsaj jaz jo doživljam drugače. Nekateri, ki jih poznam v starejših časih, so bili vsi nesrečni, ko so šli v penzijo. So to doživljali kot zaključek življenja in tako naprej.« (Lojze, 60 let 2016)

Upokojenci izpostavljajo, da so bili ljudje včasih ob upokojitvi bolj »postarani«, kot so današnje generacije. Poudarjajo, da so današnji upokojenci bolj aktivni, mladostni ter da več časa namenijo samemu sebi. Poleg tega imajo več možnosti za različne dejavnosti, izobraževanje. Po zunanosti je danes celo težko ločiti delovno aktivnega (še zaposlenega) od upokojenca.

»Takrat ko sem jaz bila majhna, ljudje, ki so šli v penzijo oziroma ljudje, ki so bli stari v narekovajih, to je bilo res staro zgedalo. Danes, ko pogledaš, se mi zdi, da ne moreš ločit, kdo je še v službi in kdo je že v pokoju.« (Sonja, 61 let 2016)

»Mogoče smo bolj mladostni, ne vem, bolj aktivni. Se mi zdi. Moja mama ni bla tako. Je bla bolj doma. Bolj aktivni smo, tako. In bolj si vzamemo čas zase.« (Anita, 61 let 2016)

»Tudi so verjetno bolj zdravi, pa ne gredo mlajši, gredo starejši v pokoj. Ampak so zelo, kar jaz vidim v našem kraju, je veliko teh društev takih živahnih, ki počnejo marsikaj in se družijo. /.../ Absolutno so aktivni in zunaj doma tudi, ne. Tudi družabno, socialno ne samo fizično, ne. Prav gotovo so.« (Marija, 60 let 2016)

Upokojenci navajajo tudi, da je bil način dela včasih drugačen od današnjega. Na podeželju so ljudje delali vse življenje in niso imeli druge možnosti ali izbire:

»To vsekakor. Sicer tako no, jaz sem s kmetov doma in bi lahko rekel za očeta, da se ni nikoli upokojil, ker je bil kmet in je delal do konca. In jaz čisto drugače doživljam to, ne. Tudi on, ker ni imel kakšne pokojnine je moral zmeraj garat do zadnje ure. Ane. Meni pa tega ni treba.« (Igor, 69 let 2016)

Danes je drugačen tudi način preživljanja počitnic, saj je bilo včasih več fizičnega dela, medtem ko danes prevladuje pisarniško delo, opaža Matej (66 let 2016). Po njegovo ljudje danes aktivneje preživljajo dopust, včasih pa so si želeli čim bolj odpočiti od telesnih naporov. Omenja tudi, da igrajo mediji pri tem veliko vlogo:

»Ja, seveda, seveda. Tudi mediji imajo pri tem ogromno vlogo. Zdaj je tolko govorenja o zdravem telesu, o zdravju, hrani, gibanju, rekreaciji. Tega včasih sploh ni blo. So bla tud druga dela. To jaz skušam razumet, včasih je blo tudi več fizičnih del. In če samo na dopust pomisliš, res so šli na morje v sindikalne hišice deset dni ležali na plaž, ker je bil dejansko utrujen, ne. Medtem ko zdej v pisarniškem delu, ko imaš dopust pelješ s sabo kolo, greš v hribe in si želiš neki aktivnega, ne.« (Matej, 66 let 2016)

Da je kvaliteta staranja današnjih upokojencev na splošno boljša, poudarja Marjeta (61 let 2016), ki pravi:

»Tud možnosti ni bilo. Verjetno tud v mestih ni bilo štirideset let nazaj. Kje je blo teh centrov, jaz sem za te centre slišala kakšno leto al pa dve, preden sem šla v penzijo. Ne vem, kolk so prej začeli delat. Tle pa res zdej, če nisi len, si lahko ma od zjutraj do večera pa tam pa neki delaš, pa se družiš al pa kakor kol, mislim, če nimaš svojih stvari recimo.

Tako, da jaz mislim, da se je spremenilo tist, ki hoče videt. Je na boljše, kar se tega tiče. Kvaliteta staranja je sigurno boljša. Iz vseh vidikov.» (Marjeta, 61 let 2016)

9 Diskusija

Še pred nekaj desetletji je bilo za starostnike, staranje in upokojevanje malo zanimanja in je bilo to še precej »sveže«, neraziskano področje. To v uvodnih besedah poudarja tudi Požarnik (1981, 5), ki pravi: »V učbenikih psihologije in sociologije komaj najdemo kaj besed o staranju, starosti in starih ljudeh«. Vendar lahko opazimo, da je v zadnjem času precej govora o staranju populacije, pomenu upokojevanja itn. Upokojevanje in staranje prebivalstva postajata vedno bolj raziskani in aktualni tematiki v družboslovju. Staranje pridobiva osrednji prostor v vseh družbenih vedah (Gilleard in Higgs 2000, 194). Zavedati se je potrebno, da je staranje prebivalstva ter posledično zaključevanje kariere ena bolj aktualnih tematik dandanes, saj bodo v naslednjih dvajsetih letih starejši od šestdeset let predstavljali skoraj tretjino populacije (Dolenc in Đuvelek 2014, 30). Namesto da se na staranje gleda kot na proces, ločen od glavnih tokov družbenega življenja, oziroma kot na obdobje slabšega počutja in pomanjkanja, je treba dojemati staranje kot osrednjo sestavino v kulturah našega časa (Gilleard in Higgs 2000, 209).

Percepcija in pomen časa v obdobju upokojitve je ena izmed osrednjih tem magistrskega dela. Čeprav je upokojitev na splošno predvidljiva, ljudje doživljajo in vrednotijo prehod v upokojitev na različne načine (Stephan in drugi 2008, 330). Za nekatere posameznike je upokojitev negativna življenjska izkušnja. Za druge pa je pozitivna, ker jo doživljajo kot obdobje rasti in razvoja (Stephan in drugi 2008, 330). Odgovorov, kako upokojenci doživljajo čas, je toliko, kolikor je upokojencev samih. Če povzamem odgovore upokojencev, jih večina doživlja predvsem svobodo v času, živijo bolj umirjeno, počasneje in ne čutijo tolikšne potrebe po hitenju. Upokojenci čas doživljajo kot dragoceno vrednoto, ki jo poskušajo čim bolje izkoristiti. Lahko počnejo tudi stvari, ki jih v obdobju zaposlitve zaradi pomanjkanja časa niso mogli. Mnogi ljudje začnejo po upokojitvi živeti bolje, kot so pred njo (Gilleard in Higgs 2000, 34). Na tej točki lahko odgovorim na temeljno raziskovalno vprašanje, ki se glasi: *»Na kakšne načine se ob upokojitvi v poznomoderni družbi spremeni subjektivna percepcija časa in njegov pomen ter kakšne so spremembe v strukturiranosti vsakdanjega življenja v primerjavi s časom pred upokojitvijo?«*

Percepcija časa in njegov pomen se spremenita, saj lahko intervjuvanci v obdobju upokojitve s svojim časom razpolagajo samostojno. So »gospodarji svojega časa« in lahko počnejo dejavnosti, za katere jim je v obdobju zaposlitve primanjkovalo časa. Delajo počasneje in v tempu, ki si ga sami določajo. Upokojenci veliko bolj razmišljajo tudi o kakovostnem preživljanju preostanka življenja in o ohranitvi zdravja. Ena ključnih sprememb v doživljanju pomena časa upokojencev se glede na obdobje zaposlitve navezuje na časovno omejenost, saj je bil v obdobju zaposlitve čas v veliki meri podrejen družini in dolžnostim. V zadnjih petindvajsetih letih smo pričali širitvi prostega časa, vendar je to značilno šele za obdobje po upokojitvi (Gilleard in Higgs 2000, 197). To so sedaj resnično dolge počitnice, na katere vsi čakamo (Gilleard in Higgs 2000, 197).

Odgovori kažejo tudi, da je večina upokojencev bolj kot v obdobju zaposlitve zadovoljna s preživljanjem svojega časa v obdobju upokojitve. Intervjuvanci navajajo, da jim upokožitev omogoča večjo svobodo odločanja in razporejanja s svojim časom, večjo izbiro, imajo možnost opravljanja različnih dejavnosti, manj je stresa itn. Izjema je upokojenec, ki je jasno izrazil, da je bil v obdobju zaposlitve bolj zadovoljen s preživljanjem svojega časa, saj je delal »družbeno pomembno delo« (delo v šoli). Podobnega mnenja je bila tudi upokojenka, prav tako zaposlena v šolstvu, ki pravi, da je bila zadovoljna s preživljanjem časa tako v obdobju zaposlitve kot v obdobju upokojitve, saj je službo jemala kot del svojega življenja in kot priložnost, da lahko naredi nekaj dobrega. Upokojenci na splošno doživljajo čas v obdobju upokojitve pozitivno in s precejšnjo mero optimizma. V času, ko je meja med delom in zasebnim življenjem vse bolj zabrisana in je prosti čas redka dobrina, ga lahko upokojenci koristno uporabijo za zabavne, ustvarjalne, izobraževalne aktivnosti in se posledično samouresničujejo (Kuhar 2007, 38). Raziskovalci so ugotovili, da je večina upokojencev v obdobju upokojitve srečnih (Calvo in drugi 2009, 114). Raziskave kažejo, da se danes večina upokojencev prijetno počuti ob upokojitvi in da upokojenci poročajo o dobrem počutju ter zadovoljstvu, navaja Milne (2013, 7), in pravi, da je bila nedolgo nazaj situacija precej drugačna. Ljudje na splošno menijo, da je življenje po delu potrebno uživati zaradi osvoboditev od odgovornosti ter bremen dela (Gilleard in Higgs 2000, 198). Poleg tega danes ljudje nosijo doslej nezaslišano željo, da hočejo imeti več časa zase (Nowotny 1996,18). Pomembno je, da vsak izrabi prosti čas tako, da mu prinaša čim večje zadovoljstvo (Bucheberner-Ferstl 2010, 60). Večina starejših uporablja strategijo ohranjanja svojih preteklih zanimanj in hobijev oziroma te dejavnosti še razširi (Bucheberner-Ferstl 2010, 60). Problem nastane, ko starostnik za nadomestitev zaposlitvene vloge nima alternativnih vlog (Bucheberner-Ferstl 2010, 60). Druga možnost izrabljanja časa je na primer prevzem novih

vlog (vloga dedka ali babice) (Bucheberner-Ferstl 2010, 60). Samostojno vključevanje v aktivnosti po upokojitvi zaradi užitka in lastnega zadovoljstva, doseganja osebnih ciljev in doživljanja stimulativnih občutkov, ki izhajajo iz sodelovanja v aktivnostih, lahko omogoči upokojencem, da izpolnijo svoje potrebe po avtonomiji in zadovoljstvu (Stephan in drugi 2008, 341). Torej je lastna motivacija vzročno povezana z zadovoljstvom v času upokojitve (Stephan in drugi 2008, 341).

Spremembe, ki se dogajajo ob upokojitvi, so precejšnje, vendar jih je v vsakdanjem življenju prav zaradi njihove »vsakdanjosti« včasih težko določiti in izluščiti. Da bi lahko pridobili uvid v spremembe, ki so nastale z upokojitvijo na področju preživljanja in percepcije časa v obdobju zaposlitve in upokojitve, je ključnega pomena tudi vpogled v preživljanje »tipičnega« dne v obdobju zaposlitve in upokojitve. Iz odgovorov je razvidno, da imajo intervjuvanci v obdobju upokojitve dan pretežno zapolnjen z različnimi aktivnostmi. Dan navadno pričnejo z zajtrkom in nato sledijo obveznosti, kot so varstvo vnukov, skrb za ostarele v družini, razni vsakodnevni opravki itn. Opisujejo tudi dnevne dejavnosti, ki so si jih zadali, da jih bodo tekom dneva opravili. Veliko upokojencev se ukvarja z delom na vrtu. Odgovori se razlikujejo od opisov »tipičnega dne« v obdobju zaposlitve, ko je bila služba osrednjega pomena. Vsi upokojenci so namreč opis dneva v obdobju zaposlitve najprej začeli s službo, nato so našteali še nekaj opravkov, ki so sledili po njej. Intervjuvanci so navajali, da na splošno časa zase v obdobju zaposlitve skorajda niso imeli. Vsi intervjuvanci so v obdobju zaposlitve čutili pomanjkanje časa ali imeli občutke hitenja. Razloge so iskali v naravi dela, ki je zahtevalo hitenje, v kopičenju nedokončanih zadev ter v družinskih obveznostih. »Od vsega, kar vemo o času doslej, nam je najbližja izkušnja ta, da nam ga vedno primanjkuje« (Kein 2009, 13). Podatki intervjuvancev, da so v obdobju zaposlitve čutili pomanjkanje časa ali hitenje ne presenečajo. Klein (2009, 13) poudarja, da »navaja več kot tretjina Nemcev (zahodnih Evropejcev?), da trpijo za pomanjkanjem časa. In z vsako raziskavo javnega mnenja se delež tovrstnih trditev samo še povečuje« (Klein 2009, 13). Izsledki so zastrašujoči, saj nenehen pritisk in naglica pomenita stres, ki škodljivo vpliva na kvaliteto in dolžino življenja, kajti pomanjkanje časa ljudem otežuje pogled v prihodnost (Klein 2009, 13). Namesto da bi ljudje dogodke dejavno soustvarjali, neprestano hitijo za njimi, nenehno razmišljajo, kaj vse bi še lahko postorili in delali (Klein 2009, 12–13). Vendar naglica ni nikoli poplačana, kajti prav najbolj divji dnevi se najmanj vtisnejo v spomin (Klein 2009, 12). Ob upokojitvi mora biti vsakdanjik na novo oblikovan, kajti dnevi niso več strukturirani na način, kot so bili v obdobju zaposlitve (Bucheberner-Ferstl 2010, 58). Upokojenec mora na novo organizirati svoj čas (Bucheberner-Ferstl 2010, 58).

Sodeč po opisu »tipičnega dne« v obdobju upokojitve intervjuvani preživljajo dan veliko bolj umirjeno in naštevajo pretežno vsakodnevna opravila. Pričakovano so ob upokojitvi bolj do izraza prišli tudi hobiji. Večina upokojencev na dnevni ravni navaja ukvarjanje s svojimi hobiji, aktivnostmi, dejavnostmi, ki jih veselijo. To je bistvena razlika glede na čas zaposlitve (ko so samo štirje intervjuvanci že v opisu svojega »tipičnega dne« v obdobju zaposlitve omenjali ukvarjanje s hobiji). Vsi razen enega upokojenca poročajo, da imajo v obdobju upokojitve vsaj en hobi, ki so si ga že od nekdaj želeli, pa v obdobju zaposlitve zanj ni bilo časa (nekateri intervjuvanci so se ob upokojitvi začeli ukvarjati tudi z novimi dejavnostmi ali pa navajajo »star« konjiček, za katerega v obdobju zaposlitve niso imeli veliko časa). Omenjeni upokojenec je sicer od vseh intervjuvanih najmanj časa upokojen (približno dve leti) in pravi, da zanj uresničevanje želja še ni prišlo na vrsto. »T. i. tretje življenjsko obdobje omogoča ljudem večjo osebno svobodo. Zmanjšajo se zunanji socialni pritiski (družinsko gnezdo se izprazni, ugasne zaposlitev), zato tako v tem obdobju lažje prisluhnejo svojim (neuresničenim) željam in poiščejo priložnosti, da jih tudi uresničijo. Po zadnjih podatkih so se v največjem številu udeleževali kulturnih prireditev« (Vrabič Kek in drugi 2016, 51). Upokojitev so »najdaljše počitnice v življenju«, starost pa je »pustolovščina« in hkrati »priložnost« (Gilleard 1996, 491).

Spremembe v strukturiranosti vsakdanjega življenja v primerjavi s časom pred upokojitvijo so predvsem v tem, da upokojenci svojega dne nimajo strukturiranega glede na »zunanje vplive«. V obdobju zaposlitve je bila celotna dnevna struktura zgrajena predvsem okoli službe. Takrat so imeli intervjuvanci čas večinoma razdeljen na ure (predvsem, kar se tiče službenega časa, vstajanja, prehranjevanja itn.). Strukturo dni, tednov itn., so poleg službe določali tudi družina in razni opravki. Ljudje smo navajeni, da po času ure uravnavamo vse življenje (Klein 2009, 12). Nanjo smo se že tako navadili, da jo jemljemo za samoumevno (Klein 2009, 12).

Ob upokojitvi pa se je pomen ure za večino upokojencev nekoliko spremenil. Večji del intervjuvancev poroča, da v obdobju upokojitve niso ohranili »dnevne časovne razdeljenosti«, ki so jo imeli v času zaposlitve. Omenjeni upokojenci se celo ne ozirajo več na čas, ampak stvari počnejo takrat, ko jih sami želijo. Prilagajajo se predvsem dogovorom in določenim dejavnostim, obveznostim. Razlogi, da se drugi del upokojencev (trije) še vedno ozira na čas, se skriva predvsem v obveznostih, ki jih imajo upokojenci do svojih bližnjih (oskrbe mame, varstva vnukov) in v želji po boljši storilnosti.

Večina upokojenk (z izjemo ene) ob upokojitvi ne ločuje časa na »delovni čas«, poln obveznosti, in na »prosti čas«. Zanimivo, da je večina moških ohranila to delitev (z izjemo

enega). Upokojitev je zelo pomemben prehod v življenju, ki vpliva tako na strukturo kot tudi na vsebino življenja (Nicolaisen in drugi 2012, 241). Upokojenec lahko svoje novo življenjsko obdobje zapolni z aktivnostmi, ki ga veselijo in jih v času zaposlitve ni mogel opravljati (Saražin Klemenčič 2013, 170). Poleg tega upokojenci navajajo, da so v veliki meri osvobojeni določenih obveznosti in zato v obdobju upokojitve nekateri ne čutijo več potrebe po delitvi časa na prosti in delovni čas.

Upokojitev je pomemben psihosocialni prehod, ki predstavlja veliko življenjsko spremembo (Stephan in drugi 2008, 330). Poleg sprememb v strukturiranosti vsakdana lahko pride po upokojitvi tudi do sprememb v druženju. Upokojenci so mnenja, da se pretežno spremenijo stiki z ljudmi iz službe. Stiki s sodelavci se oslabijo in porazgubijo, medtem ko odnosi s prijatelji, ki so jih imeli že od nekdaj, ostajajo bolj ali manj enaki. Da se manj družijo ob upokojitvi, je menila le intervjuvanka, ki je kot razlog navedla predvsem menjavo okolja (selitev v drug kraj) ter upokojenec, ki je imel veliko prijateljev v službi. Pogostost rednih socialnih stikov, predvsem s sodelavci, po upokojitvi nekoliko upade (Kim in Feldman v Pfajfar in drugi 2014, 187).

Odgovorim lahko tudi na prvo zastavljeno podvprašanje, ki se glasi: *»Kako današnji upokojenci preživljajo svoj čas, je zapolnjen z aktivnostmi in ali čutijo pomanjkanje časa?«* Upokojenci imajo svoj čas pretežno zapolnjen z aktivnostmi (nekateri imajo seveda več aktivnosti od drugih). Velik del svojega časa namenijo varstvu vnukov, skrbi za ostarele in bolne v družini, veliko jih dela na vrtu, ukvarjajo se s svojimi hobiji; navajajo udejstvovanje na duhovnem in telesnem področju, tudi sodelovanje v različnih društvih itn. Na aktivno preživljanje časa v obdobju upokojitve kažejo tudi raznovrstni hobiji, ki jih imajo upokojenci. Med upokojenci so vse bolj priljubljene aktivnosti, kot so nordijska hoja, joga, izleti v naravo, obiskovanje gledališča in koncertov, učenje tujih jezikov itn. (Kuhar 2007, 38). Hkrati pa ostaja pomoč svoji družini (v socialnem, materialnem, emocionalnem smislu itn.) ena najpomembnejših skrbi in obremenitev starejših (Kuhar 2007, 38). Motivacija upokojencev bi lahko bila pomemben dejavnik zadovoljstva z življenjem v obdobju upokojitve (Stephan in drugi 2008). Poleg tega se je tudi večji del upokojencev, z izjemo ene upokojenke, označil za *»aktivnega človeka«* v času upokojitve. Upokojenci navajajo, da imajo dan pretežno zapolnjen z dejavnostmi, aktivnostmi, ki jih je včasih tudi preveč. Dan ima pogosto še vedno premalo ur za vse želene dejavnosti. Tudi zato se večji del upokojencev ob upokojitvi še vedno srečuje s pomanjkanjem časa. Enega upokojenca včasih spremljajo občutki krivde, da časa ne izrablja dovolj dobro oziroma da bi lahko naredil več. Samo štirje intervjuvanci ob

upokojitvi ne čutijo več pomanjkanja časa ali hitenja. Klein (2009, 246) ugotavlja, da je problem vsakodnevnega hitenja v tem, da se ljudje ničemu ne želijo odreči. Potrošniška družba namreč deluje na odkrivanju vedno novih potreb, vendar pa se ne želi odpovedati starim željam (Klein 2009, 246). Da nekaj hitro opravimo, moramo imeti spodbudo, sicer zmanjka pozornosti (Klein 2009, 240). Dva upokojenca namreč občutek pomanjkanja časa pripisujeta počasnejšemu opravljanju stvari in nekoliko manjši organiziranosti. Upokojenci potrebujejo nekajkrat več časa, da opravijo večino dejavnosti (Klein 2009, 240). Vzroke temu lahko iščemo tudi v pomanjkanju spodbude (Klein 2009, 240).

Večjega odstopanja med spoloma v količini dejavnosti in aktivnosti, ki jih imajo dnevno v obdobju upokojitve, ni bilo zaznati. Oboji imajo pretežno aktiven vsakdan. Odgovori intervjuvancev se nekoliko razlikujejo in nekateri intervjuvanci izstopajo bodisi v eno bodisi v drugo smer (zelo aktivni, ne toliko aktivni), vendar na izbranemu vzorcu ni opaziti, da bi lahko bile razlike, vezane na spol (tako pri moških kot pri ženskah so posamezniki, ki so nekoliko bolj aktivni od drugih).

Po številu dejavnosti in hobijev, ki jih imajo v obdobju upokojitve, izstopajo trije upokojenci. Dva sta ločena in živita sama, ena pa živi z zaposlenim možem ter s hčerko. Omenjeni upokojenci naštevajo nekoliko več aktivnosti, hobijev kot ostali. Opredelitev lastne vloge je za samsko osebo izjemnega pomena, še posebej če ji je delovno mesto predstavljalo velik del socialnih stikov (Bucheberner-Ferstl 2010, 62).

V odgovorih upokojencev se nakazujejo blage razlike med spoloma v percepciji časa in njegovem pomenu. Izpostavim lahko, da dvema moškima, kljub temu da pozitivno doživljata čas upokojitve (in sta bolj zadovoljna s preživljanjem časa v obdobju upokojitve), čas pomeni nekoliko manj kot v obdobju zaposlitve. Tega pri ženskah ni bilo opaziti. Tretji upokojenec, ki je ravno tako srečen v obdobju upokojitve, poudarja, da je bil bolj zadovoljen s preživljanjem svojega časa v obdobju zaposlitve, saj je delal »družbeno pomembno« delo. V zahodnih družbah ima lahko delo obsežne vplive, kar je razlog, zakaj se mnogi ljudje težko prilagodijo na upokojitev (Milne 2013, 47). Težko je v celoti razumeti, kako pomembno vlogo ima delo pri opredeljevanju naših življenj (Milne 2013, 47). Ljudem zaposlitev pomeni neke vrste samopotrditev, zato mora ob upokojitvi ta občutek nadomestiti z drugimi vlogami, funkcijami (kot je varstvo vnukov itn.) (Bucheberner-Ferstl 2010, 59).

Življenja upokojencev so bogatejša in kompleksnejša (Gilleard in Higgs 2000, 193), kljub temu pa se morajo upokojenci pri uresničevanju svojih želja soočiti z omejenimi finančnimi

sredstvi, ki jih imajo na voljo. Večina upokojencev, z izjemo treh moških, je menila, da jim prejeti dohodki ne zadostujejo in jih omejujejo pri preživljanju svojega časa. Na kvaliteto preživljanja prostega časa namreč v veliki meri vplivajo tudi finance. Nekateri upokojenci opisujejo, da dohodki komaj pokrijejo osnovne stroške. Zaradi pomanjkanja finančnih sredstev so prikrajšani za uresničevanje svojih želja oziroma jih morajo zelo omejiti ali dobro načrtovati in zanje vnaprej namensko varčevati. Poleg tega morajo skrbno paziti kako bodo mesečno porabili denar. Večina meni, da višina pokojnine ne omogoča enake kvalitete preživljanja prostega časa. Dve upokojenki sta sicer izrazili, da sta tudi v času zaposlitve morali paziti na finančne izdatke in sta bili finančno omejeni, saj sta večji del plače namenili družini. In vendar pravita, da jima pokojnina ne omogoča enake kvalitete preživljanja časa. Po upokojitvi se pogosto poslabša materialni položaj (Bucheberner-Ferstl 2010, 59). V kolikor slednjega z različnimi ukrepi ni mogoče preprečiti, se lahko posameznikov življenjski standard poslabša (Bucheberner-Ferstl 2010, 59).

Le trije upokojenci (moški) so navajali, da jih finance ob upokojitvi ne omejujejo. En upokojenec je povedal, da ga finance ne omejujejo predvsem zato, ker nima velikih želja. Višina pokojnine v precejšnji meri vpliva na preživljanje časa in zato nekaterim intervjuvanim upokojencem ne omogoča enake kvalitete preživljanja časa. Po vsem svetu vlade vidijo nadaljnje življenje kot stvar individualne odgovornosti (Gilleard in Higgs 2000, 197). Naloga posameznega državljana je, da ustrezno vlaga za po-delovni dohodek, ki mu bo omogočil dobro življenje v kasnejšem obdobju (Gilleard in Higgs 2000, 197). Rezultati, ki jih navaja Ksenija Saražin Klemenčič (2013) v raziskavi o *potrebah, zmožnostih in stališčih nad 50 let starih prebivalcev Slovenije* prav tako prikazujejo, da čas igra eno ključnih vlog ter da upokojenci pozitivno doživljajo upokojitev, kljub finančnim omejitvam. Odgovori intervjuvanih upokojencev, ki sem jih pridobila, se precej skladajo z navedeno raziskavo.

Večina intervjuvancev pritrdilno odgovarja na raziskovalno podvprašanje, ki se glasi: »So bili upokojenci v obdobju zaposlitve v zadnjih letih službe deležni sprememb na delovnem mestu (v smislu večje intenzitete delovnega procesa, pojava novih tehnologij, povečanja stresa itn.) in kako so občutili te spremembe?« Nekateri manj privlačni izzivi v poznomodernih družbah so namreč veliko tveganje, da na trgu upade povpraševanje po določenem profilu; med delom se lahko pojavi zahteva po dodatnem usposabljanju itn. (Baars 2012, 27). V zadnjih letih službe pred upokojitvijo so skoraj vsi intervjuvanci čutili spremembe na delovnem mestu v smislu večje intenzitete v delovnem procesu (povečanje količine dela, hitenje itn.) ali drugih sprememb na delovnem mestu (menjali so se vodilni, sprememba odnosov med sodelavci

itn.). Le dve upokojenki sta povedali, da teh sprememb nista čutili oziroma jih nista bili neposredno deležni. Upokojenci navajajo predvsem povečan obseg dela, »neurejenost« na delovnem mestu, povečano »intenzivnost« dela na delovnem mestu itn. Veliko plačanega dela ima opraviti z opravljanjem več del hkrati (Brannen 2005, 115). Prihod računalnika je enemu intervjuvancu predstavljal velik izziv in veliko oviro na delovnem mestu. Pri omenjenemu intervjuvancu se je pojavil primanjkljaj v znanju, čeprav naj bi po tolikih letih službe delo obvladal. Intervjuvanec je v učenje novih veščin vlagal veliko energije, vendar se je težko navadil na nov način dela. Tehnologija ne prinese vedno obljubljenе osvoboditve, ampak se jo lahko uporablja tudi za ohranitev obstoječih neenakosti (Nowotny 1996, 26). Kdor ne sodeluje, ostane zadaj, postane izločenec (Nowotny 1996, 32). Družba tvega nastanek dveh različnih skupin, navaja Nowotny (1996, 32). Hitra skupina je tista, ki dela pravilno. S tehnološkega vidika so v stiku s časom, novostmi in tako pred konkurenco. Počasna skupina pa so tisti, ki so družbeno ostali zadaj (Nowotny 1996, 33).

Poleg tega so trije intervjuvanci v zadnjih letih službe opazili poslabšanje odnosov na delovnem mestu. Menjali so se vodilni in spodbujali so se predvsem »uradni« odnosi med sodelavci, je poudaril en izmed intervjuvancev. Kljub temu da so vodilne položaje zavzeli izobraženi ljudje, je upokojenec videl težavo predvsem v pomanjkanju motivacije s strani vodilnih. Usmerjali so se predvsem v doseganje zastavljenih ciljev in storilnosti, manjkal pa je ključni faktor za uspeh in to je občutek pripadnosti kolektivu. Dva intervjuvanca sta bila v zadnjih letih službe premeščena na drugo delovno mesto, saj sta zaradi sprememb, ki so se dogajale v službi skoraj izgubila delo (bodisi zaradi prihoda novih vodilnih bodisi zaradi ukinitve delovnega mesta). Posameznik lahko v življenju doživi več različnih poklicnih poti in je vseživljenjska potreba po učenju novih spretnosti (veščin) (Baars 2012, 27) danes skorajda nujna. Samo dve intervjuvanki nista čutili sprememb na delovnem mestu v zadnjih letih zaposlitve. Ena izmed njiju je povedala, da je svoje delovno področje obvladala in se je pri opravljanju delovnih nalog počutila suvereno. Imela je vrsto let prakse in delovnih izkušenj, ki so ji predstavljale neko »varnost«, zato ji je bilo pravzaprav težko iti v upokojitev. Bauman (2002, 188) svari, da je zaposlovanje v zadnjem času kratkoročno, nezanesljivo, delavcu daje malo možnosti za trdno, stabilno rast na določenem delovnem mestu, ki pa je pogoj za vzajemno lojalnost. Delovno mesto primerja s tabornim prostorom, ki se ga običe za nekaj dni in se ga kadarkoli lahko zapusti, če ne zagotavlja obljubljenega (Bauman 2002, 188). V dobi strukturne brezposelnosti se ni mogoče počutiti varnega, ni zagotovljenih delovnih mest, prav tako ne obstaja veliko spretnosti oziroma izkušenj, ki bi ljudem zagotavljale določeno delavno mesto (Bauman 2002, 203). V ospredje prihaja t. i.

fleksibilnost, ki napoveduje delovna mesta brez vgrajene varnosti, ponuja pogodbe za določen čas, odpuščanja brez opozoril (Bauman 2002, 204). Mlinar (2013, 17) opozarja, da lahko pri starejših določene naloge postajajo prezahtevne, po drugi strani pa tudi njihova popolna izključitev iz delovnega okolja pomeni za njih praznino, za družbo pa izgubo njihovega morebitnega prispevka. Omeniti je potrebno, da so upokojeanci spremembe na delovnem mestu doživljali različno in niso doletele vseh v enakem obsegu. Dve upokojeanci jih celo nista občutili.

Narava današnjih delovnih mest omogoča posameznikom, da delajo dlje in s tem odlašajo z upokojeanci (Shultz in Wang 2011). Zaposleni se pretežno sam odloči, kdaj bo zapustil trg dela (Lah in drugi 2013, 13). Zdi se paradoksalno, da je v času, ko se prebivalstvo stara in ko je vse več starejših v dobri kondiciji, zgodnji izstop iz delovnega procesa vse pogostejši (Nicolaisen in drugi 2012, 240). Videti je, da se večina Slovencev želi čim prej upokojeanci (Lah in drugi 2013, 13–14). Da se ljudje želijo upokojeanci čim prej, prikazuje tudi analiza intervjujev, saj je samo ena intervjuvanka podaljšala čas zaposlitve in delala za polovični delovni čas še leto in pol. Obstaja veliko oblik dela, ki prinašajo intelektualne, čustvene ali podjetniške izzive in nekatere oblike izmed njih so lahko tako zadovoljujoče, da se ljudje ne želijo upokojeanci (Baars 2012, 26). Štirje intervjuvanci so sicer razmišljali o podaljšanju dela, vendar se naposled zaradi različnih razlogov niso za to odločili. Dva intervjuvancata sta si želela podaljšati delo predvsem iz finančnega vidika. Čeprav številni delavci gledajo na postopno upokojeanci kot na privlačno idejo, je v praksi videti, da je ta alternativa manj spodbudna, kot je bilo predvideno (Calvo in drugi 2009, 130). Ko so ljudje pripravljene na prehod v upokojeanci, se zdi, da ne potrebujejo veliko časa, da se prilagodijo novemu statusu (Calvo in drugi 2009, 130). Vsi upokojeanci so sicer izrazili zadovoljstvo in veselje ob upokojeanci.

Zanimalo me je tudi, kako se upokojeanci soočajo z upokojeanci in ali so se nanjo morda kako pripravljali. Odgovori so pokazali, da se na upokojeanci večina intervjuvancev ni pripravljala. Med vsemi ženskami sta se dve intervjuvanki pripravljali tako, da je ena izmed njih že v službi delala na področju odhodov v upokojeanci. Druga intervjuvanka pa se je na upokojeanci pripravljala v mislih in preko pogovorov. Poleg tega se je odločila za postopno upokojeanci, ki ji je bilo, kot pravi, v veliko pomoč. Moški intervjuvanci se na upokojeanci niso posebej pripravljali, samo dva navajata, da sta že prej razmišljala, kaj bosta delala po upokojeanci in kako si bosta zapolnila čas. Vsi zaposleni ne izdelajo podrobnih načrtov o tem, kdaj se bodo

upokojili in kaj bodo počeli v času upokojitve (Nicolaisen in drugi 2012, 240–241). Velja pa, da bližje, kot je delavec dejanski upokojitveni starosti, podrobneje razmišlja o tem (Nicolaisen in drugi 2012, 241).

V raziskavi se je izkazalo tudi, da igra čas izjemno pomembno vlogo tudi pri prilagajanju na nove življenjske dogodke, prelomnice. Nekateri upokojenci so se namreč na začetku upokojitve soočali z različnimi težavami, ki pa so s časom izginile. Med njimi je ena upokojenka občutila krizo po letu dni upokojitve zaradi odhoda otrok od doma, vendar se je nato vključila v različne aktivnosti, namenjene upokojencem in si tako zapolnila čas. Druga upokojenka je pogrešala utečeno strukturo in določen urnik, saj je bila brez urnika nekoliko izgubljena. En upokojenec pa je krizo doživljal prvo leto upokojitve, saj je pogrešal utečeno rutino, ki mu jo je nudila zaposlitev. Upokojitev predstavlja oster socialni, psihološki in ekonomski prelom v življenju, ki so ga poznali (Calvo in drugi 2009).

Upokojenci so poročali, da so se s časom, ki je pretekkel, »stvari uravnovesile« in težave postopoma izginile. Potrebovali so čas, da so se prilagodili in sprijaznili z novo nastalimi življenjskimi okoliščinami. Prilagoditev upokojitvi je dosežena, ko so upokojeni sposobni vključiti stanje upokojitve v svoje življenje (Shultz in Wang 2011, 174).

Tretje zastavljeno podvprašanje se glasi: *»Si upokojenci želijo ohranjati svojo vitalnost in se počutiti čim bolj mladostno?«* Lahko odgovorim, da si upokojenci želijo ohraniti svojo vitalnost. Mladostno počutje povezujejo predvsem z ohranjanjem vitalnosti in zdravja. Predvsem moški upokojenci so jasno izrazili, da si želijo ohraniti mladostnost. Samo en moški je povedal, da se s tem ne obremenjuje. Sicer pa upokojenci gledajo na mladostnost predvsem iz vidika vitalnosti, zdravja in ne toliko zunanjšega videza. Upokojenke opisujejo, da je zunanji videz drugotnega pomena in da sta zdravje, predvsem pa neodvisnost, na prvem mestu. Iz odgovorov upokojenk je kljub temu zaznati zavedanje o spreminjanju svojega zunanjšega videza in tudi nekoliko nezadovoljstva nad staranjem. Vendar se intervjuvane upokojenke, kot pravijo, zaradi videza večinoma ne obremenjujejo. Le ena upokojenka je izrazila nezadovoljstvo nad povišano telesno težo. Ljudje ne želijo izgledati stari in neprilagodljivi, ne želijo se počutiti utrujeni, bolni, ne želijo biti nesposobni za izvedbo vsakdanjih opravil (Gilleard in Higgs 2000, 143). Ljudje so zadovoljni, da se starajo, a ne postarajo (Gilleard in Higgs 2000, 143).

Zanimalo me je tudi, ali upokojenci menijo, da jim »družba« in »današnji čas« narekujejo, da morajo biti čim bolj aktivni in čim bolj mladostnega videza. Odgovori intervjuvancev so bili pritrdilni. Upokojenci so enotnega mnenja, da današnja družba in mediji narekujejo mladosten

videz ter tendenco k aktivnemu življenju. Glavne vzroke, ki vplivajo na težnjo po mladostnemu videzu, vitalnosti, aktivnosti, upokojenci vidijo v splošni miselnosti, medijih ter tudi v kozmetični industriji in farmaciji. Pretirana skrb za zunanji videz je zlata jama za proizvajalce »antiaging« izdelkov (Kuhar 2007, 37). Njihov cilj je namreč spodbujanje čim večjega števila ljudi, da bi si prizadevali za ohranjanje večne mladosti in prekrivali znake staranja (Kuhar 2007, 37). Upokojenci pri starejših ljudeh opažajo željo po »večni mladosti« in po sledenju »trendom«. Hkrati pravijo, da je od vsakega posameznika odvisno, ali bo ponotranjil zahteve po mladostnem videzu ter lepoti.

V obdobju upokojitve imajo ljudje na voljo več časa. Večja količina časa se je pri delu upokojencev pokazala kot ključna, da se lahko bolj posvečajo ohranjanju vitalnosti. Nekateri upokojenci se sicer zavedajo, da bi morali temu posvetiti več časa. Tako nekateri izmed njih posvetijo ohranjanju vitalnosti več ur na dan, drugi samo nekaj ur na teden, tretji pa komaj kaj na mesečni ravni. Omenjajo hojo, kolesarjenje, telovadbo, poleti plavanje in pozimi smučanje. Drži, da so take identitete (ukvarjanje s športom, različnimi konjički, dejavnostmi) poljubna izbira posameznika, vendar se postavlja posameznike pred krivdo, če niso sposobni ohraniti potrebne stopnje telesne ali duševne aktivnosti (Wilson 2009, 70).

Na zadnje postavljeno podvprašanje: *»Kako se je po mnenju upokojencev spremenila splošna predstava o današnjih upokojencih?«* Lahko odgovorim, da vsi intervjuvanci menijo, da se je v primerjavi s prejšnjimi generacijami upokojencev pozitivno spremenila narava staranja in pomen upokojitve. Pomembno je omeniti dejstvo, da večina intervjuvancev sebe ne spozna v »tipičnih« predstavah stereotipnega upokojenca. Ne vidijo se kot upokojenci, ki komaj čakajo, da bodo lahko cel dan preležali ali se posvečali samo sebi in svojim potrebam. Želijo si aktivnega udejstvovanja in kakovostnega preživljanja svojega časa. Marsikateri upokojenci dandanes čutijo potrebo po dejavnosti (Boštjančič 2014, 17). V dobro družbe želijo porabiti svoja znanja, izkušnje in čas. Upokojitev jim predstavlja obdobje, ko s svojim prispevkom lahko povrnejo družbi njen vložek (Boštjančič 2014, 17). V zadnjih treh desetletjih se zdi, da se je pojavila nova miselnost, nekdo je lahko starejši, vendar ne star (Nicolaisen in drugi 2012, 240). Prvo obdobje upokojitve, imenovano »tretja starost«, lahko opišemo kot novo in pomembno fazo, ki jo je treba zapolniti z novimi projekti in aktivnostmi. To velja predvsem za tiste, ki so v dobrem zdravstvenem stanju (Nicolaisen in drugi 2012, 240).

Intervjuvanci opažajo, da se je izboljšalo zdravstvo in podaljšala življenjska doba. Današnji upokojenci veliko bolj pazijo na zdrav način življenja. Enotnega mnenja so tudi, da so dandanes upokojenci aktivnejši v primerjavi s prejšnjimi generacijami. Imajo več hobijev in

več časa namenijo sebi. V zadnjih nekaj desetletjih se je pričakovana življenjska doba močno podaljšala (Hochman in Lewin-Epstein 2013, 29). Trenutno pričakovana življenjska doba obeh spolov močno presega starost 65 let (Matthews 2013, 330). Informacije o vlogi prehrane in o dobrem življenjskem slogu, v kombinaciji z napredkom medicine, pomagajo ljudem, da ostanejo aktivni dlje. Zato imajo ljudje več možnosti, kako najbolje porabiti ta »dodatna« leta (Matthews 2013, 330).

Intervjuvanci izpostavljajo tudi, da so bili včasih ljudje ob upokojitvi bolj »postarani«, kot so današnje generacije. Opažajo, da se je spremenil pomen upokojitve, saj so ljudje včasih doživljali upokožitev kot zaključek svojega življenja. Pojem upokojitve se je v zadnji četrtini stoletja dramatično spremenil (Jones in drugi 2010, 105). Tako se je percepcija upokojitve spremenila od »družbeno odvečne« v potencialno pozitiven del življenjskega obdobja (Jones in drugi 2010, 105). To spremembo je deloma sprožilo gibanje, usmerjeno stran od fiksne in obvezne upokožitvene starosti, stremeče k fleksibilni upokožitveni starosti (Jones in drugi 2010, 105). Da se danes starost ne povezuje več z vsem negativnim (npr. neprilagodljivostjo, senilnostjo, nemočjo, socialno izoliranostjo itn.), je postalo več kot očitno (Kuhar 2007, 36–37). Spremenjena podoba starosti postopoma spreminja vrednote celotne kulture. Naraščajoče število ljudi z dokaj veliko kupno močjo doseže starost dobrega zdravja (Kuhar 2007, 36–37). Zdravstvena politika, navaja Wilson (2009, 70), si prizadeva za aktivno staranje, medtem ko politika zaposlovanja spodbuja aktivne starostnike k varstvu vnukov. Stari starši so pomemben dodaten vir oskrbe otrok za zaposlene matere, še posebej tiste v družinah z nizkimi dohodki ali tiste, ki delajo v težjem delovnem času (Gray v Ginn in Fast 2006, 670). Upokojenci izpostavljajo tudi, da je nekoč človek delal do konca svojega življenja. Kmetijska dela so redko spodbujala upokožitev, saj sta bila kraj bivanja in dela združena ter je bila družina tudi produkcijska skupnost (Požarnik 1981; Gilleard in Higgs 2000).

Če povzamem, intervjuvanci izpostavljajo, da je kvaliteta staranja in posledično tudi predstava o današnjih upokojencih neprimerno boljša v primerjavi s prejšnjimi generacijami, kajti včasih tudi ni bilo toliko različnih možnosti, ki so danes na voljo upokojencem (naštevajo razne centre namenjene starejšim, možnost različnih aktivnosti, dejavnosti itn). V današnjem času imajo upokojenci bistveno več možnosti (Boštjančič 2014, 16–17). Lahko se odločajo za nadaljevanje dela, se dodatno izobražujejo, sodelujejo v prostovoljnih organizacijah itn. (Boštjančič 2014, 16–17).

Že Požarnik (1981, 109) je pisal, da »[d]anes že dolgo vemo, da staranja še zdaleč ne označujeta predvsem pešanje in nazadovanje«. Današnja slika o upokojencih pa je še toliko

svetlejša. V naraščanju števila upokojencev namreč lahko vidimo tudi pozitivne vidike, saj te nove generacije upokojencev z novimi življenjskimi slogi, vrednotami, lahko spreminjajo naše širše kulturne vrednote (Kuhar 2007, 38). Zdravi starejši lahko svoje delo nadaljujejo še nekaj let po doseženi upokojitvi ter predstavljajo dodano vrednost podjetju (Kocbek in Udovč 2014, 48). Lahko so mentorji mlajšim ali pa imajo vlogo svetovalca pri projektih (Kocbek in Udovč 2014, 48). Tako lahko od nove kulture staranja pridobijo vsi, v kolikor bodo produktivnost in tekmovalnost zamenjale vrednote, kot so kakovostna izraba prostega časa, skrb za zdravje, udejstvovanje v sorodniških mrežah, sproščenost in podobno (Kuhar 2007, 38).

Vzorec je premajhen, da bi ga lahko posplošili na celotno populacijo. Omejitev je tako v številu opravljenih intervjujev kot tudi v pristranskosti intervjuvanih oseb, saj vsaka oseba doživlja čas na drugačen, svojevrsten način. Poleg tega lahko tako na aktivnost starejših ljudi kot tudi na doživljanje upokojitve in časa zaposlitve vpliva zdravje. V raziskavi kot ovire pri preživljanju časa, upokojenci zdravja večinoma niso izpostavljali; le en upokojenec je omenil, da ima v zadnjem času določene zdravstvene težave, ki mu vzamejo kar nekaj časa. Intervjuji so bili geografsko omejeni na dve področji (na Osrednjo Slovenijo in na Primorsko), zato ni nujno, da bi raziskava na nacionalni ravni pokazala enake rezultate. Za nadaljnjo raziskavo bi bilo zanimivo preučevati tudi, kako v času upokojitve partnerja doživljata skupni čas.

10 Zaključek

Čas je ključen dejavnik v človeškem življenju. V času aktivnega življenja (času zaposlitve) družba vrednoti, ocenjuje in v veliki meri definira ter strukturira čas zaposlenemu posamezniku. V času upokojitve pride do preobrata.

Včasih je imel prosti čas upokojencev precej negativno konotacijo (Požarnik 1981,126). Ni predstavljal brezskrbnosti, zabave in hobijev, temveč se ga je povezovalo z izvorom dolgčasa, nemira, obupa itn. (Požarnik 1981, 126). Da danes temu večinoma ni več tako, so pokazali rezultati odgovorov v empiričnem delu. Upokojenci na splošno pozitivno doživljajo čas v obdobju upokojitve. Ne izpostavljajo negativnih občutij ali pesimističnega pogleda na čas. Upokojenci so svobodni v porabi časa in z njim lahko razpolagajo po lastni izbiri. Večja količina časa je ključen dejavnik tudi za možnost uresničevanja raznih konjičkov, hobijev, skritih žejja itn. Upokojenci namreč opisujejo ukvarjanje z dejavnostmi, ki jih osrečujejo in sproščajo. Na začetku upokojitve so se nekateri intervjuvanci soočali z različnimi težavami, ki

pa so sčasoma izginile. Postopno so se prilagodili novim življenjskim razmeram. Glede na odgovore upokojencev lahko torej potrdim, da je čas odigral in igra ključno vlogo pri prilagajanju na nov način življenja. Rezultati raziskave so prikazali tudi, da se v očeh upokojencev in družbe spreminja pomen upokojitve. Danes imajo upokojenci v primerjavi s prejšnjimi generacijami na voljo tudi bistveno več možnosti za aktivno udejstvovanje v družbi in pristočasnih dejavnostih.

Nadalje se je v raziskavi pokazalo, da je večji del intervjuvancev v zadnjih letih zaposlitve občutil različne spremembe, predvsem v smislu večje intenzitete delovnega procesa (povečanje količine dela itn.), menjav vodilnih, spremenjenih odnosov med sodelavci, premestitvami na druga delovna mesta itn.

Čas upokojitve je pomemben življenjski dogodek, ko se najbolj radikalno spremeni prav strukturiranost časovne dimenzije vsakdanjega življenja. Spremembe, ki se dogajajo ob upokojitvi so precejšnje, vendar jih je v vsakdanjem življenju, prav zaradi njihove »vsakdanjosti«, včasih težko identificirati. Iz vsakdanjega življenja in tudi iz pričujoče raziskave je razvidno, da je čas eden izmed ključnih dejavnikov v vseh življenjskih obdobjih. Ljudje imamo na voljo omejeno količino časa, česar se v vsakdanjem življenju včasih premalo zavedamo. Ravno tega pa se zavedajo upokojenci v raziskavi, ki poskušajo svoj čas čim bolj izkoristiti in kvalitetno preživeti. Upokojenci kljub temu da imajo na razpolago cel dan, opažajo, da jim časa še vedno primanjkuje.

Preučevanje percepcije in pomena časa upokojencev je izjemnega pomena, saj nudi vpogled v preživljanje in doživljanje časa v obdobju upokojitve, z vsemi spremembami, ki jih le-ta prinaša. Omogoča uvid v doživljanje časa v obdobju zaposlitve. Prikazuje tudi morebitne spremembe v preživljanju, doživljanju in pomenu časa, glede na prejšnje generacije upokojencev.

11 Literatura

Adam, Barbara. 2003. Reflexive Modernization Temporalized. *Theory, Culture & Society* 20 (2): 59–78.

--- 2010a. *Čas*. Maribor: Subkulturni azil, zavod za umetniško produkcijo in založništvo.

--- 2010b. History of the future: Paradoxes and challenges. *Rethinking History* 14 (3): 361–378.

Anita. 2016. Intervju z avtorico. Koper, 22. junij.

Baars, Jan. 2012. *Aging and the Art of Living*. Baltimore: The Johns Hopkins University Press.

Bauman, Zygmunt. 2002. *Tekoča moderna*. Ljubljana: Založba /*cf.

Baxter, Vern in Steve Kroll-Smith. 2005. Normalizing the Workplace Nap: Blurring the Boundaries between Public and Private Space and Time. *Current Sociology* 53 (1): 33–55.

Boštjančič, Eva. 2014. Kaj razumemo pod pojmom zaključevanje kariere? V *Zaključevanje kariere - od teorije k praksi*, ur. Eva Boštjančič in Lara Delić, 9–20. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.

Boštjančič, Eva, Manca Jarc, Maša Širnik, Simona Stavanja in Žana Miličković. 2014. Kakšna so stališča do zaključevanja kariere in upokojitve? V *Zaključevanje kariere - od teorije k praksi*, ur. Eva Boštjančič in Lara Delić, 35–45. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.

Brannen, Julia. 2005. Time and the Negotiation of Work–Family Boundaries: Autonomy or illusion? *Time & Society* 14 (1): 113–131.

Buchebner-Ferstl, Sabine. 2010. Par v času prehoda v upokojitev: Kvalitativna študija na podlagi utemeljene teorije. *Andragoška spoznanja* 16 (1): 58–64.

Calvo, Esteban, Kelly Haverstick in Steven A. Sass. 2009. Gradual Retirement, Sense of Control, and Retirees' Happiness. *Research on Aging* 31 (1): 112–135.

Dolenc, Tanja in Sabina Đuvelek. 2014. Kako zakon opredeljuje zaključevanje kariere? V *Zaključevanje kariere - od teorije k praksi*, ur. Eva Boštjančič in Lara Delić, 21–33. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.

Gilleard, Chris. 1996. Consumption and Identity in Later Life: Toward a Cultural Gerontology. *Ageing and Society* 16 (4): 489–498.

Gilleard, Chris in Paul Higgs. 2000. *Cultures of ageing: Self, citizen and the body*. Harlow: Prentice Hall.

Ginn, Jay in Janet Fast. 2006. Employment and Social Integration in Midlife: Preferred and Actual Time Use Across Welfare Regime Types. *Research on Aging* 28 (6): 669–690.

Harvey, David. 1990. *The Condition of Postmodernity: An Enquiry into the Origins of Cultural Change*. Oxford: Basil Blackwell.

Hochman, Oshrat in Noah Lewin-Epstein. 2013. Determinants of early retirement preferences in Europe: The role of grandparenthood. *International Journal of Comparative Sociology* 54 (1): 29–47.

Hvalič Touzery, Simona. 2010. *Prihodnost upokojevanja v desetih državah*. Dostopno prek: <http://www.inst-antontrstenjaka.si/tisk/kakovostna-starost/clanek.html?ID=535> (12. marec 2017).

Igor. 2016. Intervju z avtorico. Ljubljana, 24. junij.

Janez. 2016. Intervju z avtorico. Ljubljana, 18. junij.

Jones, Ian Rees, Miranda Leontowitsch in Paul Higgs. 2010. The Experience of Retirement in Second Modernity: Generational Habitus among Retired Senior Managers. *Sociology* 44 (1): 103–120.

Klein, Stefan. 2009. *Čas - snov, iz katere je življenje*. Maribor: Obzorja.

Kocbek, Katarina in Maša Patricija Udovč. 2014. Zakaj je tudi ta del kariere pomemben? V *Zaključevanje kariere - od teorije k praksi*, ur. Eva Boštjančič in Lara Delić, 47–56. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.

Kragelj, Boris. 2009. *Interdisciplinarni pristop k obravnavi časa v družboslovju: evalvacija družbenih zaznav časa v obdobju tehnoloških sprememb in družbe znanja*. Ljubljana: Pedagoški inštitut.

Krantz-Kent, Rachel in Jay Stewart. 2007. How do older Americans spend their time? *Monthly Labor Review* 130 (5): 8–26.

Kristina. 2016. Intervju z avtorico. Ljubljana, 18. junij.

Kuhar, Metka. 2007. Sociološki vidik: prevrednotenje staranja in starosti. V *Odnos Slovencev do starosti, pokojninskega sistema in varčevanja za starost*, ur. Vesna Razpotnik, 36–47. Ljubljana: Kapitalska družba.

Lah, Lenart, Irena Svetin in Barica Razpotnik. 2013. *Starejši na trgu dela*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/doc/pub/starejsi.pdf> (14. marec 2017).

Lee, Heejin in Jonathan Liebenau. 1999. Time in Organizational Studies: Towards a New Research Direction. *Organization Studies* 20 (6): 1035–1058.

Levine, Robert. 2006. *A Geography of Time: The Temporal Misadventures of a Social Psychologist, or, How Every Culture Keeps Time Just a Little Bit Differently*. Oxford: Oneworld.

Lojze. 2016. Intervju z avtorico. Koper, 11. avgust.

MacBean, E. Craig. 2007. Retirement Realities: Retirement Just Ain't What It Used to Be. *Journal of Financial Service Professionals* 61 (1): 40–50.

Malhotra, Naresh K. 2002. *Basic Marketing Research: Applications to Contemporary Issues*. Upper Saddle River: Prentice Hall.

Marcum, Christopher Steven. 2012. Age Differences in Daily Social Activities. *Research on Aging* 35 (5): 612–640.

Marjeta. 2016. Intervju z avtorico. Ljubljana, 16. junij.

Marija. 2016. Intervju z avtorico. Koper, 23. junij.

Matej. 2016. Intervju z avtorico. Ljubljana, 16. junij.

Matic. 2016. Intervju z avtorico. Koper, 22. junij.

Matthews, Janet R. 2013. To Retire or Not to Retire? That Is the Question. *Teaching of Psychology* 40 (4): 330–332.

Mesec, Blaž. 1998. *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.

Milne, Derek. 2013. *The Psychology of Retirement: Coping with the Transition from Work*. Chichester: Wiley-Blackwell.

Mlinar, Zdravko. 2013. O razkrivanju in aktiviranju človeških potencialov v vseživljenjskem okolju: Izkustvena spoznanja, teoretske iztočnice in izzivi za delovanje v praksi. V *Staranje v Sloveniji: raziskava o potrebah, možnostih in stališčih nad 50 let starih prebivalcev Slovenije*, ur. Jože Ramovš, 9–19. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.

Nicolaisen, Magnhild, Kirsten Thorsen in Sissel H. Eriksen. 2012. Jump into the Void? Factors Related to a Preferred Retirement Age: Gender, Social Interests, and Leisure Activities. *Int'l. J. Aging and Human Development* 75 (3): 239–271.

Nowotny, Helga. 1996. *Time: The Modern and Postmodern Experience*. Cambridge: Polity.

Oechsle, Mechtild in Birgit Geissler. 2003. Between Paid Work and Private Commitments: Women's perceptions of time and life planning in young adulthood. *Time & Society* 12 (1): 79–98.

Paolucci, Gabriella. 1996. The Changing Dynamics of Working Time. *Time & Society* 5 (2): 145–167.

--- 1998. Time Shattered: The postindustrial city and women's temporal experience. *Time & Society* 7 (2): 265–281.

Pečjak, Vid. 1998. *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.

Pfajfar, Maruša, Tina Ivačič, Aljaž Sluga in Igor Srdoč. 2014. Delo po zaključku dela? V *Zaključevanje kariere - od teorije k praksi*, ur. Eva Boštjančič in Lara Delić, 185–193. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.

Pomian, Krzysztof. 2010. *Red časa*. Ljubljana: Krtina.

Požarnik, Hubert. 1981. *Umetnost staranja: leta, predsodki in dejstva*. Ljubljana: Cankarjeva založba.

Ramovš, Jože. 2013. Predstavitev raziskave. V *Staranje v Sloveniji: raziskava o potrebah, možnostih in stališčih nad 50 let starih prebivalcev Slovenije*, ur. Jože Ramovš, 37–59. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.

Rojek, Chris. 2010. *The labour of leisure*. London: Sage Publications.

Salmič, Ranja, Tadeja Glavan, Valentina Jerenc in Iva Pavičič. 2012. Povezanost zadovoljstva pri delu in izobrazbe s psihičnim zdravjem upokojencev. *Anthropos* 44 (3–4): 125–153.

Saražin Klemenčič, Ksenija. 2013. Zgodnje upokojevanje. V *Staranje v Sloveniji: raziskava o potrebah, zmožnostih in stališčih nad 50 let starih prebivalcev Slovenije*, ur. Jože Ramovš, 167–178. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.

Shultz, Kenneth S. in Mo Wang. 2011. Psychological Perspectives on the Changing Nature of Retirement. *American Psychologist* 66 (3): 170–179.

Smeaton, Deborah, Helen Barnes in Sandra Vegeris. 2017. Does Retirement Offer a »Window of Opportunity« for Lifestyle Change? Views From English Workers on the Cusp of Retirement. *Journal of Aging and Health* 29 (1): 25–44.

Sonja. 2016. Intervju z avtorico. Koper, 22. junij.

Southerton, Dale. 2003. »Squeezing Time«: Allocating practices, coordinating networks and scheduling society. *Time & Society* 12 (1): 5–25.

Stephan, Yannick, Evelyne Fouquereau in Anne Fernandez. 2008. The Relation between Self-Determination and Retirement Satisfaction among Active Retired Individuals. *Int'l. J. Aging and Human Development* 66 (4): 329–345.

Sullivan, Oriel. 1997. Time Waits for no (Wo)Man: An Investigation of the Gendered Experience of Domestic Time. *Sociology* 31 (2): 221–239.

Vertot, Nelka. 2010. *Starejše prebivalstvo v Sloveniji*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/doc/StarejsePrebivalstvo.pdf> (14. marec 2017).

Vickerstaff, Sarah in Jennie Cox. 2005. Retirement and risk: the individualisation of retirement experiences? *The Sociological Review* 53 (1): 77–95.

Vrabič Kek, Brigita, Darja Šter in Tina Žnidaršič. 2016. *Kako sva si različna: ženske in moški od otroštva do starosti*. Dostopno prek: <http://www.stat.si/dokument/8866/kako-sva-si-razlicna.pdf> (17. marec 2017).

Weiss, Robert Stuart. 1995. *Learning From Strangers: The Art and Method of Qualitative Interview Studies*. New York: Free Press.

Widerberg, Karin. 2006. Embodying Modern Times: Investigating tiredness. *Time & Society* 15 (1): 105–120.

Wilson, Gail. 2009. »Not Old« and »Old«: Postmodern Identities in a New Lifestage. V *Aging Identity: A Dialogue with Postmodernism*, ur. Jason L. Powell in Tony Gilbert, 69–80. New York: Nova Science Publishers.

WHO. 2002. *Active Ageing: A Policy Framework*. Dostopno prek: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67215/1/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf (17. marec 2017).

Priloge

Priloga A: Socio-demografski vprašalnik

SPOL

- a) moški
- b) ženski

LETNICA ROJSTVA _____

IZOBRAZBA _____

ZAKONSKI STAN (PARTNERSKI STAN)

- a) samski
- b) poročen
- c) ločen
- d) vdova/vdovec
- e) drugo: _____

ŽIVITE SAMI ALI ŠE Z DRUGO OSEBO/OSEBAMI

- a) sam/a
- b) z družino
- c) s partnerjem/ko
- d) drugo: _____

PRIBLIŽNO KOLIKO LET STE ŽE UPOKOJENI

Priloga B: Vprašalnik za intervju

ČAS ZAPOSLOTITVE:

- Mi lahko opišete vaš navaden vsakdan v času, ko ste bili zaposleni?
- V času zaposlitve koliko prostega časa ste imeli samo zase?
- Kaj ste navadno počeli v svojem prostem času, ko ste še bili zaposleni?
- Ali ste morda na delovnem mestu v zadnjih letih službe čutili (oz. bili deležni) spremembe v delovnem procesu v smislu »hitenja«, opravljanja vedno več nalog hkrati ipd.? Če DA, kako se spominjate teh sprememb na delovnem mestu?

ČAS UPOKOJITVE:

- Ste po vaši »uradni« upokojitvi morda še nadaljevali z delom oz. »podaljšali« čas dela in se upokojili kakšno leto kasneje (oz. delate še kaj pogodbeno, ipd.)? Zakaj DA oz. NE?
- Ste bili veseli upokojitve ali se vam zdi, da je prišla prekmalu?
- Kako ste se oz. se soočate z upokojitvijo, ste se nanjo morda kako pripravljali? Če DA, kako?
- Ste se na začetku upokojitve morda soočali s kakšnimi težavami (čutili zbeganost, dolgočasje, nekoristnost, depresijo, pogrešali ustaljeno rutino, delo, ipd.)?
- Kako doživljate čas sedaj v upokojitvi?
- Kaj počnete čez dan? Opišite svoj tipični dan.
- Imate kakšna rutinska opravila ali posebne obrede, ki se jih držite?
- Imate morda kakšne tedenske/mesečne ipd. aktivnosti, dejavnosti?
- Raje gledate televizijo, berete ali se raje družite s prijatelji, udeležujete raznih dejavnosti? Če DA, katerih?
- Menite, da so se po upokojitvi kaj spremenili stiki z ostalimi ljudmi? Se bolj, manj ali približno enako družite z drugimi?
- Na splošno, bi se v času upokojitve označili za aktivnega človeka ali veliko raje mirujete in počivate?
- Ali vam sedanji dohodki v upokojitvi omogočajo enako kvaliteto preživljanje prostega časa (npr. obisk gledališča, dopusti itn.) kot v času zaposlitve ali vas omejujejo?

SPREMEMBE V ČASU UPOKOJITVE:

- Ali v času upokojitve še vedno ločujete čas na t. i. »delovni čas« (poln obveznosti) in pa na »prosti čas«?
- Ste v času zaposlitve čutili pomanjkanje časa, občutek hitenja, zapravljanja časa? Ste imeli občutek, da je »čas denar«? Kaj od tega (oz. še kaj drugega v tem smislu) in zakaj?
- Ali imate sedaj v upokojitvi tudi podobne občutke, da vam primanjkuje čas, da ga ne izrabljate dovolj dobro (zapravljanje časa ipd.)?
- Ali se ta občutek spreminja, glede na začetek upokojitve?
- Imate morda še vedno prisoten občutek, da je »čas denar« in da ga morate bolje izkoristiti? Kaj vam sedaj pomeni ta trditev?
- Ste bili na splošno bolj zadovoljni s preživljanje časa v času zaposlitve ali sedaj v upokojitvi in zakaj?
- Ali in kako se je pri vas spremenila zavest v dojemanju časa na začetku upokojitve in čez nekaj časa kasneje?
- Kaj vam pomeni čas sedaj v upokojitvi in kaj vam je pomenil prej, v obdobju zaposlitve? Če se je kaj spremenilo, kaj bi izpostavili kot ključno?
- Ste v času zaposlitve imeli dan razdeljen točno glede na ure (npr. ste se prehranjevali ob točno določeni uri, se odpravili spat, vstali, mogoče telovadili, delali na sebi itn.)? In kaj je bilo tisto, ki vam je narekovalo tako razporeditev časa (služba, družina, opravki itn.)?
- Ste ohranili to »dnevno časovno razdeljenost«, ki ste jo imeli v času zaposlitve tudi sedaj v upokojitvi ali se ne ozirate na čas in delate stvari, ko želite?
- Ali sedaj v upokojitvi počnete kaj od tega, kar ste si vedno želeli, pa prej ni bilo časa? Če DA, kaj počnete; če NE, zakaj ne?

SPREMENJEN POMEN IN NARAVA STARANJA DANAŠNJIH UPOKOJENCEV TER MLADOST, VITALNOST:

- Ali se je kaj spremenila vaša predstava o upokojencih, ki ste jo imeli v mladosti in kako jo vi vidite sedaj?
- Imate občutek, da se je danes spremenila narava staranja in pomen upokojitve, če primerjamo z upokojitvijo vaših staršev, v kolikor se jih spominjate? Če DA, kako?
- Ali menite, da vam »družba« in današnji čas narekuje, da morate biti čim bolj aktivni in čim bolj mladostnega videza. In kdo ali kaj je glavni vzrok (prijatelji, družina, mediji, kozmetična industrija in oglaševanje, vi sami)?

- Se želite počutiti bolj mladostno?
- Ali sedaj v upokojitvi skrbite bolj za to, da se ohranjete vitalni v primerjavi s časom zaposlitve?
- Ali namenite veliko časa temu oz. koliko časa namenite temu, da bi se počutili bolj vitalni, mladostni, zdravi? Kaj počnete za to? Imate dnevno, tedensko, mesečne aktivnosti?