

Kakovostna starost

ČASOPIS ZA GERONTOLOGIJO IN GERONTAGOGIKO
LETNIK 1 / ŠTEVILKA 1



INSTITUT
ANTONA
TRSTENJAKA

■ strani 4 – 7

ŠTIRJE LETNI ČASI ŽIVLJENJA:

Anton Trstenjak

Slavnostni govor na promociji Ajdovsko–vipavske mreže skupin starih za samopomoč v Ajdovščini – zadnji Trstenjakov večji javni nastop v življenju

■ stran 8 – 30

10–LET SKUPIN STARIH ZA SAMOPOMOČ V SLOVENIJI

Pregled skozi 10–letni razvoj projekta: Tone Kladnik

Smisel starosti – slavnostni govor na prireditvi ob 10–letnici v Portorožu: Jože Ramovš

Osebni utrinki začetnikov po 10 letih dela: mag. Tone Kladnik, Branka Knific, Dragica Rihter, Ana Jakič, Mimica Primc, dr. Jože Ramovš

Pogled sodelavca na projekt iz daljave: dr. Evgen Kajin

■ stran 30 – 37

ETIČNA NAČELA IN ORGANIZACIJSKA PRAVILA ZDRUŽENJA: *Branka Knific*

■ stran 38 – 40

STROKOVNI DOSEŽKI NAŠIH VODITELJIC

Ob knjigi Spominčice Irene Pražnikar in članic skupin iz Griž v Savinjski dolini: Jože Ramovš

Ob knjigi Majde Brumec Ob umirajočem v domu za ostarele: Ingrid Russi Zagožen

■ stran 41 – 44

ANTON TRSTENJAK 1906–1996

Trstenjakova spoznanja in življenjske izkušnje so pomemben kamen za teoretične temelje socialne gerontologije in gerontagogike

Slika na naslovnici:

Tomaž Perko: Anton Trstenjak v zadnjem letu življenja, olje

KAKOVOSTNA STAROST

L. 1/1 1998

Časopis za socialno gerontologijo
in gerontagogiko**Izdajatelj in založnik**Inštitut Antona Trstenjaka,
Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana,
v sodelovanju z Združenjem za socialno
gerontologijo in gerontagogiko Slovenije**Uredniški odbor**mag. Tone Kladnik
Branka Knific
dr. Jože Ramovš (glavni in odgovorni urednik)**Uredniški svet**Ema Brelih
Majda Hrovat
Ljuba Ivanov
mag. Tone Kladnik
Branka Knific
Danica Matjanec
Anica Miklič
Irena Potočnik
Zmaga Prošt
dr. Jože Ramovš
Dragica Rihter**Pregled besedila**

Ivan Mohar

Oblikovanje in priprava za tisk

Studio PATERNOSTER in Metka Žerovnik

ISSN 1408 – 869X

Izdajanje Kakovostne starosti podpira Open
Society Institute – Soros fondacija. Po mnenju
Ministrstva za kulturo šteje revija med
proizvode, za katere se plačuje 6,5% davek od
proizvodov. Tiska Luna Graf d.o.o.**UREDNIKOV UVODNIK**

Inštitut Antona Trstenjaka se od začetka posveča prizadevanjem za kakovostno starost. Zanj je poleg materialne preskrbe potrebna tudi tesna človeška bližina, sprejemanje starosti in prepoznavanje specifičnega smisla starih let ter posebnih človekovih nalog v starosti. Danes je ta nematerialna plat kakovosti življenja starih ljudi zanemarjena, starosti tabuizirana, stari ljudje pa marginalizirani. Delež starega prebivalstva pa se naglo veča in tem nalogam se je treba posvetiti, sicer se srednja generacija ne bo mogla pripraviti na kakovostno starost; brez tega pa bo čez deset ali dvajset let starostništvo pretežak socialni problem za države in družbe.

Ta prizadevanja Inštituta se odvijajo na teoretičnem polju v razvijanju socialne gerontologije in gerontagogike, na praktičnem pa v projektu mreže medgeneracijskih skupin za kakovostno starost. Vanjo je vključenih že več kakor 5.000 ljudi vseh generacij (nad 4.000 iz tretje in okrog 400 voditeljev skupin iz srednje). Tako velik projekt nujno potrebuje glasilo za pretok informacij in izkušenj. Razvijanje socialne gerontologije in gerontagogike pa terja strokovno in znanstveno glasilo.

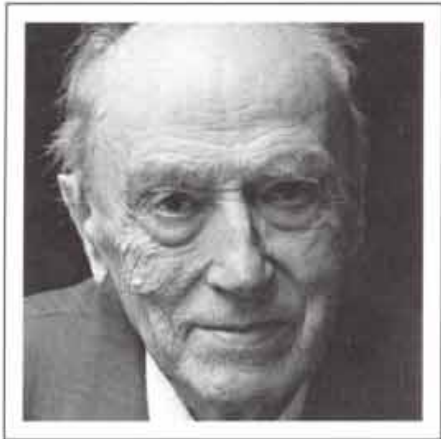
Lansko leto sta obe potrebi dozoreli v sklep, da bomo izdajali revijo, ki bo javni forum za znanstveno in strokovno razpravo o vprašanjih smiselne in kakovostne starosti danes in jutri, obenem pa glasilo udeležencev v projektu medgeneracijskih skupin za kakovostno starost; teorijo in prakso bomo povezovali v celoto. Hvala Zavodu za odprto družbo – Sorosovi fondaciji, ki je s svojo podporo omogočila uresničitev zamisli.

Prvi številki bosta v letošnjem letniku sledili še dve, naslednje leto pa bo KAKOVOSTNA STAROST izhaja na dva meseca.

Jože Ramovš

Anton Trstenjak

Štirje letni časi človeškega življenja



Izhajam iz primerjave: človeško življenje je podobno štirim letnim časom; ob rojstvu se začenja s pomladjo in raste v vroče poletje, se dopolnjuje z rodovitno jesenjo in končuje v zimi.

Odločilno za nas v tej primerjavi je dejstvo, da so ljudje do nedavnega poveljevali predvsem pomlad, njeno lepoto, privlačnost cvetja in odprtost v ustvarjalno prihodnost.

Na starost so nehote gledali bolj z mrki mi očmi, kot na usihajočo dobo, ko se življenje bliža svojemu neizogibnemu koncu. Tak odnos do starosti so imeli celo zdravniki, ki so bolniku v sivih letih brezobzirno, kar cinično v obraz rekli: »Kaj pa še hočete, ste pač stari.« To je bila edina tolažba, ki jo je znal dati zdravnik bolnemu v starih letih. Starost je pač najbolj neozdravljiva bolezen, četudi je zdrava: vsak dan je bliže smrti. Kakor da to ne bi veljalo za vse življenje, tudi za nežno mladost.

Danes imamo vedno več smisla za starost. Imamo celó novo vzgojeslovno vedo – gerontagogiko, v zdravstvu pa geriatrične klinike, ki se posvečajo boleznim starostne dobe.

Vrednotenje se pomika s pomladi na jesen in zimo. Kako radi se ljudje veselijo jesenskih barv, ki so bogatejše v svoji pisanosti; zima je čedalje bolj »obljudena« z zimskimi športniki, zimski šport velja za plemenito dejavnost, ki se ji mnogi posvečajo; zima postaja pomembno torišče posebne dejavnosti, iger in veselja, kakor nikoli prej.

»Starost je najlepša doba življenja,« mi je zatrjeval star gospod, ki je umrl v 98. letu življenja. »Veste vse mladostne skrbi in zablode so za nami, zdaj samo z veseljem pričakujemo odhod! In occursum Dei ibimus – v naročje božje pojdemo.«

Starosti danes priznavajo, da ni samo odmiranje in konec življenja, ampak da ima tudi svojo posebno življenjsko funkcijo, vlogo, ki je mlajše dobe nimajo.

Predvsem je danes starost pomaknjena znatno višje. Nekdaj, pred dolgimi tisočletji, je bila povprečna dolžina človeškega življenja tam okoli 40 let. Tako ugotavljajo antropologi. S civilizacijo se je dolžina življenja postopno podaljševala. Še pred 80 leti so postavljali začetek prave starosti v šestdeseto leto, nato so ga podaljševali, danes pa šteje za pravo starost šele osemdeset let. Tudi število starostnikov je po statističnih podatkih čedalje večje.

Starost ima glede na vse, kar smo doslej rekli, tudi sama v sebi svojo vrednost. Če je mladost za človekovo življenje vrednota, ne pozabimo, da je tudi starost vrednota življenja.

Kako?

Napačno govorijo, ko pravijo, da je starost konec življenja. Ne! Starost je dopolni-



lo življenja, je njegova dopolnitev. Pač v pomenu vzdih: Dopolnjeno je! – kakor ga beremo iz Jezusovih ust na križu.

Starost ni konec, marveč višek življenja. To je doba, v kateri se vsi dosežki življenja iz prejšnjih let zgrnejo v eno samo dopolnjeno celoto, v neločljivo vrednoto, ki je življenje samo.

Zato gredo krivulje ustvarjalnosti, ki jih dobivajo psihologi, mimo življenja. Saj vemo, da življenje ni v številkah. Kako neresnična je krivulja, da človek doseže vrh ustvarjalnosti pri petdesetih, če je znanstvenik ali podjetnik; če je pesnik že pred tridesetim letom; kakor da potem pol stoletja nič več ne dela. Te statistične številke bi s svojo pametjo kar vse mlade ljudi že s petdesetim letom spravile v pokoj. To je tipično razhajanje med številkami in življenjem.

Ne, človek je ustvarjalen vse življenje do pozne starosti, če je seveda zdrav.

Zato ima starost tudi sama v sebi svoj smisel, ne samo življenje v preteklih desetletjih.

Zdaj smo pri jedru vprašanja!

Zaradi omenjenih problemov zahteva starost razen geriatrije tudi posebno antropohigieno, socialno gerontologijo in gerontagogiko. Ne ustrašite se učenih tujih besed! Gre za to, da najdemo pravo mesto za starost.

Starost ima posebne lastnosti in naloge, ki se jih premalo zavedamo.

V starosti zmaguje duh nad materijo. Bolj ko peša telo, bolj se utrjuje duh.

Odtod znani pojav, da je starost že nekako povečana.

Tu se ponovno opiram na modrost starega profesorja: »Veste, starost je najlepša doba človekovega življenja. Vse mladostne strasti, stranpota in nezanesljivo gledanje v prihodnost odpadejo. Človek ima pred seboj samo še srečen sklep življenja. In *occursum Dei ibimus*,« je vzkliknil.

Starost je v tej luči pravzaprav brezskrbnost, zavest zanesljivosti, zavest, da smo življenjske naloge izpolnili.

Tako se povečičanosti starosti pridružuje še zavest dopolnitve življenja. Starost ni »konec« življenja, temveč dopolnitev, vrhunec, višek vsega ustvarjenega.

To je zavest, pravzaprav skrb, kaj naj po mojem življenju še ostane za menoj. Nobeno premoženje in nobeno delo ne gre z nami na oni svet. Samo dobra, zaslužna dela so neločljiva, zato gredo s človekom po smrti na oni svet. Pač pa ostanejo na zemlji sadovi našega življenja. Ni treba, da so to ravno knjige ali umetnine, dovolj je, da človek posadi na vrtu drevo, ki ga ima posebno rad, kot spomin, kot nekakšno oporoko mladim. »Da bo nekaj še za

menoj ostalo.«

Tako si starost sama brez posebne učenosti najde smisel življenja vzporedno s številom let.

Da, smisel starosti. Ta je v tem, da je starost dopolnilo življenja, njegov višek. Nanj gleda star človek z zadoščenjem.

Najti smisel življenja je sploh glavna človekova naloga vsa leta od pomladne mladosti preko zrelega poletja v globoko jesen življenja, ki prehaja v zimo.

Smisel starosti. Starost ni samo odmiranje, ni samo slovo od življenja, temveč dopolnitev življenja in prehod v – novo življenje.

Se pravi, da je starost ožarjena obenem z vero v posmrtno življenje. Govorimo naravnost! Dokler je človek mlad, lahko dvomi ali celo zavrača temeljne resnice življenja, ko pa se mu leta množijo in prihaja v starost, je v njem zmeraj močnejša – Kant bi rekel – praktična pamet, ki živi od postulatov tega, kar je v mladosti prezrl.

Da, življenje v starosti je življenje postulatov in zahtev, ki jih postavlja praktična, nagona, čustvena stran človekove duševnosti. Nekako tako se ji godi, kakor Aškerčevemu Abduramanu v Čaši nesmrtnosti: »...lek biti mora... večno čem živeti!« To je želja in zahteva po večnem življenju.

Bolj ko se človeku izteka zemeljsko minljivo življenje, bolj je v njem živa želja z zahtevo po večnem življenju. Priznajmo, človek ne bi rad umrl za vedno, človek hoče večno živeti. Ta želja je vidna celo pri Josipu Vidmarju, v njegovi knjigi Mrtvaški ples. Na več mestih se mu takorekoč zareče, češ, »nič ne vemo, kako bo tam«. Ta »tam« vsebuje že neizpovedano vero v posmrtnost. Če bi bilo s smrtjo vsega konec, potem pač ni več nikakršnega »tam«. Usmiljenka, ki mu je stregla, ga je nekega dne vprašala: »Gospod predsednik, kaj pa ste

danes tako zamišljeni?« On: »Premišlujem, kje neki je zdaj duša moje pokojne žene.«

Tako. Ob koncu življenja je samo še vprašanje, kam gremo po smrti. Vera je postala zahteva ali želja po nesmrtnosti. – Pa naj mi noben nevernik ne očita, da ga hočem s temi mislimi indoktrinirati, mu vsiliti svoje nazore. Ne, pustim ga pri miru, samo zase hvalim Boga, da lahko izpovedujem svojo vero.

Mimogrede: danes številni ljudje verujejo v reinkarnacijo, to je večkratno potovanje (vstajenje) duše iz enega telesa v drugo. Zanimivo: enkratnega vstajenja v večno življenje ne priznavajo, večkratno pa, ko je jasno, če ne moreš priznati niti enkratnega vstajenja mrtvih, je še težje priznati večkratno. No, ljudje so čudno nedosledni iz popolne nevernosti prehajajo v praznoverstvo.

Je že tako: star človek postaja jasnoviden. Je videc. Se vede, kakor bi Nevidnega gledal. Skozi zastor telesnosti vidi nevidni duhovni svet, skozi zemeljsko življenje vidi že odsvit večnega življenja.

Ni čudno, da veljajo pri vseh ljudstvih starci za vidce. Pri Rusih je starec že kar nekakšen poklic, nanj se obračajo v življenjskih krizah, zagatah, dvomih.

Pri Izraelcih je bil starec tudi že prerok: videc prihodnjih dni. Starost je tudi sredi med nami še zmeraj obdarjena s preroško jasnovidnostjo prihodnosti.

Premalo smo pozorni na vse to. Niso halucinacije, so res prava razsvetljenja, ko starčki zazro pred seboj svojo smrt. V tem posekajo zdravnike, ki se bolj spoznajo na življenje, manj na smrt.

Vsaj tri zgovorne zglede vam navedem, saj sem jim bil sam priča:

Pri nas doma je bil mož, ki je stalno trdil, da bo umrl na dan, ko bo umrl papež.



Mož ni vedel, da je papež bolan, toda umrl je res isti dan, 8. oktobra 1958, kakor papež Pij XII. Vsa okolica se je zamislila: ta pa je res umrl, kakor je bil napovedal... Tudi moja mati je začudeno gledala in se vpričo mene sklicevala na njegove izjave, ki sem jih tudi sam ponovno slišal.

Pri nas je bil tudi očanec, star 95 let. Sklical je k sebi sinove in hčere, da bi se poslovil. Takole je rekel: »Nocoj bom za vselej zatisnil oči.« Sinu Jožefu je napovedal še 15 let. Res se je vse tako zgodilo – na spoštljivo začudenje njegove okolice.

In še zgled župnika, pisatelja Frana Saleškega Finžgarja. K njemu je ob nedeljah redno zahajala njegova družba, tudi sam sem sodil vanjo. Ko je bil Finžgar v 92. letu, je neke nedelje rekel zbranim prijateljem: »Tako, danes zadnjikrat, prihodnjo nedeljo ne več.« In res: prihodnjo nedeljo je bil že na mrtvaškem odru. Kako je to vedel,

saj ni bil nič posebno bolan, ves čas pokonci, seveda tudi o samomoru ni niti misliti.

Za konec navežem še misel na uvodno prisposodbo o štirih letnih časih. Glejte, vsa rastlinska narava pozimi otrpne in zamre v zimskem spanju, toda na pomlad zopet oživi iz istih korenin v novo življenje.

In človek – najviše razvito živo bitje, z osebno zavestjo, ki edini zre smrti v oči, edini z neuničljivo željo po večnem življenju – naj bi ne imel dvojnega življenja, ze-

meljskega in nebeškega?

Milan Vidmar, šahovski mojster, veliki elektrotehnik in mislec, navaja še prisposodbo iz živalstva. Gosenica – buba – metulj, zemeljsko življenje – smrt – nebeško življenje.

Da! Starec je videc in prerok; vidi v prihodnost, ki je drugim prikrita. Starost je poduhovljena in poveljučana in vsa obrnjena v neminljivo prihodnost, vsa obdarjena z modrostjo, ki ni od tega sveta!

Opomba:

To je zadnje Trstenjakovo večje javno predavanje; imel ga je ob slovesni promociji prve lokalne mreže medgeneracijskih skupin za kakovostno starost v Ajdovščini 12. decembra 1995.

10 LET SKUPIN STARIH ZA SAMOPOMOČ V SLOVENIJI

*Častni gostje, med njimi
strokovni vodja mednaro-
dne organizacije Ce.I.S.,
Juan Corelli iz Rima*



Praznovanje 10-letnice v Portorožu, 26. maja 1997

Mag. Tone Kladnik

Skupine starih za samopomoč – od skromnih začetkov do evropskega projekta



*To, kar vemo o starosti, je kapljica vode,
to, česar ne vemo, je morje.*

Stiv Carsten

Slovenija ni z vidika demografske strukture prebivalstva nikakršna izjema med evropskimi državami, saj se Slovenci s 13% prebivalcev, starih nad 65 let, uvrščamo med zelo stare narode. Sredi osemdesetih let, ko so se rojevale prve zamisli o skupinah starih za samopomoč, te številke še niso bile tako krute, saj se je delež ljudi, starih nad 65 let, gibal okrog 10%.

Začetek dela s skupinami starih za samopomoč je bil tedaj skoraj naključje, saj je bil stranski produkt usposabljanja nekaterih socialnih delavcev za delo z ljudmi v stiski pri Društvu terapevtov Slovenije. Za prakso skupinskega dela je bilo najlažje ustanoviti skupino tam, kjer živi veliko ljudi s podobnimi stiskami in težavami. Taka možnost je bil tedaj, v marcu leta 1987, dom za stare ljudi v Izoli. Nekateri smo tam ustanovili skupine, ki naj bi stanovalcem

pomagale reševati problem osamljenosti, socialne izolacije in brezciljnega vegetiranja v zavodski ustanovi. Vabilu za sodelovanje so se z veseljem odzvali, čeprav je bila fluktuacija po prvih srečanjih precejšnja, in sicer predvsem zaradi pozabljenosti in neinicijativnosti starih ljudi, nestrpnosti drug do drugega, otopelosti in tope vdanosti v usodo. Od srečanja do srečanja pa je bil odziv stanovalcev boljši. Zelo različno so se odzivale institucije, iz katerih smo prihajali voditelji skupin, in prav tako tudi domovi, v katere smo vnašali novo vsebino. Začetnim skupinam na slovenski obali so se kmalu pridružili kolegi iz Ilirske Bistrice, kjer so leta 1989 ustanovili prvo skupino za samopomoč v domačem, vaškem okolju, iz Postojne, Preddvora pri Kranju, Žalca (z domom na Polzeli), Sežane, Velenja, Nove Gorice (z domom v Gradišču) in Vrhnike.

Mentorstvo in supervizijo dela s skupinami starih je prevzel dr. Jože Ramovš in že na našem prvem srečanju (4. novembra 1987) v Kopru, smo ugotavljali pomembne zakonitosti in smeri za delovanje skupin. Ena od pomembnih ugotovitev je bila, da se moramo voditelji skupin srečevati vsaj enkrat mesečno zaradi načrtovanja dela in izmenjave izkušenj. Pretresljivo je bilo tudi spoznanje, da je za večino starih v domu, ki sodelujejo v skupinah, tedensko srečevanje edini stik z zunanjim svetom; vsi voditelji smo v začetku prihajali v dom od zunaj. Težave, ki so se ob uvajanju in razvijanju dela pojavljale, smo voditelji sprejeli kot

koristen izziv, saj so nas dodatno motivirale za boljšo kakovost dela skupin. Pokazalo se je namreč, da so spori v odnosih med najtežjimi nalogami, toda najbolj ustvarjalna priložnost.

Dr. Ramovš je jeseni leta 1988 na Inštitutu za socialno medicino in socialno varstvo pripravil akcijsko–raziskovalni projekt Skupine starih za samopomoč, ki je potekal od leta 1989 do 1991. Imel je naslednje cilje:

1. Izdelati teoretične temelje in metodologijo za delovanje skupin starih za samopomoč v domovih za stare.
2. Izdelati metodologijo za delovanje skupin v domačem okolju.
3. Preizkusiti delovanje skupin starih za samopomoč v praksi in uspehe kritično ovrednotiti.
4. Izdelati model za zbiranje in usposabljanje prostovoljnih sodelavcev za vodenje teh skupin.
5. Izdelati modele dela in jih strniti v priročnik, ki bo omogočil splošno uvajanje skupin starih za samopomoč.

Po končanem projektu je v začetku leta 1992 delovalo 50 skupin starih za samopomoč, v katere je bilo vključenih nad 500 ljudi. Jeseni tega leta je izšel metodični priročnik na 359 straneh, Skupine starih za samopomoč, ki smo ga napisali Jože Ramovš, Tone Kladnik, Branka Knific in sodelavci, ki so vodili skupine v devetih različnih krajih po Sloveniji.

Da bi se delo ustrezno razvijalo, smo voditelji skupin starih za samopomoč 23. junija 1992 ustanovili krovno strokovno združenje za doseganje ciljev tega projekta, Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko. Skrb za projekt skupin starih za samopomoč sta od začetka družno prevzela novoustanovljeno Združenje in Inštitut Antona Trstenjaka: Združenje skrbi



Najmlajši in najstarejša člana medgeneracijske skupine I. 1988

za organizacijo in delovanje skupin na terenu, Inštitut pa za znanstveno, strokovno in izobraževalno plat projekta.

Voditelji skupin smo se v začetku redno srečevali v strokovnih skupinah, sedaj pa smo organizirani že v 25 pokrajinskih sekcijah. Prav to organizirano srečevanje z medsebojno izmenjavo izkušenj o delu ter o reševanju težav in dilem je omogočilo tako hiter in odmeven razvoj skupin starih za samopomoč v Sloveniji.

Združenje si je naložilo pomembne naloge:

- skrb za razvijanje doktrine in metodike socialne gerontologije in gerontagogike,
- medsebojno izmenjavo izkušenj in spoznanj pri socialnem delu s starimi ljudmi,
- razvijanje in širjenje skupin starih za samopomoč.

Jože Ramovš, predstojnik Inštituta Antona Trstenjaka, je izdelal vsako leto evalvacijsko študijo, ki je sproti prikazovala napredek in razvoj pri našem delu.

Leto 1993:

- Skupine so delovale v 35 slovenskih krajih.
- Delovalo je skupno 112 skupin, od tega 95 osnovnih in 17 posebnih.
- V domovih za stare je bilo 79 skupin, v domačem okolju pa 33.
- Vanje je bil vključen 1501 starostnik.
- Skupine je vodilo 138 voditeljev.

Leto 1994:

V 63 različnih krajih sta delovali 202 skupini, v katere je bilo vključenih preko 2600 ljudi. Približno dve tretjini jih je delovalo v institucijah, ena tretjina pa v domačem okolju. Vodilo jih je nad 200 voditeljev – od tega jih je imelo 122 uspešno zaključeno enoletno usposabljanje.

Leto 1995:

V slovenskem prostoru je bilo že 265 skupin, v njih pa preko 4000 ljudi. Posebna pridobitev tega leta je prva lokalna mreža skupin starih za samopomoč v Vipavski dolini, kar pomeni, da ima vsaka večja vas svojo skupino. Na tem območju smo skoraj dosegli sicer daljnoročni cilj, da ima vsak deseti prebivalec, star nad 65 let, možnost vključitve v skupino za samopomoč, v domu za stare pa vsak tretji stanovalec. Tam, kjer so ti cilji doseženi, se kažejo še večje potrebe po skupinah, toda zastavljena gostota ostaja naš cilj tudi v prihodnje. To pomeni, da bi že danes potrebovali v Sloveniji nad 2500 skupin, čez 20 let pa zaradi povečanega števila starih ljudi preko 4000.

Leta 1995 smo v Inštitutu Antona Trstenjaka začeli tudi z usposabljanjem za or-

ganizatorje mreže skupin starih za samopomoč. Prvi generaciji, ki je uspešno končala dvoletno usposabljanje, se je pridružila druga, potrebe po novih organizatorjih za krajevne in domske mreže skupin starih za samopomoč pa so med najbolj perečimi problemi v Združenju.

Razvoj projekta se nezadržno širi. Trenutno deluje v Sloveniji v preko 100 različnih krajih nad 320 skupin, v katere je vključenih preko 4500 starih ljudi. Skupine vodi več kot 300 usposobljenih voditeljev. Bodoči voditelji se trenutno usposabljaajo v Beltincih (okrog 30), v Novem mestu (okrog 40), v Domu upokojencev Danice Vogrinc v Mariboru, ki so jim pridružili tudi iz Poljčan (nad 20) in v Cerknici (nad 30), kamor se je pridružilo tudi nekaj bodočih voditeljic in voditeljev z Obale.

Projekt je v letu 1996 dobil dodatno spodbudo in priznanje, ko je bil sprejet kot projekt Evropske skupnosti v okviru programa Phare-Lien, ki je namenjen razvoju nevladnih organizacij. Problem starosti in staranja je še posebej pereč v državah Zahodne Evrope, ki je pokazala velik interes za naša spoznanja in izkušnje ter za izdelano metodologijo socialnih pogojev za zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb starih ljudi v današnjih razmerah. Rezultat tega dvoletnega projekta, ki traja od začetka leta 1997, bo tudi nov priročnik, ki bo predstavljen še v nekaterih evropskih jezikih.

Doseženi uspehi pri delu s starimi, zadovoljstvo uporabnikov in voditeljev, afirmacija stroke socialnega dela in ne nazadnje uveljavitev v evropskem prostoru pričajo, da je projekt skupin starih za samopomoč pravi odgovor na žive potrebe. V desetih letih je postal največji in najuspešnejši projekt na področju zadovoljevanja nematerialnih socialnih potreb v slovenski socialni. ■

Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije ter
Inštitut Antona Trstenjaka

VABITA

na praznovanje 10. obletnice skupin starih za samopomoč, ki bo v
ponedeljek, dne 26. 5. 1997 ob 9.30 uri v Avditoriju v Portorožu.

DNEVNI RED:

- I. V praznično dogajanje nas bosta vpeljala glasbenika Jožica Kališnik in Miha Dovžan z venčkom narodnih.
- II. Pozdrav gostitelja: mag. Tone Kladnik, predsednik Združenja za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije.
- III. Pozdrav častnega gosta: prof. dr. Mario Pollo iz Fakultete statističnih, demografskih in aktualnih znanosti v Rimu, sodelavec v našem projektu v okviru EU "Projekt človek za stare ljudi".
- IV. Uvodne besede pokroviteljev:
 - predstavnik Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve,
 - ga. Irena Fister, podžupanja,
 - predstavnik Občine Piran.
- V. Praznični govor: "SMISELNA STAROST", doc. dr. Jože Ramovš, predstojnik Inštituta Antona Trstenjaka.

ODMOR

- VI. Okrogla miza: "NAŠIH DESET LET".
Sodelujejo: Ljuba Ivanov, dipl. socialna delavka, Zmaga Prošt, dipl. psihologinja, Danica Matjanec, dipl. socialna delavka, doc. dr. Jože Ramovš in mag. Tone Kladnik.
Moderator: Branka Knific.
 - VII. Slavnostna podelitev diplom IV. generaciji usposabljanja voditeljev skupin starih za samopomoč in I. generaciji usposabljanja organizatorjev mreže.
 - VIII. Nekaj lepih melodij za zaključek ...
- Veselimo se srečanja z Vami!

mag. Tone Kladnik
doc. dr. Jože Ramovš

POKROVITELJI:

- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve Republike Slovenije
- Mestna občina Koper
- Občina Piran

Jože Ramovš

Smisel starosti

*Slavnostni govor na osrednjem praznovanju 10-letnice
skupin starih za samopomoč v Sloveniji.*

Portorož, 26. maja 1997

*»O, kako lepo in prijetno je,
ko so domači skupaj!«*

Ta vrstica iz dva in pol tisoč let stare pesmi mi je prišla na misel ob našem današnjem praznovanju 10. obletnice skupin starih za samopomoč in začetka sistematizne gerontagike v Sloveniji.

*»O, kako lepo in prijetno je,
ko so domači skupaj!«*

Skupaj smo, dragi prijatelji iz skupin starih z vseh koncev Slovenije: od Obale do Prekmurja, od Bele Krajine do izvira Save pod Triglavom, od Posočja do Koroškega ... Skupaj smo, drage kolegice – voditeljice skupin. Skupaj smo z vami, dragi gostje: prišli ste na praznovanje našega jubileja, ker se skupaj z nami zavedate nalog, ki jih ne smemo zanemariti, da bi bilo življenje na stara leta smiselno danes in jutri.

Lepo nam je, saj ta praznična prireditev odseva vzdušje rednega tedenskega druženja več kakor 4.000 ljudi v 300 skupinah starih za samopomoč, v skupinah mladih za zdravo življenje in lepe medčloveške odnose, v medgeneracijskih skupinah, odraža vzdušje mesečnega srečevanja voditeljic v intervizijskih skupinah. To pa je vzdušje sproščenosti, vedrine in domačnosti, to je duh prostovoljskega služenja ene generacije drugi, to je duh iskanja smiselnega življenja

v starosti, priprave srednje generacije na lepo starost.

Pred desetimi leti smo začeli ustanavljati skupine starih, ker je mnogo ljudi na stara leta zelo osamljenih. Hitro smo opazili, da niso samo osamljeni, temveč doživljajo tudi bivanjsko praznoto, eksistencialni vakuum brezciljnosti in nesmisla. V teh desetih letih dela in čudovitega razvoja projekta skupin starih za samopomoč se je pokazalo, da so te skupine dobro zdravilo proti osamljenosti na stara leta. Ko se v njih družimo in postajamo domači, se nam odkrivajo skrivnosti o tem, kakšna je smiselna starost in katere so specifične življenjske naloge na stara leta; oblikujejo se nam modeli, kako se pripraviti na starost in na veliko število starih ljudi v prihodnje.

Naše skupine so kraj človeškega srečanja. V njih se srečujejo stari ljudje, se spoznavajo in med seboj spoprijateljujejo. V njih se srečujejo mladi, da bi si bili med seboj dobra družba. V njih se srečujemo voditelji srednje generacije s starimi in mladimi, da bi vse tri generacije znova povezali v eno celoto človeške skupnosti. Z medgeneracijskimi srečanji začnemo premoščati enega najusodnejših prepadov naše civilizacije, ki ločuje stare ljudi v osamo, stran od mladih, in mlade v osamo stran od srednje in stare generacije, srednjo generacijo pa spet v osamo vsakdanje naglice in pehanja stran od pristnega sodoživljanja s

svojimi otroki in svojimi ostarelimi starši.

Lepo je, ker se v naših skupinah srečujejo generacije.

Ko se generacije med seboj srečujejo, druga drugo bogatijo. Mladi obogatijo stare s svojo prešerno razposajenostjo, z mladostnim pogledom, uprtim v prihodnost... In starost starih na mah ni več samotna, pusta in brezcilja. Stari obogatijo mlade s svojimi življenjskimi izkušnjami, s svojim mirom, s svojim zgledom pokončnega prenašanja starostnih bremen, pa tudi s svojim ponosom nad vsem, kar so v življenju doživeli in naredili ... In mladost mladih na mah ni več lahkomiselna, brezvezna in nemogoča. Ob živem osebnem stiku z mladimi in starimi v skupinah se prav tako obogati srednja generacija: njeno pehanje v živčnem metežu vsakdanjega npora dobi širši smisel, ki zaobjema človeško življenje od spočetja do smrti.

Največja vrednost srečevanja generacij v skupinah je priprava mlade in srednje generacije na starost. Kdaj naj se človek pripravi na svojo starost? V starosti je gotovo prepozno. Pravi čas za pripravo na smiselno življenje v starosti so srednja leta življenja. Ko v naših skupinah človek srednjih let doživlja ob sebi živ zgled enostavnega, vedrega in sproščenega življenja starih, vidi, kako je smiselna tudi jesen človeškega življenja. In ko to doživi, ne beži več pred starimi ljudmi, jih več ne odriva na rob družbe, ne boji se več svoje starosti.

V naših skupinah starih se preprosto človeško srečujemo. Človeško srečanje pa je – to pove že beseda sama – sreča. Kako to, da je sreča doma v srečanju?

Človeško srečanje je dotik dveh človeških bitij iz obraza v obraz, iz oči v oči. Vsak od njiju ima svojo specifično človeško izkušnjo, vsak je drugačen, vsak enkrat in neponovljiv človek. V srečanju spre-

jemamo drugega takšnega, kakršen je. V srečanju da vsakdo na pladenj pred druge svoje bogastvo: svoje misli, svoja čustva, svoj čas, svoje človeške izkušnje, svoje dvome in nemoči ... brez skoposti in preračunljivega namena, nevsiljivo, toda radodarno. V srečanju človeške skupine vsakdo sprejema od bogastva drugih, kar potrebuje, in daje drugim, kar ima.

Ob človeškem srečanju iz oči v oči, iz obraza v obraz govori golo človeško obličje najglobljo etično zapoved: »Nezaščiten sem, ranljiv. Lahko me raniš: z besedo, s pogledom, z udarcem, s prezirom, z brezbriznostjo ... Toda: ne smeš me raniti! Zaščiti moj človeški obraz ti! Kajti sam si ga ne morem, če hočem videti svojo pot pred seboj.« Tako razvija misel o bogastvu in sreči medčloveškega srečanja sodobni filozof medčloveških odnosov Emmanuel Lévinas. In prav ima. V skupinah starih in v skupinah mladih doživljamo, kako resnično je spoznanje, da je človeška sreča doma v pravem srečanju ljudi.

Ali ni naš goriški slavček Simon Gregorčič zapel istega spoznanja:

*»Gorje mu, ki v nesreči biva sam,
a srečen ni, kdor srečo uživa sam!«*

In Ivan Cankar je prekrasno opisal, kaj spozna človek, ko sam sebi pogleda v dno srca; Cankar o njem pravi:

»On ve, da so si v tistih tihih globlinah vsi ljudje bratje, kakor nikjer drugje, tudi v cerkvi ne. On ve, da bi se kakor od pepela zgrajene sesule stene med njimi, če bi se kdaj le za hip spogledali iz dna.«

Pri druženju ljudi v naših skupinah se ta Cankarjeva želja pogosto uresničuje: stari, mladim in voditeljem skupin, ki smo v



srednjih letih – stene med nami se sesujejo.

Kako malo je treba, da smo ljudje srečni v medsebojnem srečanju! V skupinah starih za samopomoč zadostujeta le dve uri na teden, da v dobrem letu postane druženje pravo prijateljevanje – skupina postane prijateljska družina. Naše skupine ne nosijo zaman naziva nekrvne družine.

V skupini starih nihče ni osamljen. Nihče ne doživlja svoje starosti brezciljno in prazno. Ko se star človek v skupini srečuje z vrstniki, s srednjo in z mlado generacijo, odkriva smisel starosti: smisel v pravem gledanju nazaj na prehojeno življenje, na sedanjí trenutek in v pogledu na prihodnost.

Pogled starega človeka na prehojeno življenjsko pot postane veder. Ponosen je ob uspehih svojega življenja. Frankl pravi: »Kakor se pogorje meri po najvišjih vrhovih, tako se človeško življenje meri po najplemenitejših dejanjih in po največjih dosežkih.« Seveda je v starosti treba zapolniti tudi prepade svojih zmot in krivde iz preteklosti, da ne ovirajo pogleda na vrhove! Star človek ob vedrem pogledu nazaj v življenje doživlja, da je vse, kar je v življenju storil dobrega in plemenitega, varno

shranjeno v kašči zgodovine. Nihče na primer ne more nikdar izničiti dejstva, da me je moja mati ljubila in vzgajala – to je njena dokončna in neuničljiva zasluga.

Smiselno sedanjost odkriva star človek v enostavnem življenju, saj ima večinoma preskrbljeno osnovno materialno varnost; nima več velikih investicij, kakor so v srednjih letih z mlado družino.

Bistvena sestavina smiselne starosti je tudi sproščen pogled naprej: radost nad vsakim novim dnem, mirna pripravljenost na zdravstvene in druge tegobe, ki jih prinašajo leta, zaupljiv pogled na konec bogate življenjske poti.

O sproščenem pogledu na smrt je iz svoje vizionarske globine spregovoril na našem zadnjem srečanju, decembra 1995 v Ajdovščini, prof. dr. Anton Trstenjak. Njegov slavnostni govor je imel naslov »Štirje letni časi življenja« in večino časa se je zaustavil pri bogastvu jeseni človeškega življenja na stara leta in pri vprašanju zimskega spanja po njih. Smrt je namreč enako kot rojstvo del življenja, in vendar je danes tabu, o katerem se ne govori; enako, kakor je bil pred tem tabu začetek življenja in se o njem ni smelo javno govoriti. Tako je ugotavljal antropolog Trstenjak. Sam je bil tedaj v 90. letu življenja. Malo prej je napisal knjigo *Umrješ, da živiš*. Skupaj s pomembnimi spoznanji nam je dajal človeški zgled smiselnega življenja na stara leta; prav do zadnjega diha, ko je lani mirno in z upanjem sklenil svoje življenje.

Rad bi poudaril še en razlog, da nam je lepo in prijetno. Tudi ta razlog je srečanje. V projektu skupin starih za samopomoč in skupin mladih za zdravo življenje se srečuje država s svojimi javnimi ustanovami in civilna družba s svojo prostovoljsko spon-

tanostjo. Tudi to srečanje je plodno: država in njene ustanove imajo denar, moč in javno odgovornost za zadovoljevanje skupnih potreb prebivalstva – tudi nematerialnih, prostovoljska civilna družba pa ima pobude za reševanje človeških stisk iz prvine globalne socialnih imunskih vzgibov.

Država in njene institucije so neosebne. So sistem, ki po predpisih skrbi za materialne potrebe ljudi, ne pa za nematerialne in za človeško srečevanje; že Kardelj je ugotovil, da sreče človeku ne more dati nobena partija, država ali institucija. Toda v javnih državnih institucijah delajo ljudje: veliko dobrih, človeško čutečih in zmožnih ljudi, ki z veseljem poleg svoje službene obveze prostovoljsko žrtvujejo dve uri tedensko za čiste medčloveške odnose. Pri tem ugotavljajo sami, da je to odlična oblika poklicne higiene, saj tako doživijo globlji smisel svojega službenega dela s starimi ljudmi. Dve tretjini voditeljic in voditeljev skupin starih in skupin mladih je uslužbenk in uslužbencev v javnih zavodih: v domovih za stare in centrih za socialno delo. Hvala vam, voditeljice in voditelji izmed profesionalcev v socialni: vaše delo zagotavlja humanost in razvoj socialne stroke.

V prihodnje bodo nove stotine voditeljic in voditeljev skupin starih prihajale v glavnem iz različnih poklicev izven sociale. Že danes je takih blizu sto; ajdovsko-vipavska in koroška mreža skupin starih sta najgostejši v Sloveniji in voditeljice v njih ste povečini neprofesionalne prostovoljke. Vaša izkušnja je pokazala, da je dovolj plemenitih in zmožnih ljudi srednjih let, ki se želijo usposobiti za vodenje skupin starih. Hvala vam, voditeljice iz neprofesionalnih vrst sociale, za živ dokaz imunske moči človeške narave pri reševanju sleherne socialne zagate! Profesionalci se ob vašem uspešnem vodenju skupin učimo prosto-

voljstva in se ob vas navdušujemo za delo.

Skupine starih lahko delujejo v javni instituciji, domu za stare ali centru za socialno delo le, če ima direktor čut za nematerialne potrebe ljudi; čut za storitve, ki jih ni mogoče opredeliti z normativi in standardi, katerih zadovoljevanja tudi ni mogoče plačati, saj se srečanje ljudi in sreča ne moreta kupovati in ne prodajati.

Veliko je direktoric in direktorjev domov in centrov, ki imajo veliko človeško srce. V njihovih institucijah so se v preteklih desetih letih razrasle skupine starih za samopomoč v največji projekt za zadovoljevanje nematerialnih potreb ljudi v slovenski socialni. Tudi politično vodstvo je ponekod uvidelo, da se splača investirati v razvoj projekta, ki pripravlja sedanjo srednjo generacijo na starost, družbo pa na samopomoč pri zadovoljevanju potreb starih ljudi jutri. Tem odgovornim ljudem bomo na stara leta hvaležni za mrežo skupin starih v Sloveniji, kakor je današnja stara generacija hvaležna modrim politikom v preteklosti, da so organizirali zidavo lepih domov za stare ter sistem ugodnega pokojninskega varstva.

Naloga sedanje generacije pa ostaja, da si pripravi mrežo za zadovoljevanje nematerialnih potreb po človeških odnosih in po smiselni starosti. Za našo srednjo generacijo velja glede starosti slovenski pregovor: Kakor si bomo postlali, tako bomo ležali! Hvala torej vam, direktorji ter vodsta domov in centrov, ki imate široko človeško srce tudi za nematerialne potrebe starih ljudi; hvala vam, politiki z modrim pogledom v rešitve jutrišnjih problemov! (V tem prazničnem trenutku pozabimo na tiste, od katerih bi pričakovali, da bodo podobni vam.) Vaše ravnanje obeta, da starost čez desetletje ali dve pri nas ne bo postala bolj osamljena in brezciljna, čeprav nas bo tedaj sko-

raj dvakrat toliko starih kakor jih je danes. Inštitut Antona Trstenjaka in Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko – nevladni in neprofitni organizaciji, – ki se z vami srečujeta pri projektu skupin starih za samopomoč, bosta tudi v prihodnje vaša

sodelavca pri skupni skrbi za smiselno starost.

In za to nam gre: da bi mlada, zrela srednja in stara leta človeškega življenja preživljali bogato in smiselno! ■

Po desetih letih medgeneracijskega dela za kakovostno starost

Osebni utrinki začetnikov projekta

Mag. Tone Kladnik, Koper:

Kar težko je verjeti, da je za menoj že desetletje druženja s starimi ljudmi. To je najuspešnejše desetletje v mojem osebnem in poklicnem življenju.

Začetek dela ni vlival optimizma, saj se je zdelo, da se je ves svet, razen starih, zarotil proti nam. V druženje s starimi ljudmi sem šel precej negotov, s premalo znanja in izkušenj, toda z veliko željo, da z drugačnim delom spremenim svojo poklicno pot in da naredim v poklicu kaj koristnega. Pri delu sem se zavestno trudil biti neveden, saj sem le tako lahko vsrkaval številna nova spoznanja, ki so me bogatila in mi vedno znova dokazovala, da sem na pravi poti. Vsako srečanje s starimi ljudmi ob konstantnem nerazumevanju in oviranju delovnega okolja, kjer sem bil redno zaposlen, ter zavest, da je treba pri tem smiselnem delu vztrajati za vsako ceno, vse to je pretresalo temelje mojega življenja in mislim, da me je prekalilo v borca, v povsem drugačnega človeka, kakor sem bil pred desetiimi leti.



Nekoč sem prijatelja Jožeta Ramovša vprašal: »Jože, pa saj je to delo v skupinah dobro in ti, ki poznaš Sveto pismo, ali ni tam rečeno, da se dobro z dobrim vrača, hudo pa s hudim. Meni se dozdeva, da pri našem delu to ne drži.« Nasmehnil se je in rekel: »Prav gotovo se nam bo to z obrestmi vrnilo. Le nestrpni ne smemo biti.« Če se z distance ozrem nazaj, se njegove in svetopisemske besede zelo potrjujejo.

Predvsem moram poudariti, da sem v tem času svojega življenja osebno in poklicno najintenzivneje zorel. Pri izobrazbi sem dosegel stopnjo, ki o njej prej niti sanjati nisem upal. Ob drugem delu sem za-

čel z zahtevnim terapevtskim delom z alkoholiki in drugimi ljudmi v stiski. Trenutno je v programu 35 odraslih, ki v zahtevnem programu rešujejo svoje zaplete, povezane z alkoholizmom, doslej pa je svojo zasvojenost v našem programu rešilo že preko 60 alkoholikov in njihovih svojcev. Ob projektu skupin starih za samopomoč ter urejanju alkoholikov in njihovih družin že osem let deluje skupina mladih za zdravo življenje in dobre medčloveške odnose, kjer mladi dobijo nekaj tistega, za kar so bili prikrajšani v svojih pohabljenih družinah.

Ob vseh delovnih obremenitvah sem poln poleta in energije, tako da čutim največje veselje v tem delu, v rasti ljudi, s katerimi sem v rednih stikih. Ne morem si več predstavljati poklicnega življenja, ki sem ga doživljal pred desetletjem, ko sem hodil v službo, nezadovoljen z delom in zaslužkom. Velikokrat sem si postavljajl vprašanje, ali bo na tak način mogoče dočakati leta za upokojitev.

Nova izkušnja me je pripeljala do spoznanja, da socialno delo ni in ne sme biti golo uradovanje in ukvarjanje s papirji, temveč je to človeški odnos z ljudmi – ali pa socialno delo sploh ni. Bistvo socialnega dela je gradnja mostov, povezovanje ljudi, druženje, proces, ki vzpostavlja in posreduje povezave med pomoči potrebnimi in pomoči zmožnimi. Ob druženju s starimi ljudmi in tudi z drugimi ljudmi v projektih, ki jih vodim, sem se učinkovito zavaroval proti poklicni izgorelosti – tako značilni za kolege, ki jim je zaposlitev v socialni mašitev lukenj ali odmetavanje vode v potapljačem se zadnjem vagonu družbe.

Ena od velikih pridobitev druženja s starimi ljudmi je tudi to, da se že sedaj intenzivno pripravljam na lastno starost. Dobro se zavedam, da je sedaj pravi čas, da z majhnimi koraki spreminjamo odnos do

starosti in starih ljudi. Spremembe v družbi se namreč ne dogajajo čez noč, lahko so le posledica vztrajnega dela velikega števila delu predanih ljudi, desetletje in več.

Ko se ozrem nazaj, na desetletno druženje s starimi ljudmi, sem na doseženo ponosen. Vesel sem, da sem eden od začetnikov tega dela.

S projektom skupin starih za samopomoč je veliko pridobila na ugledu tudi stroka socialnega dela. Naše delo je postalo svetilnik in izziv kolegom, da je z ljudmi v stiski možno in potrebno delati tudi drugače – ne le s pozicije diplomiranega strokovnjaka, pač pa tudi s pozicije enakega med enakimi, spoštljivega sina oziroma hčerke ali poslušnega učenca.

Skupine starih, dom upokojencev, terapevtska skupina, skupina mladih, intervizijska skupina, skupina organizatorjev mreže, društvo terapevtov Slovenije – to so mesta, ki mi ohranjajo strokovno prožnost in kjer se oblikujem ter brusim. Hvaležen sem za vse negativne in pozitivne povratne informacije; še posebej za negativne, ki me za razliko od pozitivnih ne uspavajo, pač pa spodbujajo k večji zavzetosti in vztrajnosti. Vse te skupine so moje referenčne skupine, kjer spoznavam, da se človek spreminja in razvija vse življenje. V njih se vedno znova potrjuje življenjska resnica, da smo učenci vsi enako.

Dobro se res z dobrim vrača.

Branka Knific, Koper:

Dvanajsto leto že teče, odkar se intenzivno družim z ljudmi v poznih letih, in reči moram, da me je prav to sodelovanje najbolj »zaznamovalo« – oblikovalo.



Ko se v spominu vrnem v prva leta sodelovanja z Rozalijo, Miro, Brankom, Marijo, Dragico, Francem, Emilom in mnogimi drugimi, čutim predvsem globoko spoštovanje in tremo. Zanimivo, toda res sem imela veliko tremo. Naj začnem z njo.

Ni bila trema pred stikom z ljudmi, s katerimi si še nismo blizu, niti ni šlo za tremo pred delom. Ne. Moja trema je bila skrb, ki je izhajala iz notranjega občutka, da moram v sebi poiskati tisti del sebe, ki je potreben razvoja, pri katerem mi bodo vsi navzoči pomagali, da z njimi rastem. Čutila sem, da jim moram priznati, da sem šibka, in jim pokazati, kaj pričakujem, da bom ob njih pridobila.

Verjetno je bilo to spoznanje povezano z njihovimi prvimi izjavami, ki so bile take: »Kaj, za nas se boste trudili?!« »Saj za nas se ne spleča!« »Koliko dela vam naredimo!« »Kar pustite, ni me treba peljati v skupino, saj nimate časa!« In podobne.

Vsi ti ljudje so mi sporočali, da sicer želijo druženja in da bi radi sodelovali, obenem pa so njihove besede izražale občutke nesamozavesti, nesposobnosti, odrinjenosti, manjvrednosti ... Nagonsko sem začutila, da nas, sodelujoče, njihove izjave silijo v položaj, ki je njim najbolj poznan in vsakdanji: fiksiranost razmerja nadrejeni – podrejeni. Meni in sodelavkam je nalagal vlogo dobrih ljudi, ki se razdajamo, žrtvu-

jemo ... V začetku skupinskega druženja s starimi je bilo veliko pogovorov povezanih z gornjimi stavki v navednicah.

V tem položaju se nisem mogla počutiti dobro. Razmišljala sem o tem, katera je moja šibka točka, ki jo lahko mirno pokažem javno in brez prehude zadrege. Govoriti o svojih šibkih lastnostih je zame prav tako naporno kakor za vsakogar. Veliko lažje povem, kar sem presegla, v čem sem že zrasla. Ob pripovedovanju take izkušnje dobi začetni primanjkljaj vlogo pomembnega razloga – pomočnika za rast in razvoj.

V skupinah smo že od začetka tudi peli. In ob tem sem se soočila s svojo manjšo sposobnostjo, da bi lepo oblikovala svoj glas, da bi zvenel ubrano z drugimi. Nisem imela posluha. Slabemu posluhu pogosto botruje veliko veselje do petja in poznavanje mnogih besedil pesmi. Vse to pa nič ne pomaga, saj jih prizadeti ne upa zapeti.

Ni mi bilo lahko, toda ljudem sem jasno povedala, da jih prosim, naj me prenašajo, ko se bom ob njih učila peti. Nikoli ne bom pozabila, kako dobro se je zdelo Rozaliji, pa Emilu ... Vsi so hiteli zatrjevati, naj kar pojem, da se bom že naučila.

In tako smo v začetku zložili skupaj moje pomanjkanje posluha in z njim povezano zadrego v pevski družbi, njihovo osamljenost in občutke odvrženosti, Anino invalidnost po kapi in tako naprej. Kako je Emil – mlad invalid brez noge oživel in zrasel, ko je v sobo prvič vstopila naša Ana – štiridesetletna voditeljica skupine po možganski kapi!

Tako nisem prihajala pomagat drugim, temveč sem se prihajala učiti petja. Danes spontano pojem v vseh družbah, v neznanih še vedno bolj zadržano, med našimi pa tako, kakor mi trenutno velewa srce.

Seveda sem se naučila še mnogo, mnogo več, o čemer bom še pisala v prihodnje.

Dragica Rihter, Piran:

Nad deset let delam v skupinah starih za samopomoč v Domu upokojencev v Izo-li in nekaj let manj v skupinah v domačem okolju. Nimam občutka, da je minilo že toliko časa. Še najbolj me na to spominjajo slavnostna praznovanja obletnic dela v skupinah, ko obujamo prijetne spomine na nepozabne trenutke, ki smo jih preživeli skupaj ob pogovorih v skupini, na izletu, na taboru ... Obletnice pa so tudi priložnost, da se kritično ozrem nazaj po prehojeni poti in se vprašam: »Kaj mi pomeni delo in druženje s starimi ljudmi in s sodelavci v tem programu vsa ta leta? Zakaj to počnem in kako dolgo bom še počela?«



Pri tem ne morem mimo spoznanj, ki sem jih imela v prvih mesecih dela v domski skupini, ko sem bila sama zelo negotova in polna bojazni ob novi obliki dela. Spoznala sem, da se večina stanovalcev v množici svojih sovrstnikov počuti veliko bolj nesrečno in osamljeno, kakor prej, ko sem te ljudi obiskovala na njihovih domovih. O tem sem veliko razmišljala in v naslednjih letih iskala razloge za to dejstvo.

Leta druženja v skupinah in drugih oblikah neformalnega prijateljskega srečevanja z vrstniki in z voditelji skupin, so čudežno vplivala na vse udeležence. Vsi smo

postali bolj odprti, bolj samozavestni, prijetni ljudje, medsebojno smo se spoznali in postali prijatelji, znamo se veseliti in žalostiti, odvisno od življenjske situacije. Naši pogovori v skupinah potekajo na nivoju, ki se dotika duše in srca. Naučili smo se medsebojnega sprejemanja, ki nam omogoča, da se drug od drugega učimo. Res se učimo in bogatimo svoje življenje z novimi spoznanji in izkušnjami.

Za svoje poklicno delo, ki ga opravljam v centru za socialno delo na področju varstva odraslih in je večinoma usmerjeno v delo s starimi ljudmi, je medgeneracijsko druženje v skupinah »učna delavnica«, kjer se kontinuirano usposabljam za bolj kvalitetno delo z ljudmi v stiski. Iz neposrednih življenjskih izkušenj svojih prijateljev v skupini spoznavam vse značilnosti starostnega življenjskega obdobja, ki so po eni strani neprijetne, saj se pojavljajo v obliki bolezni, izgube partnerja, betežnosti, osamelosti ..., vendar pa imajo tudi prednosti, ki jih mladostna in srednja doba ne premoreta, na primer življenjske izkušnje, modrost, preudarnost, več svobode ...

Vem, da je pri nas veliko starih ljudi nezadovoljnih s položajem, ki jim ga daje družba v starosti. Ta položaj se bo še poslabšal zaradi hitrega porasta števila starih ljudi, na kar že dalj časa opozarjajo strokovnjaki, ki se s tem ukvarjajo. Spodbudno pri tem se mi zdi, da se je srednja generacija vendarle začela zavedati tega vprašanja in se tako pripravljati na lastno starost. Ti vzgibi so danes še dokaj šibki, dajejo pa pozitiven obet. Intenzivnejše ukvarjanje s svojimi starimi starši, sorodniki, prijatelji ali sosedi je ena od posledic tega premika v stališčih do starosti in staranja.

Zase lahko rečem, da mi je desetletje medgeneracijskega dela pomagalo rasti in zoreti. Prineslo mi je mnogo več zadovolj-

stva pri opravljanju poklicnega dela, kakor sem ga doživljala prej. Zdaj lahko ljudem ponudim veliko več pri reševanju njihove stiske. Večje poklicno zadovoljstvo in druge dobre izkušnje iz skupinskega dela se pozitivno odražajo tudi v mojem zasebnem življenju. Zato si bom pri svojem delu vedno prizadevala za vrednoto, ki je bila živa v vseh kulturah in narodih, to je zavest, da je življenjska modrost doma pri starih ljudeh.

Ana Jakič, Portorož:

Ko razmišljam o skupinah starih za samopomoč, me spomin ponese 10 let nazaj. Živo mi je v spominu, kako negotovo in s strahom sem prvič stopila v Dom upokojencev Izola. Delo v skupinah je že potekalo, saj so Tone, Branka in Dragica že vodili dve skupini. Takrat si nisem niti najmanj predstavljala, kako bo to delo vplivalo name in kakšne razsežnosti bo zavzelo po vsej Sloveniji.

Kaj mi delo pomeni danes?

Preprosto povedano, zelo zelo veliko. Resnično si ne znam predstavljati svojega življenja brez dela v skupinah. Ob tem se jasno zavedam, da sem največ pridobila jaz sama. Dobro vem, da bi me sicer invalidnost in posledična invalidska upokojitev potisnili na rob aktivnosti in bi verjetno zelo nekoristno preživljala svoj čas.

Šport, ki mi je nekoč veliko pomenil, mi danes ni več tako dosegljiv, kot bi si želela, saj so mi ostali le sprehodi in plavanje. S pomočjo dela v skupini pa sem postala aktivna pri Rdečem križu v Piranu, ki mi tudi veliko pomeni; aktivna sem v društvu invalidov Piran, hodim na izlete in se veliko družim z ljudmi, ki so mi blizu in jih imam rada.

Pogosto mi prihaja na misel moja pokojna teta Ivanka. Doletela naju je podobna usoda (kap), zato sem jo pogosto obiskovala in se z njo pogovarjala. Teta je bila zelo verna in je mnogo lažje prenašala svoje težave, saj je po smrti pričakovala nekaj lepega. No, ko sva se tako pogovarjali, mi je pogosto dejala: »Veš Anica, jaz sem prepričana, da boš ti ozdravela.« Pričakovala sem kar nekakšen čudež, kajti vedno sem si predstavljala fizično ozdravitev. Danes pa vem, da to sploh ni pomembno, da je pomembna notranja moč, samozavest in pozitivna podoba o sebi in prav to sem pridobila z delom v skupinah za samopomoč.

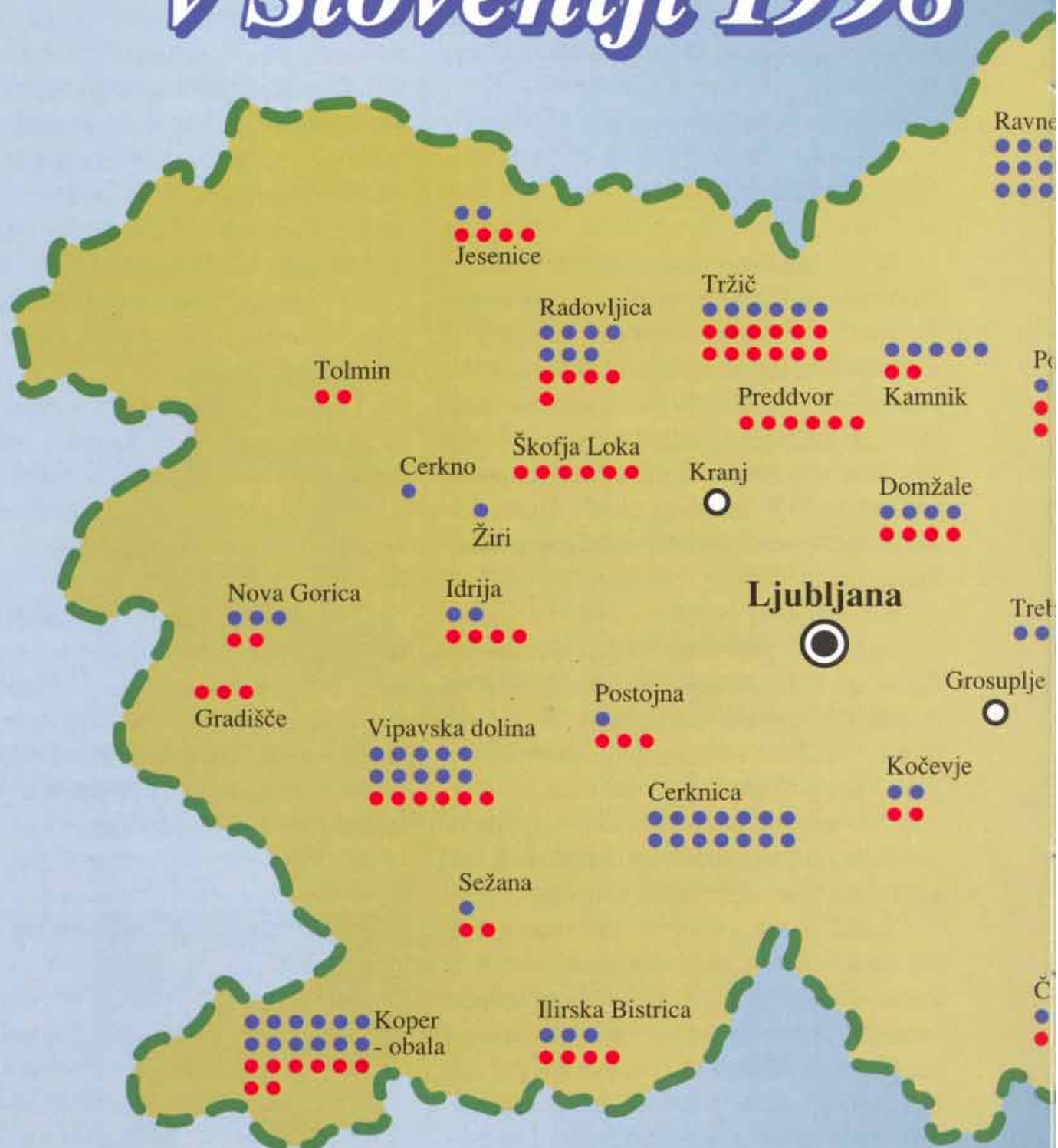
Zato vedno znova pravim Dragici, Tonetu in Branki: »Hvala vam, da ste me povabili k sodelovanju.«

Upam tudi, da s svojim delom nekaj prejetih darov vračam ljudem v naši skupini Oljka. Posredujem jim najboljše, kar zmorem in prepričana sem, da bom v skupinah sodelovala, dokler mi bo zdravje dopuščalo.

Povedala bi rada še tole misel. Po boleznih sem bila zelo občutljiva in žalost se mi je izražala tudi na obrazu. Danes pa mi marsikdo reče: »Veš Ana, taka si, kot si bila nekoč!« – in vem, da mi je moje delo v skupini povrnilo samozaupanje in vedrino. Enostavno se počutim srečna.



Skupine starih za v Sloveniji 1998



Samopomoč



Mimica Primc, Ilirska Bistrica:

V letošnjem letu bo poteklo deset let delovanja prve skupine starih za samopomoč v naši občini. Kako hitro je minil ta čas! Spominjam se prvih začetkov delovanja naših skupin. Z bivšo sodelavko Natašo Renko sva želeli delati malo drugače in naine ideje so potem, ko sva si ogledali skupine starih za samopomoč v izolskem domu, prešle v življenje. Imeli sva srečo, da so naju sodelavke podpirale in se delu pozneje tudi priključile tako, da na bistriškem delujejo vseskozi 3 skupine starih za samopomoč v domačem okolju in dve v Domu starejših občanov, poleg teh pa še ena molitvena in pevska skupina. Lahko bi rekla, da smo v našem malem Centru za socialno delo kar precej prispevali k razvoju medgeneracijskih skupin za samopomoč, saj kolegice vodijo še vrsto programov, namenjenih otrokom in mladostnikom. Seveda nas čaka na tem področju še veliko dela, predvsem pri pridobivanju prostovoljcev za nadaljnjo širitev skupin.

Ko včasih gledam fotografije z naših srečanj in izletov, z žalostjo ugotovim, da so se mnoge članice skupin že poslovile za vedno, hkrati pa mi je tudi prijetno ob misli, da so jim naša srečanja polepšala življenje na stara leta. Velikokrat razmišljam, kaj po-

menijo ta tedenska srečanja starostnikom, zlasti tistim v Domu starejših, ko se zbiramo po kosilu, v času, ki je primeren za počitek Zagotovo vem, da jim pomeni pomemben prispevek h kakovosti njihovega življenja. Še posebno so veseli skupnih srečanj in izletov, ki so zelo skromni, za mnoge pa edina priložnost za spoznavanje drugih krajev v naši majhni državi. Za nekatere so tako daleč, kakor je bilo za eno od stanovalk doma morje, ki ga je prvič v življenju videla ob srečanju skupin starih v Portorožu. Njeno veselje je bilo nepozabno.

Veliko je takih malih doživetij, ki so se zvrstila v teh letih in nas spodbujajo, da nadaljujemo z delom na tej poti.

Druga zelo pomembna stvar, ki jo doživljam, je spoznavanje novih voditeljev skupin, ki so se v teh letih pridružili našemu Združenju. Mislim, da sem začela delati s skupinami prav zaradi prve skupine voditeljev, ki se je oblikovala na obali. To skupino z dr. Jožetom Ramovšem na čelu, sem čutila kot družbo prijateljev, kjer smo se pogovarjali o mnogih strokovnih zadevah, pa tudi o čisto osebnih stvareh in doživetjih. Doživljala sem jo kot mesto, kjer lahko spregovorim o svojih dilemah, težavah in veselju, kjer lahko pričakujem pomoč in zaupanje. Njihova nesebična pomoč je prispevala, da so se skupine razširile po vsej Sloveniji, število voditeljev pa se vsak dan povečuje, tako da postaja naša družba čedalje bolj pestra in zanimiva. Porajajo se nove ideje in nova spoznanja, ki bogatijo naše delo.

V tem času sem izgubila tudi svoje starše. Po njuni smrti imam starejše ljudi še rajši in kadar sem z njimi, čutim, kot da sem spet otrok, ki ima starše. Rada jih poslušam in še bolj cenim njihovo notranje bogastvo, ki so ga skozi vsa ta leta nabirali ter dragocene izkušnje, ki jih sedaj lahko delijo z ostalimi.

Dr. Jože Ramovš, Ljubljana:

Spomin, ki koraka po stopinjah tako lepega, koristnega in uspešnega dela, kakor je naše desetletno oblikovanje medgeneracijskih skupin samopomoči za kakovostno starost, je lep spomin in njegovi koraki so prijetna šola življenja.

Najprej je bila navadna šola ...

Sredi osemdesetih let je potekalo pri Društvu terapevtov za alkoholizem usposabljanje za terapevte. Za vajo v skupinskem delu sem udeležencem svetoval ustanovitev in vodenje kake skupine, ki je lahke in hvaležne vrste; terapevtsko delo z družinami alkoholikov namreč lahko začetnike razočara in celo zlomi, ker je prezahtevno in nehvaležno. Tone Kladnik je upošteval nasvet in ustanovil družabno skupino starih ljudi v Domu upokojencev v Izoli. Pridružila se mu je Branka Knific in še drugi.

... sledile so dobre izkušnje ...

Tone, Branka in drugi so se res učili metode skupinskega dela – dobro so se jo naučili. Toda šolsko usposabljanje se je sproti spreminjalo v presenetljivo dobro poklicno in osebno izkušnjo. Delo v skupini starih ni bilo niti papirnata šola niti suhoparna socialna služba, ampak je iz dneva v dan postajala bolj izvir poklicne, strokovne, osebnostne in družinske rasti. Ko druženje ljudi postane človeško srečanje, prinaša srečo! Če se srečajo osamelimi stari ljudi in poklicno zdolgočaseni profesionalci nič manj, kako če se srečajo stari prijatelji ali otroci s starši. Sreča je v srečanju, ko se človeška srca napajajo z življenjskimi izkušnjami in čustvi drug drugega. Te čudovite izkušnje smo bili takrat deležni v skupinah s starimi in v učni skupini voditeljic in voditeljev med seboj.

... rojevala so se važna spoznanja ...

Dobre izkušnje nas niso zazibale, ampak prebudile. Šolske vaje v metodi vodenja skupine smo začeli tudi z namenom, da pomagamo osamljenim starih ljudem. Iz izkušenj pri delu in študiju se je rojevalo spoznanje za spoznanjem:

- pri zadovoljevanju nematerialnih socialnih potreb ne moremo starim ljudem pomagati od zgoraj ali od zunaj, temveč lahko te potrebe zadovoljujemo le skupaj z njimi,
- za kakovost življenja v starosti so poleg zadovoljenosti materialnih potreb bistvenega pomena tudi dobri pogoji za zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb po tesnih medčloveških odnosih, po sprejemanju svoje starosti in po predajanju svojih življenjskih izkušenj mladi in srednji generaciji,
- vsako od treh življenjskih obdobij – mladost, srednja leta, starost – je drugačno, vendar pa enako smiselno in ima svoje posebne življenjske naloge, ki so v vsakem obdobju enako pomembne,
- pri zadovoljevanju nematerialnih socialnih potreb velja pravilo: brez samopomoči ni pomoči – država in njene institucije so pri tem nemočne, pomagajo lahko le pri vzpostavljanju ugodnih pogojev za njihovo zadovoljevanje v okviru sodobno organizirane samopomoči,
- poklicno zadovoljstvo v socialnem delu je odvisno zlasti od doživljanja uspešnosti pri delu na področju medčloveških odnosov; če sociallec v poklicu tega ne doživlja, otopeva in se giblje proti izgorelosti profesionalni patologiji nezadovoljstva s svojo službo,
- v družbi se naglo večja delež starega prebivalstva; ko bo sedanja srednja generacija stara, bo to največji socialni

problem in tedaj bo prepozno za osebno pripravo na starost in za družbeno pripravo na povečan delež starega prebivalstva,

- čas za pripravo na starost so srednja leta, enako kakor je mladost čas za pripravo na poklic in druge značilnosti srednjih let življenja; za srednjo generacijo velja pregovor: kakor si bomo postlali, tako bomo ležali,
- osebna priprava na starost in družbena priprava na povečan delež starih ljudi se lahko dogaja v dobri komunikaciji med vsemi tremi generacijami, kjer stari ljudje, mladina in ljudje srednjih let doživljajo medsebojno dopolnjevanje in bogatenje.

... in nastal je velik socialni projekt za kakovostno starost.

Prvo desetletje skupnega dela pri projektu medgeneracijskih skupin samopo-

moči za kakovostno starost je bilo lepo obdobje skupnega učenja temeljnih spoznanj, ki so odločilna za kakovostno starost nas vseh, ki bomo prestopili prag starosti v novem tisočletju. To je bil čas velikih uspehov. Mene je zelo obogatil in zelo sem ga vesel.

V desetih letih smo prišli do največjega projekta v slovenski socialni na področju nematerialnih socialnih potreb: sistematično tkemo krajevne in nacionalno socialno mrežo medgeneracijskih skupin za kakovostno starost. To je projekt, ki obeta veliko za prihodnost, pred nas pa postavlja tudi nove velike naloge, saj zadnja leta čedalje bolj prestopa slovenske meje ter dobiva v širšem, evropskem strokovnem prostoru čedalje večji ugled.

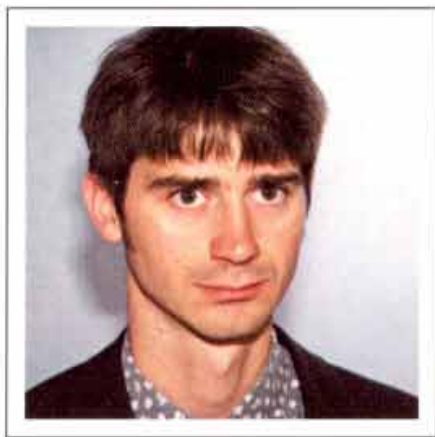
Naši gesli: RAZLIKE NAS BOGATIJO in UČENCI SMO VSI ENAKO sta se nam obrestovali in po njima bomo delali naprej. ■

Evgen Kajin, dr. med.

Kako sem začel sodelovati s skupinami za samopomoč

Najprej moram povedati, da je moje sodelovanje pri projektu skupin starih za samopomoč prvenstveno koordinacijske in prevajalske narave. Kljub temu menim, da razumem in dojemam smisel in cilje dela, že doseženih rezultatov ter prihodnjih nalog skupin starih za samopomoč in mreže teh skupin, pa tudi drugih aktivnosti Inštituta Antona Trstenjaka ter Združenja za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije. Kako je do tega prišlo?

Prvič sem slišal za skupine starih za samopomoč med Osnovnim tečajem logoterapije, eksistencialne analize in antropohigijene, ki ga je organiziral Inštitut Antona Trstenjaka v letih 1993/1994. Tedaj se mi je opisano delo zdelo umetno in me je kar nekoliko odbilo; delno zato, ker je bilo zame pomembnejše delo na področju zasvojenosti z drogami, nekaj zato, ker sem odraščal v vasi s trideset hišami in sem imel do pred kratkim vse štiri stare starše še žive,



delno zato, ker sem preprosto še vedno odkrival življenje.

Pomembna vez s projektom zadovoljevanja nematerialnih socialnih potreb starih so mi bili v letih od 1993 do 1995 prav tisti ljudje, ki so leta 1987 ustanovili prve skupine starih za samopomoč ter supervizor tega dela, to so Branka Knific, Tone Kladnik in Jože Ramovš. Srečevali smo se kot občasni sodelavci Društva »Projekt Človek« – terapevtskega programa za zasvojene z drogami.

V letu 1995 sem bil kot gost prisoten na drugem Medgeneracijskem taboru, ki sta ga organizirala Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije in Inštitut Antona Trstenjaka. Obenem sem imel vlogo prevajalca za mednarodno gostjo, dr. Angeliko Groterath, ki je bila nad organizacijo, vsebino in udeleženci izredno navdušena ter je o tem obisku poročala v Italijanskem centru solidarnosti (Ce.I.S.), mednarodni organizaciji, ki kreativno ustvarja nove pristope na področju socialnega dela. Mene je pogled na 80 ljudi, zbranih iz vseh treh generacij in sodelujočih pri medsebojnih pogovorih in drugih aktivnostih, naravnost pretresel in predstava o medsebojnem približevanju generacij me je pričela zanimati. Močan vtis je name naredilo dejstvo, da so bili vsi ti ljudje že vključeni v krajevne skupine – stari ljudje v skupine

starih za samopomoč, mladi v skupine mladih za zdravo življenje in dobre medčloveške odnose (v nadaljevanju: skupine mladih), srednja generacija pa kot voditelji v obojih in v številnih drugih skupinah. Začel sem z obiski in s sodelovanjem v skupinah mladih in v skupinah starih za samopomoč ter njihovih številnih aktivnostih, obenem sem se začel izobraževati za koordinatorja medgeneracijskega dela v Inštitutu Antona Trstenjaka.

V letu 1996 sem začel sodelovati v medgeneracijskih aktivnostih omenjenih skupin. Med aktivnostmi Inštituta Antona Trstenjaka in Združenja za socialno gerontologijo in gerontagogiko sem obiskal Domove za stare v nekaj slovenskih regijah (Izola, Mežica, Idrija) ter jih primerjal z obiski v okviru študija medicine pri predmetu socialna medicina. Razumel sem, da je glede materialnih potreb za stare ljudi v domovih za stare dobro poskrbljeno, da pa kljub temu (takšen je moj vtis) preprosto čakajo smrti. Skrb zanje je bila strokovno odlična, osebje prijazno in razumevajoče do oskrbovancev, ki so se kljub temu počutili osamljene, njihove oči so gledale mimo negujočega osebja. Po drugi strani sem videl nekaj starih ljudi, ki so ohranili radost, energijo in voljo biti aktivni (nekateri izmed njih so vključeni v skupine za samopomoč starih, drugi ne); ti so bili kot nekakšni viri moči in volje za ostale. Obiskal sem in sodeloval v skupinah starih za samopomoč, videl sem, kako voditelji spodbujajo življenjske spomine, sodelovanje vseh članov skupine v pogovoru, kako so se oči starih v skupinah začele svetiti; ta učinek je počasi, po več srečanjih, obstal tudi po srečanju v skupini in začel vplivati na vsakodnevno življenje oskrbovancev. Obenem so voditelji skupin (ljudje iz srednje generacije, ki aktivno sodelujejo v pogovoru – kot

člani! – in pri drugih aktivnostih skupine) pridobivali življenjske izkušnje in začeli sprejemati starost kot bogato in smiselno, s tem pa pričeli rušiti tabu starosti tudi v svojem okolju.

Videl sem krajevne predstavitve teh skupin lokalnim avtoritetam in prebivalcem ter na tiskovnih konferencah, bral sem regionalna glasila skupin s članki, ki so jih napisali člani skupin. Obstajalo je že okoli 300 skupin starih za samopomoč v Sloveniji. Začela se je graditi mreža povezav med skupinami v regiji v intervizijske skupine in sekcije združenja za socialno gerontologijo in gerontagogiko, ki se je razrasla v povezavo med regionalnimi intervizijskimi skupinami in sekcijami v nacionalno mrežo; razširilo se je izobraževanje za regionalne koordinatorje mreže in oblikovala metodologija dela nacionalne mreže skupin starih za samopomoč. Pokazala se je potreba po obsežnejšem znanju o socialnih mrežah, jasnejša opredelitev že obstoječih povezav in koncepta regionalne, nacionalne mreže. Da bi prišli do tega znanja, smo v sodelovanju s Ce.I.S. iz Rima naredili projekt za Evropsko skupnost v okviru njenega programa Phare-Tacis LIEN. Ta projekt, poimenovan »Projekt Človek za stare«, je Evropska skupnost sprejela. Tako se je začelo aktivno in vsebinsko sodelovanje s Ce.I.S., pri čemer smo res pridobili veliko teoretičnega znanja, kasneje pa tudi praktičnih predlogov za organizacijo medsebojnih povezav skupin v mrežo. Sam sem sodeloval pri pripravi projekta in kasneje kot prevajalec za strokovnjake iz Italije.

Leta 1996 smo povabili našo že znano mednarodno sodelavko Ce.I.S., dr. Angeliko Groterath, kot voditeljico posveta o delu skupine zelo aktivnih organizatorjev mreže. Bil sem prevajalec na tem zanimivem dvodnevem sestanku.



V letu 1997 sem kot gost sodeloval pri nekaterih prireditvah ob zaznamovanju desetletnega obstoja in razvoja skupin starih za samopomoč po vsej Sloveniji. Kot gost, prevajalec ali koordinator sem bil prisoten na nekaterih sestankih mreže z diskusijo o načinu vključevanja voditeljev skupin starih za samopomoč, ki nimajo izobrazbe s področja dela z ljudmi.

Postajalo je jasno, da potrebujemo koncept za polnejšo, kvalitetno komunikacijo med regionalnimi skupinami in aktivnostmi, ki so naraščale praktično iz meseca v mesec. Za pomoč pri tem smo prosili Open Society Institute – Zavod za odprto družbo in podporo tudi dobili. Tudi tu sem sodeloval pri pripravi projekta in kasneje kot soorganizator in prevajalec pri mednarodnih predstavitev projekta tujim strokovnjakom; medsebojna izmenjava izkušenj je bila zelo zanimiva in dobrodošla.

Moja trenutna naloga je predstaviti

mednarodnim strokovnjakom z vsega sveta skupine starih za samopomoč in druge dejavnosti Inštituta Antona Trstenjaka ter Združenja za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije na področju dela s starimi ljudmi; kot sodelavec v omenjenem projektu namreč v teh mesecih sodelujem na izobraževanju v Clevelandu (Ohio, ZDA), ki ga organizira in finančno podpira Zavod za odprto družbo New York (Open Society – New York).

Ob tem se dobro zavedam, da sem v tej vlogi in na tem mestu izključno zahvaljujoč tistim 4000 ljudem v Sloveniji, ki se (neka-teri že enajsto leto) z vsem srcem in vztraj-

no srečujejo v okoli štiristo skupinah in drug drugega bogatijo z izkušnjami svojega življenja. Prav tako se zavedam, da je moja naloga prenesti pridobljeno znanje v Slovenijo in to vsem, ki so pripravljeni sodelovati pri zadovoljevanju nematerialnih socialnih potreb starih in izgrajevanju mreže takih skupin za čas, ko bomo sami čutili, da strokovno in prijazno opravljena nega telesa ali natančno pripravljena delovna terapija ne more nadomestiti človeške bližine sorodnika ali prijatelja.

Cleveland, ZDA, oktober 1998



ETIČNA NAČELA

*Branka Knific***Temeljna etična načela in organizacijska pravila***Kompas uspešnega razvoja projekta
skupin starih za samopomoč***1. Pogled v čas, ko so bila
načela nenapisana, kljub
temu pa vsem znana**

Da bi lažje predstavila temeljna etična načela in organizacijska pravila v našem združenju, je potrebno nameniti nekaj stavkov začetkom projekta.

Prva skupina starih za samopomoč je nastala med usposabljanjem v okviru slovenskega Društva terapevtov, kjer smo se v

didaktičnih skupinah na Bohoričevi ulici 4 v Ljubljani družili različni strokovnjaki, ki smo čutili afiniteto do dela z alkoholiki in drugimi ljudmi v stiski.

Šlo je za spontano dejanje v iskanju področja, kjer bi lahko delali drugače, kot nam je narekovalo klasično delo v socialni, obenem pa za tako področje dela, kjer ne bi izgubili preveč zagonske energije za iskanje uporabnikov.

Prvi voditelji skupin starih za samopomoč smo bili zavzeti in zelo odprti med seboj in do ljudi, ki smo jih povezovali v skupine. Bolj ali manj enaka odprtost in zavzetost je v večini primerov prežemala tudi kolegice in kolege iz drugih krajev Slovenije, ki so se nam pridružili.

Pred desetimi leti nas je bilo komaj deset voditeljev, torej toliko kot velja za optimalno število v skupini starih za samopomoč. Tudi nekaj prvih let nas ni bilo veliko več, zato je razumljivo, da so bili naši načrti, naša razmišljanja in dogovarjanja zelo pregledni, vsi smo vedeli za vse, med seboj smo tkali prijateljstvo, ki je temeljilo na zaupanju. Vse to je bilo možno ravno zaradi majhnega števila voditeljev. Nam na Obali so se potem pridružila nova okolja – kolegice iz Ilirske Bistrice, Postojne, Žalca, Preddvora, Nove Gorice z Gradiščem, Vrhnike in Velenja.

Z leti je naša delovna skupina rasla, a kljub vsemu smo voditelji vrsto let zmogli



biti neposredno povezani drug z drugim.

Na skupnih srečanjih z dr. Jožetom Ramovšem smo se pogovarjali o težavah in dilemah – vsebinskih in organizacijskih, skupno smo iskali smeri razvoja in možnosti za premagovanje ovir v posameznih okoljih, drug za drugega smo držali pesti in se veselili uspehov. Skratka, vsi smo spremljali dogajanje v vseh okoljih, kjer so delovale skupine starih za samopomoč, število sodelujočih je omogočalo neposredno angažiranost in sodelovanje, predvsem pa učenje drug od drugega.

Med nami velja od začetka temeljno načelo: UČENCI SMO VSI ENAKO. Ta misel je vodilo, ki nam omogoča razvoj. Vtkana je tudi v načelih, predstavljenih v nadaljevanju tega članka.

Podobno vzdušje, kakor je vladalo v začetku v celotnem projektu, opažamo danes v novih okoljih, kjer uvajamo mreže voditeljev in skupin. Dovolj majhna skupina omogoča operativnost, neposredno medsebojno učenje in temeljno medsebojno povezanost. Vsakdo se v njej lahko odgovorno in svobodno odloča, ali se bo v določeni situaciji odzval z dobro željo in pomočjo, ali pa bo njegova reakcija, ko gre za razvoj druge skupine, skrivno držanje fige v žepu. V tem smo vsak trenutek svobodni in seveda tudi odgovorni za odnos, ki ga razvijamo in negujemo.

2. O odnosih v Združenju, o naši prepoznavnosti

Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije je od ustanovitve leta 1992 društvo voditeljev skupin starih za samopomoč. Ustanovljeno je bilo zato, da se voditelji organiziramo in si s tem olajšamo delovanje. Vendar pa je formalna

organiziranost le osnova za urejen napredek, ki članom društva omogoča enakovredno sodelovanje in odločanje o razvoju društva. Duha pa formalna organiziranost ne daje.

Če se vrnem na začetek, lahko povzamem, da smo ves čas širili duh medsebojne naklonjenosti in odprtosti, ki je omogočala neprestano dajanje in sprejemanje. Tudi sprejemanje drugih, kakršni so, njihovih okoliščin življenja in dela. Nadalje smo razvijali duh prijateljstva in odgovornosti. Z vsem tem smo postajali prepoznavni navznoter – med seboj in navzven za druge.

V začetku smo se združevali predvsem strokovni delavci s področja sociale in zdravstva. V svojih delovnih okoljih smo bili in smo še danes prepoznavni po delavnosti in po tem, da smo pripravljeni prevzeti več obveznosti in odgovornosti, kot se od nas zahteva in pričakuje. Prepoznavni smo po svoji prostovoljnosti. Prepoznavamo se tudi po tem, da nismo učitelji starim ljudem, da nismo njihovi terapevti in da se ne dvigujemo nad tisti del uporabnikov projekta, ki je starejši od 65 let, temveč se dobro počutimo v vlogi spoštljivih hčera in sinov, ki se od naših nebioloških mam in očetov učimo.

Za naše odnose je pomembno spoznanje, da nismo v vlogi tistih, ki pomagajo drugim (beri starim ljudem), temveč da pomagamo samim sebi, saj ustvarjamo sistem dejavnosti na področju zadovoljevanja nematerialnih socialnih potreb za čas, ko bomo sami stari 65 let in več.

To spoznanje je za razvoj projekta izredno pomembno.

Na kratko bi lahko rekla, da je temeljna značilnost v Združenju težnja po medsebojni naklonjenosti in sodelovanju.

Ko so se nam pridruževale vedno nove kolegice iz novih okolij, smo se odločili, da

bomo vzpostavljali nacionalno mrežo skupin starih za samopomoč, ki bo nastajala vzporedno z razvojem lokalnih. Jasno je bilo, da bo število voditeljev naglo naraščalo. Rojevala se je potreba po pisanih načelih in pravilih, ki bi nas dodatno povezovala in nam v trenutkih odločitev služila kot kompas.

V nadaljevanju predstavljena temeljna etična načela in organizacijska pravila smo sprejeli leta 1995.

3. Temeljna etična načela

Vsak član Združenja za socialno gerontologijo in gerontagogiko je dolžan upoštevati in negovati naslednja temeljna etična načela:

1. Načelo smisla starosti.
2. Načelo povezovanja generacij.
3. Načelo prostovoljstva.
4. Načelo medsebojne povezanosti in slege ter naklonjenosti navzven.
5. Načelo prilagoditve konkretnim razmeram v okolju.

3.1. Načelo smisla starosti

Ko govorimo o smislu starosti, moramo najprej sprejeti splošno stališče, da je človekovo življenje smiselno. Smiselno je ne le takrat, ko smo zdravi, mladi, sposobni in uspešni, temveč prav tako takrat, ko se znajdemo pred težavami, ki jim navidezno nismo kos, ko nas doletijo bolezni in druge omejitve. Tudi proces staranja je eno od dogajanj, ki se mu v življenju ni moč izogniti.

In prav je tako, saj ima človek v tem obdobju pred seboj specifične naloge, ki jih mora opraviti, in jih ne more namesto njega nihče drugi. Nekatero življenjske naloge so rezervirane prav za stara leta in jih ni mogoče opraviti, dokler ne dosežemo potrebne

zrelosti in izkušenj. Taka naloga je na primer predajanje življenjskih izkušenj, ki je zelo pomembno ne le za starega človeka, temveč predvsem za mlajše generacije. Ne zato, da bi jih slepo prevzemali – saj to ni niti mogoče, – temveč zato, da lahko zaznavamo celovitost življenjskega toka, da neposredno doživljamo sliko življenja v vseh življenjskih obdobjih.

Smisel svojega življenja v starosti lahko doživljamo in prepoznavamo le, če svojo starost sprejmemo. Sprejmemo pa jo lahko, če se nanjo pravočasno pripravimo. Tudi zaradi tega je potrebna povezanost med vsemi tremi generacijami.

3.2. Načelo povezovanja generacij

Priprava na starost poteka na individualni in na družbeni ravni. Osebna priprava na lastno starost poteka v srednjih letih, pa naj se človek nanjo hoče pripraviti ali ne. Glede tega ima dve možnosti: da ustvarja in ohranja prijateljske odnose z nekaj starostniki v svoji okolici in ob njih doživlja vse lepo in manj lepo, kar življenje v starosti prinaša, ali pa da živi svojo mladost in srednja leta s plašnicami na očeh, ki si jih je nevede nadel zato, da starih ljudi ne bi videl. Če pa jih že vidi, z visoko frekvenco uglaši svoj notranji glas, ki mu dopoveduje, da so stari le drugi, njega se to ne tiče.

Priprava družbe na staranje prebivalstva sicer vedno odseva intimna stališča in predsodke posameznikov, toda država jih skuša popraviti s pomočjo za to določenih institucij.

V Združenju za socialno gerontologijo in gerontagogiko ter na Inštitutu Antona Trstenjaka ustvarjamo ob sodelovanju številnih ustanov in tudi ob podpori države mrežo dejavnosti za zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb v starosti, da bo v naši družbi pripravljena za čas, ko bomo

tudi sami stari. Sem sodi priprava srednje generacije na lastno starost. Zato smo voditelji skupin starih za samopomoč praviloma iz druge generacije.

Na svojo starost se torej najlažje pripravimo tako, da živimo tesno povezani z življenjskimi sopotniki iz tretje generacije, seveda tudi ob navzočnosti najmlajše generacije, brez česar stari ljudje ne zaživijo polno svoje starosti. Šele drug ob drugem in drug z drugim se lahko drug od drugega učimo. Drugače ne gre.

Človek je učljiv v vseh življenjskih obdobjih, vendar za proces učenja velja, da samodejno poteka v situacijah, za katere je značilna visoka stopnja spontanosti. To se dogaja najbolj v temeljnem medčloveškem odnosu, ki nam omogoča, da smo taki, kot smo; torej pristni (veseli, žalostni, hudomušni, nagajivi, resni...). V temeljnem medčloveškem odnosu smo najbolj dovzetni za socialno učenje.

Načelo povezanosti vseh treh generacij v smiselno celoto temelji na spoznanju, da smo se v sodobnem svetu ljudje zaradi usmerjenosti v vedno večjo storilnost odrekli naravni povezanosti predstavnikov vseh treh generacij. Z vidika današnjega načina življenja bi rekli, da je bilo to nujno. Življenjske in delovne razmere so takšne, da je za tesno medčloveško sožitje potrebno vložiti veliko truda in časa. Zle posledice primanjkljajev v medčloveških odnosih so očitne za celotno populacijo.

Iz tega razloga smo se v Združenju odločili, da svojo dejavnost namenimo sistematičnemu povezovanju vseh treh generacij, posebej tudi prve in tretje.

3.3. Načelo prostovoljstva

Za naše Združenje je povsem samoumevno načelo prostovoljstva. Poglejmo zakaj.

Prostovoljstvo pomeni, da voditelji delo v skupinah organiziramo in vodimo prostovoljno, ljubiteljsko. Nekateri skupine vodimo posamezni voditelji tudi v delovnem času, vendar velja, da naših skupin ni mogoče voditi kot svojo delovno obveznost; po starem bi rekli, da tega ne more biti v opisu del in nalog. In to je pomembno. Nihče ne more nikomur ukazati ali od njega zahtevati, da ustanovi ali vodi skupino za samopomoč. Potreba po tem delu in osnovna energija zanj sta v človeku samem ali pa ju ni. Zapovedati se ju (na srečo) ne da.

Zakaj se tako oklepamo prostovoljstva, ko pa so v nekaterih okoljih in ustanovah pripravljeni omogočiti delo v okviru delovnega časa?

Vsaj dva temeljna razloga sta:

- Končni cilj projekta skupin starih za samopomoč se nanaša na ponudbo prebivalcem Slovenije čez desetletje, ko naj bi imel vsak deseti prebivalec Slovenije možnost vključitve v tovrstno skupino. To pomeni, da naj bi delovalo čez dvajset let v Sloveniji kakih štiri ali pet tisoč medgeneracijskih skupin. Na svetu ni države, ki bi lahko v celoti financirala tako velik projekt za zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb.
- Če sprejmemo dejstvo, da gre za pripravo srednje generacije na lastno starost, to pomeni, da voditelji skupin kot predstavniki srednje generacije v bistvu delamo zase. Tega pa si ne moremo zaračunati. Bilo bi nemoralno.

Tako pridemo do spoznanja, da pravzaprav voditelji skupin nismo prostovoljci za naše »mame« in »očete« ter »babice« in »dedke« v skupinah starih za samopomoč, temveč so oni prostovoljci pri naši pripravi na kakovostno starost.

Mirno torej lahko sklenemo, da naš

projekt združuje preko 4000 prostovoljnih sodelavcev v skupni skrbi drug za drugega. Naši »starši« nam pomagajo, da si sedaj, ko smo še pri močeh, ko imamo tudi denar in potrebno energijo, ustvarjamo mrežo nadomestnih družin za čas, ko bomo »zamenjali« naše starše.

3.4. Načelo medsebojne povezanosti in sloge ter naklonjenosti navzven

Voditelji skupin, ki smo povezani v Združenju, negujemo medsebojno povezanost, slogo in naklonjenost do vseh članov Združenja. To je izredno pomembno ne le za sožitje voditeljev – sodelavk in sodelavcev v projektu, saj se vzdušje med nami neposredno prenaša v naše skupine. Medsebojna povezanost, sloga in naklonjenost do drugih se izražajo v naši človeški drži in omogočajo pretok izkušenj v projektu; ustvarjajo pogoje za rast in razvoj celotnega projekta, pa tudi za osebno rast vsakega posameznika.

Podobno smo v združenju odprti do ljudi in družbenih asociacij, ki se ukvarjajo z organizacijo življenja starih ljudi. Naloge in možnosti delovanja na tem področju so neizčrpne, zato je vsako zapiranje v lastne okvire ali rivalstvo povsem nesmiselno uničevanje lastne in tuje energije.

3. 5. Načelo prilagoditve konkretnim razmeram v okolju

To načelo nam je pomagalo razviti projekt do visoke stopnje, na kateri se nahajamo danes. Narekuje nam decentralizacijo, saj je pri razvoju v posameznem okolju potrebno spoštovati in upoštevati razmere, ki so aktualne tam. To načelo nam daje tudi možnost ustvarjalnega širjenja različnih izkušenj in različnih možnosti razvoja projekta.

4. Organizacijska pravila

Organizacijska pravila nam pomagajo neposredno, vsakodnevno in postopno graditi projekt skupin starih za samopomoč v smeri, ki je načrtovana v etičnih načelih. V njih so navedene osnovne smernice za delo, obveznosti in pravice udeležencev.

Seveda je organizacijska pravila Združenja potrebno spreminjati in dopolnjevati, ko za to nastane potreba in se pokaže, da taka, kot so, ne zadoščajo in ne doprinašajo k razvoju projekta. V rednih časovnih intervalih bi jih morali vzeti pod drobnogled, jih posodobiti in dopolniti.

Kakor koli so morda že potrebna dopolnitve, so danes v veljavi naslednja organizacijska pravila:

4.1. Voditeljice/voditelji skupin starih za samopomoč smo profesionalne strokovne delavke/delavci (socialne delavke /delavci, delovne terapevtke, psihologinje, sociologinje, zdravnice, medicinske sestre, pedagoginje/pedagogi...) iz socialne in prostovoljni sodelavci /sodelavke različnih poklicev.

To pravilo poudarja, da v projektu enakovredno sodelujemo profesionalni socialci in voditeljice/voditelji vseh drugih poklicev. Vsi, ki smo končali usposabljanje za vodenje skupin starih za samopomoč in to delo opravljamo, smo enakopravni voditelji.

4.2. Voditelji skupin starih za samopomoč morajo končati usposabljanje, ki ga v ta namen organizira Inštitut Antona Trstenjaka v sodelovanju z Združenjem za socialno gerontologijo in gerontogiko Slovenije.

Inštitut Antona Trstenjaka je v našem projektu izobraževalna ustanova, ki skrbi za potreben nivo usposabljanja voditeljic

skupin. Seveda je razumljivo, da tako odgovorno delo, kakor je ustanovitev in vodenje skupine, terja ustrezno usposobljenost.

V začetku je bilo usposabljanje voditeljev skupin organizirano centralno za vso Slovenijo; v tem času se je vključevala večina profesionalnih strokovnjakov iz soci-ale. Te možnosti so bile do neke mere izčrpane, kar je sovpadlo z začetkom organiziranja krajevnih mrež skupin za samopomoč. Tedaj je prešlo težišče na pridobivanje prostovoljcev različnih poklicev v kraju ali domu, usposabljanje voditeljev pa se je preselilo v tisti kraj, kjer bo mreža skupin delovala; čas tečajev se prilagaja možnostim prostovoljcev glede na njihove obveze v službi, družini. Usposabljanje voditeljev je postalo dveletno, da se lahko vsak kandidat dobro pripravi na ustanovitev in uspešno vodenje skupine.

4.3. Kandidat uspešno zaključi usposabljanje z ustanovitvijo temeljne skupine starih za samopomoč in z diplomsko nalogo.

Usposabljanje voditeljev pelje posameznega kandidata in skupino postopoma skozi vse bistvene sestavine teorije socialne gerontologije in gerontagogike ter metodike dela s starimi ljudmi in s skupino. Sodelovanje v tem usposabljanju ni vezano na določeno izobrazbo ali poklic. Kandidate vodi spontano do priprave in ustanovitve lastne skupine, nato pa jim pomaga pri stalnem učenju večšine vodenja iz lastnih izkušenj in izkušenj kolegic v intervizijski skupini, v katero se vključijo že med samim usposabljanjem. Celoten proces dveletnega usposabljanja se konča s pisno diplomsko nalogo, ki ima naslov: Moja skupina starih za samopomoč.

Izjemoma se v usposabljanje vključi tudi kdo, ki že vodi skupino, in se je tega

priučil kot kandidat ob drugem voditelju. Izkušnja kaže, da brez temeljitega usposabljanja vodenje skupine starih za samopomoč ne uspeva dobro, zato je naknadno usposabljanje »ob delu« nujno, seveda pa je njegov potek prilagojen izkušnjam voditelja.

4.4. V usposabljanje se vključujejo tudi voditelji posebnih skupin; tudi zanje veljajo pravila skupin starih za samopomoč.

V projektu je težišče pozornosti na osnovnih skupinah – nadomestnih ali nekrvnih družinah, ki so majhne (praviloma do devet ljudi) in se srečujejo redno tedensko. Ob njih delujejo v mreži tudi razne posebne skupine starih za samopomoč (literarne, verske, pevske, kuharske ...). Te so lahko večje in se srečujejo redkeje. Ene in druge vodijo usposobljeni voditelji, ki sodelujejo v sekciji voditeljev skupin starih za samopomoč. Običajno vodijo posebne skupine voditelji, ki vodijo tudi osnovno skupino starih za samopomoč.

4.5. Vodenje skupin starih za samopomoč je prostovoljno delo. Voditelji so upravičeni le do povrnitve materialnih stroškov, ki nastanejo z delovanjem skupine.

O prostovoljnosti je bilo dovolj povedanega v komentarju etičnega načela prostovoljnosti. Tukaj je poudarjeno le to, da je prostovoljec upravičen do povrnitve materialnih stroškov, ki nastajajo s prostovoljnim delom. Kljub temu pa je v praksi odvisno od finančnih možnosti v konkretnem okolju, v kolikšni meri je možna realizacija tega pravila.

4.6. Voditelji skupin starih za samopomoč se povezujemo v pokrajinskih ali krajevnih sekcijah, ki delujejo po principu intervizijskih skupin in so vključene

v krovno organizacijo – Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko.

Iz začetkov razvoja projekta poznamo izraz pokrajinske sekcije, v katere smo se vključevali voditelji skupin starih za samopomoč. Glede na to, da krajevne mreže še niso obstajale, je sekcija obsegala precej velika območja. V nekaterih okoljih je tako še danes.

Z razvojem projekta je rasla potreba po ustanavljanju krajevnih sekcij – intervizijskih skupin, ki delujejo v določenem kraju ali ustanovi. Intervizijska skupina je operativna skupina voditeljic in voditeljev projekta v določenem okolju, ki ima elemente skupine za samopomoč. Tudi v tej skupini se ustvarja, neguje in ohranja prijateljstvo – temeljni medčloveški odnos, ki nas uči sprejemati druge take, kakršni so, sodelovanja, veselja ob njihovem uspehu in drugih osnovnih človeških lastnosti. Zato intervizijska skupina ne sme biti prevelika; izkušnje kažejo, da je idealno število med 10 in 15 voditeljic/voditeljev. Večanje števila prinaša nevarnost, da posamezniki pri delu te skupine ne sodelujejo redno in da niso dejavni na srečanjih, seveda pa bi premajhno število pomenilo premajhne izkušnje. Dovolj majhno število ljudi omogoča skupini operativnost, neposredno in aktivno sodelovanje vseh udeležencev ter racionalnejšo porabo časa.

4.7. Intervizijske skupine se srečujejo redno enkrat mesečno, srečanja potekajo po vnaprej določenem dnevnem redu. O poteku srečanja pišejo zapisnik, ki ga posredujejo tudi Združenju.

Sestanki intervizijske skupine ali sekcije morajo biti organizirani enkrat mesečno, sicer delo zvoledni; to potrjujejo vse dosežke izkušnje iz naših okolij. V okoljih, kjer se projekt uspešno razvija, se vodite-

ljice/voditelji srečujejo v manjših delovnih skupinicaš še dodatno na krajših sestankih vsakih 14 dni. Pogostost srečevanj ne pomeni izgube delovnega časa, temveč je pogoj za ustvarjanje temeljnih odnosov in za razvoj projekta v posameznem okolju.

Razumljivo je, da je o poteku strokovnega srečanja potrebno pisati zapisnik, saj je to temeljna dokumentacija o delu. Projekt je zasnovan na strokovnih načelih, napredka stroke in novih spoznanj pa ni brez dokumentacije o delu.



4.8. Z aktivnim sodelovanjem na srečanjih intervizijskih skupin skrbijo voditelji za napredek svojih skupin, za razvoj mreže in za lastni razvoj. Udeležiti se morajo vsaj sedmih sestankov intervizijske skupine v letu.

Če bi se intervizijska skupina srečevala na dva meseca, bi bilo na leto največ šest sestankov. Večina voditeljev je polno obremenjena tudi z drugimi obveznostmi, tako bi v tem primeru posamezni voditelj ostal brez strokovnega srečanja z drugimi voditelji kar štiri mesece; to pa neizogibno

vodi v odtujitev od drugih in v izgubo delovne energije. Delo v skupini avtomatično peša, saj konstantno vodenje ene skupine skozi obdobje več let ni enostavno.

Iz tega razloga smo v organizacijskih pravilih opredelili minimum sodelovanja, ki ga je pri vsakem resnem delu te vrste potrebno nameniti tehtnemu pogovoru o doseženem, o dilemah, zastojih in problemih, pa tudi o načrtih.

Ustvarjanje in pozneje delovanje lokalne mreže je timsko delo, ki zahteva tesno in trdno sodelovanje mnogih ljudi in ni zgolj rezultat naporov enega.

4.9. Voditelji skupin starih za samopomoč imajo pravico do supervizije, intervizije in usposabljanja.

Vsako resno skupinsko delo postavlja pred organizatorja dela in pred skupinskega delavca nujno potrebo po širjenju znanj in spoznanj, kar se dogaja v procesu intervizije in supervizije. Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko ter Inštitut Antona Trstenjaka namenjata razvoju supervizije, intervizije in drugemu usposabljanju v našem projektu veliko pozornosti.

4.10. Sedanji supervizorji, doc. dr. Jože Ramovš, mag. Tone Kladnik in Branka

Knific, zagotavljajo članom združenja redno supervizijo – vsake tri mesece in vedno, ko je potrebno.

Glede na to, da se je projekt 10 let razvijal izključno prostovoljsko, to je brez zaposlenih, je razumljivo, da smo članom Združenja uspeli supervizijo zagotoviti le po pravilu: vedno, ko je potrebno.

V primerih, ko se je izkazalo, da je supervizija nujna za premostitev določene zagate, smo jo realizirali. V prihodnje bo potrebno pristopiti bolj sistematično k letnemu načrtu supervizijskih srečanj v posameznih okoljih.

5. Sklep

Od leta 1995, ko smo sprejeli temeljna etična načela in organizacijska pravila, smo v določenih segmentih projekta dosegli tak razvoj, da bo potrebno organizacijska pravila čim prej uskladiti z obstoječo situacijo, saj smo predvsem v okoljih, kjer se projekt intenzivno kvalitativno in količinsko širi, pa tudi tam, kjer je v trenutnem zastoj, lahko beležili značilnosti, ki jih je potrebno upoštevati pri dopolnjevanju organizacijskih pravil. ■

STROKOVNI DOSEŽKI NAŠIH VODITELJIC

Spominčice

*Življenjske pripovedi iz Spodnje Savinjske doline.
Spodbudila in uredila Irena Pražnikar.
Griže: Center za socialno delo Žalec, 1998; 195 strani*

Konec pomladi je bil v krajevni dvorani v Grižah prav lep dogodek. Pred polno dvorano krajanov in gostov je v polkrogu sedelo enajst avtoric knjige Spominčice: Draga Šramel, Heda Resnik, Mici Turnšek, Nežika Užmah, Pepca Erjavec, Silva Virant, Slava Lešer, Štefka Cimerman, Valčka Gnus, Zinka Okorn in Irena Pražnikar, ki je – poleg svojih prispevkov v knjigi – »spodbudila« druge avtorice k pisanju in knjigo uredila. Vse avtorice so članice medgeneracijskih skupin samopomoči za kakovostno starost v Grižah pri Žalcu, Irena pa voditeljica skupin. Domači kulturnik, Franci Ježovnik, je knjigi prispeval uvodno predstavitev kraja Griže.

V lepi savinjski vasi Griže delujejo tri skupine: Dobra misel, Lipa in Spominčice. Vse žalske voditeljice so zmožne in prizadevne, večina jih je profesionalnih socialk iz Centra za socialno delo. Zato ne preseneča, da se je Irena, ki je sicer direktorica Centra, tiho, zato pa toliko bolj odločno, oprijela izvirne zamisli, da bi članice skupine svoje zanimive življenjske pripovedi v skupinah tudi sistematično popisale in izdale v knjigi. Irena je članicam mladih grižkih skupin – ob drugi obletnici skupin je šla knjiga že v tisk – predlagala »študijski krožek« za pripravo knjige in stvar je stekla. V manj kakor enem letu je sad dozorel.

Slavnostna predstavitev knjige v domačem kraju je bila prijeten kulturni dogodek.

Avtorice so pripovedovale svoje utrinke ob pisanju in izidu knjige. Ena od njih je v pripovedi izdala čarobni napoj za pomlajevanje: sodelovanje v skupini in pisanje prispevka za knjigo jo je pomladilo najmanj za deset let. Sijoče oči avtoric so govorile, da so z objavo svojih življenjskih zgodb opravile eno od prednostnih nalog starih let: svojo življenjsko izkušnjo so predale naslednjim rodovom, same pa ob tem zadovoljno doživljajo globlji smisel svojega življenja.

Domači otroci so jim na predstavitvi knjige prepevali, igrali in recitali, gospod Ježovnik je povedal svoje misli o pomenu knjige za kraj, ob tem pa prebral sveže pismo svojega znanca iz Slovenske akademije znanosti in umetnosti, ki je knjigo prebral in vidi v njej pravi zaklad slovenskega narodnega izročila na področju medčloveških odnosov v polpretekli zgodovini našega naroda. Etnografskih del s področja socialnega življenja in medčloveških odnosov v družini, soseski in službi skorajda ni. S smrtjo stare generacije, ki je pri nas zadnja priča iztekajoče se kmečko–obtniško–stanovske kulture, pa bodo tovrstne izkušnje odšle za vedno v pozabo.

Akademik je predlagal, da bi še druge naše skupine starih za samopomoč napisale podobne knjige in bi tako lahko vso Slovenijo zaobjeli z dragocenimi poročili o življenju ljudi, o medčloveških odnosih, o pre-

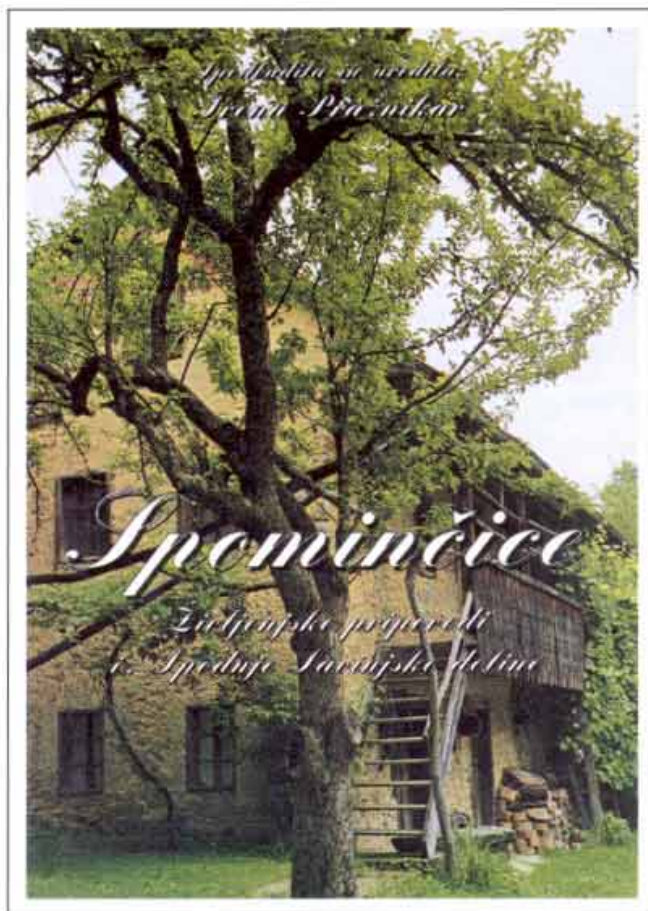
magovanju težav in o drugih življenjskih vprašanjih v slovenskih družinah v tem stoletju.

To pobudo bomo z letom 1999 sprejeli, zato prirejamo tečaj za voditeljice skupin, ki bi želele s svojo skupino napisati knjigo življenjskih zgodb – »spominčice« za svojo skupino in svoj kraj. Inštitut Antona Trstenjaka bo voditeljicam skupin, ki se boste za to odločile, pomagal, da svojo odločitev uresničite. Irena Pražnikar, ki je orala ledino, je jamstvo, da je to možno. Da bo pa lažje, kakor je bilo njej, bo na tečaju vsem zainteresiranim pomagala s svojimi izkušnjami.

Pražnikarjeva v spremni besedi lepo označi pomen pisanja življenjskih zgodb navadnih ljudi, obenem pa skrivnost, kako je to mogoče narediti. Pravi:

»Napisati zgodbo svojega življenja in z njo posredovati svoje bogato človeško izkušnjo drugim, pomeni posredovati zgodovinsko in kulturno izkušnjo naslednjim rodovom. Gotovo bi te plemenite in težke naloge ne mogle opraviti, če ne bile že prej povezane v lep, zaupanja vreden cvetni šopek. Le kako bi lahko lepše imenovala vse, ki se povezujemo v Grižah v skupinah Dobra misel, Lipa in Spominčice.«

Mnoge voditeljice in člani skupin ste knjigo že gotovo prebrali, saj je v par mesecih skoraj pošla. Drugi jo boste vzeli v roke v zimskih dneh, ki so od nekdaj bolj naklonjeni branju. Doživeli boste, kar smo tudi drugi ob branju. Ko napiše življenjsko zgodbo pisatelj, je lahko napeta in lepa, ko pa opišejo svoje življenje roke, ki morda nikoli niso napisale drugega, kakor šolske naloge in pisma svojcem, je tudi to lahko napeto in lepo, vsekakor pa vsebuje čar največjega bogastva – pristne osebne izkušnje. Ob branju življenjskih pripovedi naših prijateljic iz skupin v Grižah boste – če ste



sami v njihovih letih – podoživljali svoje življenje, če ste v srednjih letih, boste podoživljali življenje svojih staršev, če pa ste iz mlade generacije, boste pokukali v življenjske skrivnosti svojih dedkov in babic.

Knjigo Spominčice odlikujeta lepa domača oprema in jezikovno skrbna pripoved. Za njo je bilo verjetno več uredniškega truda, kakor za kako drugo knjigo, toda iz besed urednice veje ista izkušnja, ki jo poznamo iz ust tolikih voditeljic in voditeljev, ko govorijo o svojem vodenju medgeneracijske skupine za kakovostno starost: »Splača se, mene samega je delo najbolj obogatilo.«

Izid Spominčic – življenjskih pripovedi članic grižkih skupin – je velik dosežek; za ves projekt medgeneracijskih skupin za kakovostno starost je to praznik.

Jože Ramovš

*Majda Brumec***Ob umirajočem v domu za ostarele***Ljubljana: Slovensko društvo hospic, 1998.*

Pri Slovenskem društvu hospic je izšla 24 strani obsegajoča brošura Ob umirajočem v domu za ostarele avtorice Majde Brumec, višje medicinske sestre, tudi voditeljice skupine starih za samopomoč, ki že več let dela v domu za stare ljudi Maribor–Tabor. Avtorica nam iz lastnih izkušenj in doživljanj ter iz izkušenj sodelavcev in sodelavk, ki se pri svojem delu srečujejo z umirajočimi in njihovimi svojci, posreduje nekaj spoznanj in koristnih napotkov za tako delo.

Celotno brošuro povezuje misel, da človek ni le telesno, ampak tudi duševno, socialno in duhovno bitje, ter da so vse te razsežnosti medsebojno prepletene. Tako lahko beremo o lajšanju bolečin pri umirajočem, o tem, kaj pomeni uživanje hrane pri takem bolniku in kako pomembno je »uživanje« v hrani, k čemur lahko pripomore tudi osebje doma. Izpostavljena je tudi potreba po skrbni negi umirajočega in njegova pogosta želja po urejenem zunanjem videzu (npr. umirajoči želi imeti protezo v ustih, četudi mu dajemo le tekočo hrano), v vsakem primeru pa morajo biti pri skrbi za umirajočega bolnika v ospredju njegove želje in potrebe. Avtorica piše: »Umetnost ni samo narediti, kar je prav, ampak tudi opustiti, kar ni potrebno.«

Socialnim potrebam umirajočega je posvečen velik del brošure, ko opisuje, kakšna je dobra komunikacija med bolnikom, svojci in osebjem doma. Pri komunikaciji z bolnikom nas npr. opozori, da se le-ta v svojem govoru velikokrat ne izraža neposredno, ampak uporablja simbole. Posebej je obravnavana tudi komunikacija z umirajočim

dementnim varovancem. Opisana je pogosto prezrta neverbalna komunikacija, s pomočjo katere lahko osebje prepozna počutje bolnika, na drugi strani pa napake, ki jih osebje nehote stori, ko npr. uporablja »orokavičeno« roko tudi v primerih, ko to ni potrebno (npr. pri umivanju obraza). Pri komunikaciji osebja s svojci je izpostavljeno, da svojcev ne zanima le bolezen in diagnoza, ampak tudi »čisto vsakdanje« stvari, ki jih lahko najbolje posredujejo tisti, ki bolnika negujejo (kako je npr. bolnik razpoložen). Navedenih je tudi nekaj napotkov, kako ravnati z umrlim bolnikom, kako sporočiti svojcem novico o njegovi smrti in kako jim potem pomagati v prvih urah po smrti. Avtorica pri tem opozarja, da je potrebno upoštevati širši pomen izraza »svojec«, ki se nanaša na vse tiste, »ki imajo kakršno koli pomembno ali odločilno vlogo v življenju bolnika«; paziti moramo, da iz dogajanja nehote ne izključimo koga, ki je umirajočemu (umrlemu) blizu.

Čeprav nosi brošura naslov Ob umirajočem v domu za ostarele, je koristna za vse, ki se pri svojem profesionalnem delu ali v zasebnem življenju srečujejo z umirajočimi, kajti z določenimi vprašanji ali dvomi smo soočeni pri vsakem spremljanju. V vseh primerih pa je v ospredju – kot pravi avtorica sama – »biti človek«.

Mag. Ingrid Russi Zagožen

TEORETIČNE OSNOVE SOCIALNE GERONTOLOGIJE IN GERONTAGOGIKE

Jože Ramovš

Anton Trstenjak (1905 – 1996)

Anton Trstenjak je eno od najbolj znanih in spoštovanih imen med Slovenci v 20. stoletju. Po izobrazbi je bil doktor filozofije (1929) in doktor teologije (1933) – oba naslova si je pridobil na innsbruški univerzi, v letih 1941/42 pa se je specializiral v eksperimentalni psihologiji v Milanu. Po poklicu je bil duhovnik, služboval je večinoma kot profesor filozofije in psihologije na Teološki fakulteti v Ljubljani.

Izhajal je iz Prlekije, iz ugledne in dobre kmečke družine v Rodmošcih pri Gornji Radgoni. Vse življenje je bil ponosen na svoj kraj, na modrega očeta in na srčno dobro mater z globokim kulturnim čutom.

Bil je pokončen Slovenec, vse razlike je znal povezovati v celoto. Njegov ideal je bil vedno: »Držimo vsi skupaj!« Zaradi tega je imel pred vojno in po njej veliko težav, a obenem užival veliko spoštovanje ljudi vseh stanov in prepričanj ter najvišjih znanstvenih, državnih in cerkvenih institucij. V letu 1945 so mu ponudili docenturo na psihološkem inštitutu milanske univerze, leta 1955 pa redno profesuro na graški univerzi, toda prednost je dal službi svojemu narodu. Strokovno in znanstveno je ustvarjalno delal do zadnjega dne življenja, če bi pa šteli izdane knjige, sta bili prav njegovi zadnji desetletji najbolj plodni.

Trstenjak je v svojem obširnem življenjskem delovanju in v osebem življenju izrazito naravnal na človeka in na njegove

izvirno človeške zmožnosti. Sodi med naše najvidnejše personaliste in socialno usmerjene humaniste (Ramovš 1998). Socialni čut za človeka je prinesel iz rodne doma. V gimnaziji in študijskem času ga je gojil v krogu mladinskega personalističnega gibanja »socialcev«, ki mu je ves čas pripadal. Socialci – tako jih je rad imenoval – iz tega gibanja so bili vse življenje njegovi najožji prijatelji in tovariši. Njihova imena so skupaj z njegovim v šopku zaslužnih ljudi našega naroda v tem stoletju: pesnik Edvard Kocbek, nadškof Jože Pogačnik, slavist Jakob Šolar, pesnika Tone in France Vodnik, pionir telesne kulture Drago Ulaga, pljučni zdravnik Tomaž Furlan, pedagog Stanko Gogala, baletnik Pino Mlakar ...

Kako je Trstenjak naravnal na človeka, ostaja najbolj vidno v njegovem pisnem opusu. Napisal je 47 izvirnih knjig v slovenščini in tujih jezikih, ki so s prevodi in ponatisi doživele okrog 100 izdaj, ter nad 500 strokovnih razprav in člankov. V tem izjemno obširnem in pestrem opusu obravnava šest vsebinskih področij: integralno antropologijo in psihologijo (prva prednjači po pomenu, druga po obsegu), filozofijo, kulturo, narodnost in teologijo.

Glavna antropološka dela so: Človek, bitje prihodnosti, Človek, končno in neskončno bitje, Skozi prizmo besede. Nič manj pomembna niso manjša ali bolj po-

ljudna dela s tega področja, zlasti Hoja za človekom, V znamenju človeka, Biti človek. Sicer pa so vsa Trstenjakova pisna dela, njegova svetovalna pomoč ljudem v stiskah in njegovo pedagoško delo odraz iskanja celostnega sodobnega odgovora na večno vprašanje: Kdo in kaj je človek?

Kot psiholog se ni omejeval na nobeno izmed številnih psiholoških šol, ampak je – upošteva vse – ohranjal celotno podobo človeka. Zato so njegova temeljna psihološka dela hkrati enciklopedični prikaz sodobnih psiholoških spoznanj ter oris enovite podobe duševnosti in delovanja človekove osebnosti; nakaj glavnih naslovov: Oris sodobne psihologije (1. knjiga: Teoretična psihologija 2. knjiga: Uporabna psihologija), Problemi psihologije, Psihologija ustvarjalnosti, Psihologija barv, Metodika verouka (s podnaslovom Očrt versko pedagoške psihologije), Pastoralna psihologija, Psihologija dela in organizacije, Teorije zaznav, Temelji ekonomske psihologije, Ekološka psihologija, Človek in njegova pisava.

Nekaj izjemnega je, da je podobno kakor s specialnimi znanstvenimi knjigami uspel tudi s poljudnostrokovnimi deli življenjske psihologije in antropologije za vsakdanjo rabo slehernega človeka. To je devet knjig, ki so v stotisoč izvodih izhajale med leti 1954 in 1993 pri Mohorjevi družbi: Med ljudmi (o medčloveških odnosih), Pota do človeka (o spoznavanju ljudi), Človek v ravnotežju (o značaju), Človek v stiski (o osebnem svetovanju), Če bi še enkrat živel (o psihologiji življenjske modrosti), Hoja za človekom (njegova najboljša antropologija!), Človek samemu sebi, Človek in sreča ter Umrješ, da živiš. Vse te knjige, ki so bile prevedene tudi v razne tuje jezike, so bile življenjski učbenik stotisočem Slovencev.

Ko govorimo o Trstenjakovem delu kot osnovi za socialno delo, ne smemo mimo njegovih del o slovenskem značaju in narodu (Misli o slovenskem človeku, Slovenska poštenost), o družini (Stara in nova podoba družine, O družini) in o kulturi, zlasti o pomenu jezika (Skozi prizmo besede, Pet velikih, Krščanstvo in kultura).

Trstenjakova pisna dela so berljiva in odsevajo močan osebni eros avtorja. Ta je sestavljen iz več komponent. Ena izmed njih je Trstenjakovo gigantsko znanstveno–raziskovalno delo, ki mu je posvetil vse življenje, čeprav je ironija, da so mu šele tri leta pred smrtjo prvič v življenju financirali manjši raziskovalni projekt; vse do tedaj je bilo znanstveno in raziskovalno delo del njegovega življenjskega sloga in ga je samoumevno financiral sam. Znanstveno delo je bilo kot njegov vsakdanji kruh. Trstenjak je imel vse tri temeljne pogoje za znanstveno delo: vrhunski razum, temeljito in široko izobrazbo ter pridnost in organiziranost. Bil je pravi razumnik – intelektualec in to je njegova znana odlika. Značilno je, da nikoli ni šla v enostranost suhoparnega razumarstva. Druga komponenta tega erosa je tudi njegova značilna topla, človeška, socialna in nevsiljivo krščanska osebna drža. Razločno razpoznavni sta vsaj še dve sestavini Trstenjakovega erosa v njegovih delih: profesorsko–pedagoška in svetovalno–terapevtska.

Trstenjak je bil nad 60 let iskan predavatelj o človeku. Poleg rednih univerzitetnih predavanj in predavanj na znanstvenih srečanjih doma in po svetu so ga tako rekoč vsak dan vabili predavat v različne kraje najrazličnejšemu poslušalstvu. Vse to ogromno predavateljsko delo je en sam mozaik o človekovi osebi.

Kdor koli je poznal Trstenjaka osebno, ve za njegovo človekoljubnost in ljudo-

milost – lastnosti, brez katerih ni ne dobrih medčloveških odnosov ne dialoga; o teh lastnostih govori tudi sam v svojih delih (Trstenjak 1988 a, 1989: 77–85). Zato je razumljivo, da v naši burni polpretekli zgodovini, zastrupljeni z medsebojnimi razprtijami, ni nikoli zašel na nobeno stran, ki je sovražila drugo, ampak je v majhnem svobodnem človeškem območju med obema – kakor pravi graditelj mostov (pontifex) – reševal življenja in osebno dostojanstvo enih in drugih. Pri tem je prišel do življenjskega spoznanja, da so politične strasti najhujše.

Za socialno delo je zanimivo, da je bila Trstenjakova soba v Ljubljani več kakor petdeset let najbolj obiskana neformalna psihosocialna ordinacija za svetovalno in terapevtsko pomoč ljudem v osebnih in družinskih stiskah. Kadar je bil doma, se je tudi po deset in več ljudi dnevno zvrstilo pri njem; pisal je večinoma drugod. Samo njegovi starinski, obrabljeni naslanjači bi poznali bridke človeške usode, solze in tudi nasmehe ljudi, ki so mu zaupali svoje zgodbe in stiske. Neredko je bil po takih obiskih na smrt utrujen, saj so nekateri pogovori trajali po celo uro in več. Eno od pravil, ki jih je imel za pogovor z depresivnim in obupanim človekom – osebno ali po telefonu – je bilo: z njim se pogovarjam tako, da uvidi tudi lepe in svetle stvari, ki se mu godijo, in tako dolgo, da se na koncu sproščeno nasmeje; po tem vem, da njegovo življenje tisti dan ni več ogroženo.

Za svetovanje in terapevtsko pomoč ni nikoli sprejemal plačila: vedno ga je zavrnil z besedami: »Če je treba človeku za dobro besedo v stiski plačati z denarjem, je blizu konec sveta!«

Brez poznanja Trstenjakovega svetovalnega dela ni mogoče v celoti razumeti njegovega pisnega opusa, kajti življenjski

realizem njegove besede se je v veliki meri napajal v čutečem poslušanju težkih človeških usod.

Trstenjakova socialna in človeška tenkočutnost se razodeva med drugim tudi v radodarnosti: kadar je prejel honorar za knjigo, ga je takoj oddal naprej kakemu študentu, da je lahko doštudiral, ali v kakšen drug dobrodelni namen, češ, kot duhovnik, profesor (ali pozneje upokojenec) sem preskrbljen.

V gledanju na vsakdanje okoliščine, na družbo in na svet je bil Trstenjak realist. Ni zapiral oči pred zlom in problemi. Toda nikoli se ni pustil pokopati pod težo negativnih dejstev. V vsakem sedanjem dogajanju je znal videti tudi pozitivni vidik in upanje za prihodnost.

Te in podobne značilnosti njegove osebnosti so se kristalizirale v eni, morda osrednji Trstenjakovi odliki, ki pa so jo nekateri imeli za njegovo slabost: bil je zmeden, strpen človek – zagovornik zlate sredine in medčloveške sloge, graditelj mostov med ljudmi, kljub vsem razlikam in preprekam.

Trstenjak je bil družaben človek, v vsaki družbi je bilo z njim prijetno. Rad in dobro je pel, vedno je imel na zalogi pravo šalo ali zanimivo anekdoto. Nikoli se ni šalil na račun drugih, raje se je pošalil na svoj račun, na primer o svojem zdravju. Že od malega je namreč veljal za šibkega in bolehnega, na univerzo v Rim ni mogel, ker je zdravniško spričevalo ugotavljalo, da ima slabo srce. In ko je njegovo močno in zdravo srce pri skoraj devetdesetih letih dopuščalo težke operacije, potem ko je bil že trideset let prej operiran zaradi raka v trebuhu, je rad rekel: »Pri vseh teh boleznih, ki mi jih vse življenje ugotavljajo, pa imam vseeno eno zadoščenje: mlad ne bom umrl!«

Trstenjak je bil ob izjemni življenjski uspešnosti osebno skrajno skromen, po življenjskem slogu pa plemenito aristokratski. Njegovo življenje je mogoče spoznati, če ga istočasno gledamo kot plodnega znanstvenika v njegovih pisnih delih, kot univerzitetnega in ljudskega pedagoga, kot čutečega pomočnika in svetovalca v človeških stiskah in kot človeka med nešteti znanci in prijatelji.

Danes bi morda najbolje označili bistvo Trstenjakove usmerjenosti, če bi rekli, da je bila ekološka, sistemska ali zelena na socialnem in duhovnem področju. Verjel je, da je resničnost smiselna celota, sistem, v katerem ima vsaka stvar svoje smiselno mesto in vrednost: vsak človek s svojim značajem, vsaka človekova življenjska izkušnja, vsaka posamezna znanstvena smer, vsaka človeška potreba in energija, pa tudi vsaka človeška težava, stiska, zmota in krivda. Glavni problem je, da ljudje ne odkrijemo smisla posamezne stvari, da je ne postavimo na pravo mesto, da ne vidimo njene vrednosti tam, kjer jo v smiselni celoti resnično ima, pač pa pogosto tam, kjer je nima. Življenjska modrost je, da človek vidi smiselno celoto in pravo mesto vsake stvari v tej celoti, da pomaga graditi mostove med posameznimi deli celote.

Vse Trstenjakovo pisno, predavateljsko in svetovalno delo je ena sama »hoja za človekom«. Hoja za človekom in pa njegovo življenjsko vodilo »Za človeka gre« ga najbolje označita kot človeka in kot antropološkega znanstvenika, ki se nanj lahko oslonimo pri delu z ljudmi in za ljudi. Trstenjakovo življenje in delo sta eden od temeljev pri našem razvojanju socialne gerontologije in gerontagogike; nanj se opriamo v teoretičnih izhodiščih, v metodičnih usmeritvah in praktičnem pristopu do ljudi.

Temeljiteje je Trstenjakovo življenje in delo prikazano v natisu 17 referatov z dvodnevne simpozija o njem (Simpozij 1997) in v več drugih člankih (Musek 1997, Ramovš 1997, 1997a, 1997b, 1998, Rus 1997). ■

Literatura:

Musek Janek (1997). Kratek pregled znanstvenega opusa Antona Trstenjaka. V: *Anthropos letnik* 29, št. 1–3, str. 15–18.

Ramovš Jože (1997). Trstenjak kot intelektualci. V: *Anthropos letnik* 29, št. 1–3, str. 180–188.

Ramovš Jože (1997 a). Anton Trstenjak (1906–1996). Svetovni človek za dom. V: *Dom in svet. Zbornik* 1997. Maribor: Slomškova založba, str. 262–273.

Ramovš Jože (1997 b). Anton Trstenjak 1906–1996. V: *Mohorjev koledar* 1998. Celje: Mohorjeva družba, str. 179–187.

Ramovš Jože (1998). Trstenjakov personalizem. V: Kovačič Peršin (urednik). *Personalizem in odmevi na Slovenskem*. Ljubljana: 2000, str. 432–452.

Rus Vojan (1997). Trstenjakovo mesto v celotnem toku filozofske antropologije (teze). V: *Anthropos letnik* 29, št. 1–3, str. 189–191.

Simpozij o življenju in delu Antona Trstenjaka (1997). *Bogoslovni vestnik letnik* 57, št. 3.

S KNJIGO V ROKI – OB KNJIGI V SKUPINI

Velma Wallis

Ženici

*Aljaška legenda o izdajstvu, pogumu in preživetju.
Ljubljana, Vale Novak, 1997, 142 strani*

*Zgodbe so darila,
ki jih starejši podarjajo mlajšim.*

Velma Wallis

Velma Wallis je zgodbo napisala po pripovedi svoje matere nekega večera, ko sta po napornem nabiranju in sekanju drv za zimo sedeli v majhnem eskimskem šotoru. Velma se je čudila svoji mami, ki je že dopolnila petdeset let, kako z lahkoto opravlja težko delo, medtem ko se je večina njenih vrstnikov že sprijaznila s starostjo in z nezmožnostjo.

In prav o tem pripoveduje zgodba. O nemoči in moči, o vdaji in boju, o ločenosti in povezanosti.

Povzamimo zgodbo z nekaj besedami.

Rod nomadov, ki so pripadali ljudstvom ob severnem tečaju na Aljaski, se je na pragu zime znašel pred dejstvom, da ne bo preživel, če ne krene na dolgo pot za hrano. Pestila jih huda lakota.

V rodu sta živeli tudi starki. Zaradi starosti sta bili deležni pomoči mlajših: moški so jima postavljali zvetišča in nosili vodo in drva, ženske so od tabora do tabora vlekli njuno premoženje. Starki sta jima v zameno strojili kože. Kazila pa ju je napa-ka, ki je pri starih ljudeh pogosta: nenehno sta se pritoževali. Bili sta sitni in drugim v breme.

Lakota je bila vedno hujša, vreme slabo in rod je čakala dolga in naporna pot. Svet starešin je sklenil, da bodo pot nadaljevali brez obeh stark. Odločitvi se ni uprl nihče v rodu, niti njuni sorodniki ne; poznali so nevarnost, da bi bili v tem primeru tudi sami obsojeni, da ostanejo z njima. Tudi hči in vnuk ene od stark sta ostala tiho, toda medtem ko so odhajali naprej, je hči – osramočena zaradi ravnanja rodu in zaradi svojega lastnega odnosa do matere – starkama skrivaj podarila sveženj jermenov iz losove kože, vnuk pa je prav tako skrivoma visoko v krošnjo mlade košate jelke zasadil sekuro iz naostrenih živalskih kosti.

Starki, stari osemdeset in petinosemdeset let, sta ostali sami v divji polarni zimi. Razočaranje in obup se jima je spremenil v jezo, ta pa v odločitev, ki jo je Sa izrazila z besedami: »Če sva že pred smrtjo, prijateljica moja, predem umreva, poskusiva, ne vdajva se sede!«

In pričeli sta z vztrajnim delom. Kljub težkim razmeram sta si poiskali primerno in dovolj varno bivališče, ki sta ga uredili. Z nastavljanjem pasti sta si zagotovili dovolj hrane za preživetje. Kljub temu, da sta imeli dovolj hrane, nista prenehali z delom. Lovili sta in spravljali hrano. Med seboj sta se zelo zblížali in počasi spoznavali, koliko moči je še v njima. Pogosto sta mislili na svoj rod, vendar nikoli s sovraštvom.

Neprestano sta delali in spravljali posušeno hrano, kakor bi globoko v sebi čutili, da jo bosta še potrebovali. In res ta jo. Ljudje njunega rodu, ki so zaman iskali ugodno lovišče, so se vrnili sestradani in na koncu z močmi. Poglavar in drugi člani rodu so veliko mislili nanju. Pekla jih vest.

Ko so se vrnili, so ugotovili, da sta starčki preživel. Počasi in previdno so vzpostavljali stike in ponovno zaupanje.

Konec zgodbe je pomemben tudi zaradi njune pokončne drže, ki je ni upogibalo sovražstvo, privoščljivost in maščevalnost. Bralcu nudi spoznanje, da je bilo njuno trdo delo smiselno: z njim sta rešili svoj rod pred lakoto, sami sebe pa pred sitno in zagrenjeno vdanostjo v navidezno starostno nemoč.

Ta aljaška zgodba nam posreduje še več sporočil. Naj jih omenim še nekaj.

Prvo je enako tistemu, ki ga poudarja tudi Makarenko v knjigi *Pedagoška pesnitev* z besedami: »Ne cvili!« Ta trda zapoved ne pomeni, naj bi človek ne bil ranljiv in naj ne bi kdaj potožil o svojih stiskah. Vendar v tem ni dobro pretiravati in na ta način izsiljevati usmiljenja. Življenje obeh stark je pokazalo, da sta bili dejansko veliko bolj močni in zmožni, kakor sta se kazali pred rodom. Nevede sta svoja leta izkoristili za to, da sta želi pomilovanje drugih in jih tako silili v delo zanju. V skrajni stiski so ju tudi zaradi tega zapustili.

Drugo sporočilo govori o pomenu nepokorščine. Vnuk in hči sta se pregrešili zoper nenapisane zakone rodu: starkama sta zapustila svoje orodje in orožje, ki bi ga tudi sama nujno potrebovala za preživetje. Toda s tem sta omogočila preživetje starkama in izkazalo se je, da tudi rodu kot celoti.

Tretje sporočilo: čeprav delamo »zgolj zaradi dela«, so njegovi rezultati vedno nekomu v korist. Morda ne tistemu, ki ustvarja, vendar to ni pomembno. Odločilno je spoznanje, da je delo za človeka »terapevtska kategorija«.

Četrto spoznanje: ljudje smo res dobesedno talci za druge ljudi, kakor je dejal filozof Lévinas. Starki sta kljub temu, da sta bili zapuščeni, rešili rod, ki ju je zapustil. In ko sta rešili rod, sta rešili sebe. S tem je krog medsebojne odvisnosti sklenjen. Drug brez drugega ne moremo. Vsakdo med nami je izjemno pomemben. Ko smo ljudje v temeljnem medčloveškem odnosu, se to jasno kaže.

Peto sporočilo govori, kako pomembno je, da ne zamerimo – govori o odpuščanju. To izkušnjo lahko vsakdo poišče v sebi. Kadarkoli nas življenje sooči z odnosi, ko se moramo odločiti med zamero in odpuščanjem, nam polaga v roke veliko moč. Vse je seveda odvisno od tega, kaj potem v svojih rokah pestujemo. Če pestujemo in negujemo zamero, se ta obrne proti nam samim, če pa negujemo odpuščanje in razumevanje, pridobivamo na moči in zdravju.

Prebiranje zgodbe o ženicah sili človeka v razmišljanje o sebi. Prav v tem je njeno bogastvo. Toda pouk zgodbe se ne omejuje na intimno osebno raven. Čeprav se zgodba odvija v drugi kulturi in drugačnem času, veje iz nje globinski pogled na položaj starih ljudi v družbi, na njihove možnosti in naloge ter na presodke mlajših generacij.

Branka Knific

Za človeka gre Anton Trstenjak



*projekt za kakovostno starost jutri,
ko bo dvakrat več starih ljudi
kakor danes*

*največji projekt slovenske sociale
na področju nematerialnih
socialnih potreb,
ki zadnja leta čedalje bolj prestopa
naše meje v evropski in svetovni
strokovni prostor*

BREZ SAMOPOMOČI NI POMOČI

*kakor si bomo postlali,
tako bomo ležali
(slovenski pregovor)*

*MEDGENERACIJSKE SKUPINE
ZA KAKOVOSTNO STAROST
– medgeneracijske skupine starih za
samopomoč*

*ZA LEPO SOŽITJE MED LJUDMI
NI POTREBNO BITI POPOLN*

*LJUDI IMAMO RADI TAKŠNE,
KAKRŠNI SMO;
DRUGAČNIH SPLOH NI.*

Projekt vodita:



*INŠTITUT ANTONA TRSTENJAKA
Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 LJUBLJANA
in
Združenje za socialno gerontologijo
in gerontagogiko Slovenije*



*Desetletnico skupin starih za samopomoč v Sloveniji smo praznovali
26. maja 1997 v Portorožu.*