

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

ORGANIZIRANO MEDGENERACIJSKO DRUŽABNIŠTVO ZA KAKOVOSTNO STARANJE

Osvežitveni tečaj za prostovoljce v Dobrni, 10. do 12. november 2016

Letošnja tema osvežitvenega tečaja za prostovoljce v organizaciji Inštituta Antona Trstenjaka je bilo medgeneracijsko družabništvo. Udeležilo pa se ga je čez sedemdeset prostovoljcev. Potekal je že sedmo leto, o prejšnjih smo pisali v lanski četrti številki. Ob letošnji temi se bomo osredotočili na vprašanja, kaj je medgeneracijsko družabništvo za kakovostno staranje ter zakaj in kako naj bo organizirano.

V preteklosti je bilo za osebne medčloveške odnose samoumevno poskrbljeno v tradicionalnih družinah, sorodstvenih in sosedskih povezavah, danes pa so življenjske razmere takšne, da se je treba tudi v družini, sorodstvu in sosedstvu osebno odločiti za pristen odnos z drugimi in se učiti dobre komunikacije. Potrebo po pristnih osebnih odnosih pogosto prekrijejo površni in formalni stiki ali navidezno osebni stiki preko virtualnih aplikacij, ki jih omogoča sodobna informacijsko komunikacijska tehnologija (IKT). Razširjenost pripomočkov za komuniciranje je na svojstven način zbližala mlade in deloma tudi srednjo generacijo, kljub temu pa se je povečalo število mladih, ki so osamljeni ali pa imajo težave z duševnim zdravjem. Tudi med starejšimi ljudmi je osamljenosti vedno več, tudi zato, ker je ta generacija vse številčnejša.

Raziskava Staranje v Sloveniji (2013) je pokazala, da je približno vsak deseti prebivalec Slovenije, ki je star 55 let in več, večkrat osamljen. V starosti se povečujejo izgube, tveganje za revščino, socialna mreža se krči, zato je več

samovanja in osamljenosti med starejšimi. Eden od možnih načinov za zmanjševanje socialne izključenosti je medgeneracijsko družabništvo za kakovostno staranje, ki ga na Inštitutu Antona Trstenjaka razvijamo že četrto stoletja.

Izhajamo iz dejstva, da je vsak človek skozi vse življenje tesneje in bolj ohlapno vpet v razne družbene skupnosti in v delovne skupine, toda za kakovostno življenje in človeški razvoj nujno potrebuje poleg tega tudi redno druženje na osebni ravni z enim, dvema ali morda nekaj več ljudmi, po možnosti iz različnih generacij. To smo zapisali v priročnik za prostovoljce *Družabniški dnevnik pri prostovoljskem povezovanju generacij za kakovostno staranje* (2004).

Organizirano medgeneracijsko družabništvo za kakovostno staranje je oblika prijateljskega druženja med starejšim človekom in prostovoljcem iz mlajše generacije, ki nista v krvnem sorodstvu, z namenom medosebnega bogatenja in izključuje vsako materialno korist. Vanj vključujemo naslednje skupine starejših:

- člane medgeneracijskih skupin, ki zaradi starosti ali bolezni ne morejo več hoditi v skupino,
- manj mobilne in kronično bolne, ki živijo sami ali imajo malo pristnih človeških stikov,
- oskrbovance z demenco ali drugimi težjimi boleznimi, da se za uro ali dve razbremeni svojce,
- osamljene individualiste, ki jim ne ustreza skupinsko druženje,
- starejše ljudi, ki se želijo naučiti uporabe sodobnih informacijsko komunikacijskih tehnologij (IKT).

Prostovoljec med usposabljanjem ali po njem v svojem okolju naveže stik s

starostnikom, s katerim gradi trajnejši prijateljski odnos. Tako druženje ima tudi formalne elemente, ki varujejo svobodno izbiro tako starostnika kot prostovoljca. Prostovoljec je dolžan na primeren način povedati starostniku, kakšno vlogo ima v njunem odnosu – torej to, da je prostovoljec in zakaj se bosta družila. Skupaj se dogovorita kje, kdaj in kako bo potekalo njuno druženje in kaj vse bosta skupaj počela, npr. hodila na sprehode, brala, se igrala spominske igre, se pogovarjala ipd. Običajno se prostovoljec in družabnik dogovorita za eno leto druženja po eno uro na teden, na določen dan in ob določeni uri. Če je druženje koristno in prijetno za oba, ga letno podaljšujeta in sčasoma postaneta trajno povezana. Slednje ne velja za družabništvo ob učenju IKT, kjer družabništvo dijaka z upoko-jencem traja praviloma eno šolsko leto; pri tem upoštevamo potrebo mladih, ki morajo v času odraščanja pridobiti čim več različnih izkušenj različnih področij, zato bi bilo dalj časa trajajoče družabništvo z istim človekom lahko obremenjujoče za mladostnika, pri starejših pa je nevarnost, da se preveč navežejo na »svojega« mladega družabnika. Starejši ljudje in prostovoljci se družijo na njihovih domovih in v domovih za starejše, medtem ko se družabništvo ob učenju IKT izvaja v šolskih učilnicah.

Namen medgeneracijskih skupin je, da so člani med seboj trajno povezani, so manj osamljeni in zato živijo kakovostnejše, kot bi sicer. Bilo bi dvolično, če že ne kontradiktorno, da vrednota kakovostne povezanosti traja samo za čas vključenosti v skupino, ne pa tudi potem, ko njen član obnemore in ne more več prihajati. V skupini je vsak teden, dolga leta delil svojo življenjsko zgodbo z drugimi, tam se je počutil sprejetega, ko pa je obnemogel in ostal za štirimi zidovi, toliko bolj potrebuje osebni odnos s kakim članom svoje skupine. Smiselno je, da ostane vsak bivši član skupine

trajno povezan s skupinskim družabnikom, ki je usposobljen prostovoljec ali drug član skupine. Skupinski družabnik tako postane vezni člen med skupino in njenim bivšim članom, sam pa v njej dobiva oporo za osebno druženje in prostor, kjer rešuje dileme in vprašanja, ki se pri takem druženju pojavljajo. Skupinski družabnik in vsi člani skupine so zavezani k etičnim načelom prostovoljstva, med katerimi je osnovno načelo varovanje človeškega dostojanstva vseh. To pomeni predvsem molčечnost o osebnih zadevah starostnika in spoštljiv prenos informacij o starostniku v skupino v obsegu, ki je smiseln za informiranje članov skupine o njihovem onemoglem članu ali pa za razrešitev dilem in vprašanj prostovoljca pri družabništvu z njim.

Obiskovanje in stiki z onemoglimi člani skupin je redna dejavnost skoraj vseh medgeneracijskih skupin, smo ugotavljali na letošnjem osvežitvenem tečaju. Še posebej je družabništvo živahno v MD Ribnica; na tečaju so ga predstavili na okrogli mizi. Njihove izkušnje bomo predstavili v eni od naslednjih številke, tu navajamo drobec iz zgodbe prostovoljke, ki redno pelje svojo družabnico na vozičku iz DU Ribnica na sprehod, običajno na kavo v mestno kavarno: *Marjeta pravi, da se v kavarni v mestu počuti kot normalen človek, v normalnem ritmu življenja, ki ga pozna od prej. Tam se obe sprostita in steče prijeten prijateljski pogovor. Srečni sva. Hvaležni sva druga drugi. Ona meni za obisk kavarne, jaz njej za njene bogate življenjske izkušnje.*

Ponovno se je izkazalo, kako potrebno je, da so prostovoljci družabniki vključeni v medgeneracijsko skupino ali vsaj v intervizijsko skupino, kjer redno obdelujejo svoje družabniške izkušnje. Na ta način skrbijo za kakovost svojega družabništva, ki navdušuje tudi druge člane skupin za tako dejavnost in preprečuje zlorabe ali druge hujše zaplete.

Ksenija Ramovš