

GERONTOLOŠKO IZRAZJE

OSEBNA INTIMNOST

angleško: *personal intimacy*

nemško: *persönliche Intimität*

francosko: *intimité personnelle*

italijansko: *intimità personale*

Varna osebna intimnost je pogoj za človekov razvoj; ta pogoj je enako pomemben kot njegovo aktivno sožitje v socialnih mrežah družinske in drugih skupnosti. Osebno intimnost dajejo človeku: 1. varen osebni prostor, 2. varno osebno doživljanje sebe in okolja, 3. varno sožitje in komunikacija z drugimi. Človekova varna osebna intimnost tvori skupaj z njegovo plodno včlenjenostjo v socialne mreže dva temeljna pola kakovostnega življenja. Oba sta enako pomembna, med njima je energetsko polje s stalno napetostjo. Človek je bitje, ki v tem polju niha med vpetostjo v socialne mreže in osebno intimnostjo. Energija človekovega življenjskega polja se ruši ali odpoveduje, če slabi pol osebne avtonomije in intimnosti ali če slabi pol njegove vpetosti v dobre socialne mreže. Enostranska vpetost v socialne mreže povzroča patologijo pomasovljene razosebljenosti, osamelost v enostranski osebni intimnosti pa patologijo avtistično zaprte razosebljenosti.

Varna osebna intimnost je pomembna vse življenje, odločilno pa občuti človek njeno kakovost ali pomanjkanje v starosti.

Starajočemu se človeku daje varno intimnost njegov **osebni prostor**. Če je že za malega otroka pomembno, da ima svoj kotiček, in za odraslega, da ima svoj delovni in osebni prostor, postaja na stara leta človeku njegovo stanovanje z opremo ter bližnjo okolico skoraj del njega. Zato mu izguba njegovega intimnega prostora ob preselitvi v bolnišnico po zlomu kolka ali v dom za stare povzroča hud osebni šok. Večposteljne sobe v domovih druge in tretje generacije posnemajo

bolnišnico, le da bolnišnica nudi začasno bivanje zaradi zdravljenja, dom za stare pa je dokončni »dom«. Nehoteno bivanje v večposteljni sobi domov za stare ljudi vzame staremu človeku njegov osebni prostor in ga materialno razosebi. Večposteljne sobe v domu za stare ljudi so enako usodna strokovna zmota, kot če v njem skupina stanovalcev nima skupnega prostora, kjer jih iz njihovih sob privablja življenjske dejavnosti, kakršni sta priprava in kuhanje obrokov, ter živahno socialno življenje, kakršnega prinašajo v ustanovo prostovoljci iz okolja.

Drugi element varne intimnosti je **človekovo osebno doživljanje in njegova zavest o sebi**. Človek mora vse življenje, na starost še posebej, gojiti v svoji osebni globini trdno jedro pozitivnega doživljanja samega sebe in svoje življenjske poti. To zdravo osebno jedro sestavljajo dobre življenjske izkušnje, na katere je ponosen, težave, ki jih je uspešno preстал, tudi nezaceljene rane stisk in krivde, zlasti pa njegova najgloblja upanja, verovanja in ljubezen. Ob življenjskih prelomih v starosti, kakršno je na primer izbruh bolezni, poškodba ali preselitev v dom za stare ljudi, je človekovo intimno doživljaljsko jedro glavni vir energije, da s ključovalno močjo duha (Frankl) okreva, kolikor je to mogoče, ter sprejme samega sebe tudi s tistim delom, ki bo morda ostal okrnjen. Od človekovega doživljanja samega sebe je odvisno, koliko je srečen. Čim starejši je človek, tem bolj je njegova srečnost odvisna od tega, koliko v samem sebi doživlja smisel svojega življenja, v socialni mreži pa drugim posreduje svoje najboljše življenjske izkušnje in spoznanja.

Tretji odločilni element varne intimnosti je **komunikacija**. Socialni stiki, tako zasebni kot uradni, se odvijajo s komuniciranjem. Komuniciramo vedno iz neke svoje vloge – npr. družinske ali službene – z drugim v njegovi trenutni družinski, službeni ali

kaki drugi vlogi. Obenem pa komuniciramo vedno le ljudje – enkratne in edinstvene človeške osebe s svojim telesnim, duševnim, duhovnim, socialnim, razvojnim in bivanjskim bogastvom. Vzemimo primer socialne delavke v javnem domu za stare ljudi, ki se pogovarja s starim človekom v domu: z njim komunicira v svoji uradni vlogi, on pa je v svoji vlogi stanovalca ustanove. Obenem pa sta oba v enaki meri človeški osebi. Če bi v domu za stare ljudi zaposleni komunicirali s stanovalci samo iz svojih službenih vlog, bi se posledično stanovalci odzivali samo iz vloge »oskrbovancev«; življenje v domu bi bilo bolj podobno uradu kakor domu. Če pa bi skušali komunicirati samo kot ljudje in odmisлити svoje vloge v ustanovi, bi bilo njihovo sožitje podobno poljubnemu srečevanju in klepetanju na tržnici; življenje in delo ustanove za oskrbovanje onemoglih starih ljudi pa bi se sesulo v kaos. Kako težko je, če ljudje ne sprejmejo svoje vloge onemoglega prejemnika pomoči, vedo negovalke v domu, ki potrebujejo vso modrost poklicnih izkušenj in osebne človeške topline, da brez nasilja spravijo v kopalnico odklonilnega stanovalca. In kako težko je, če negovalka ne upošteva, da sta ona in stanovalec enako človeka, ve stanovalec, ko mu brez trkanja vdirajo v sobo ali ga brez napovedi odpeljejo na kopanje, ko pričakuje obisk. Ljudje skušamo komunicirati samo iz svojih uradnih poklicnih, družinskih ali civilnih vlog zlasti zaradi neusposobljenosti za komuniciranje in strahov. Kdor se nauči držati v komunikaciji ravnotežje med svojo in sogovornikovo trenutno vlogo in človeško osebo, obvlada umetnost dobrega človeškega sožitja. S tem ohranja in krepi varno osebno intimnost vseh.

Za poklicno in globlje osebno komuniciranje s starim človekom je značilna zaupnost, ki odgo-varja spoštovanju človekove intimnosti. Težnja po spoštovanju te potrebe se na uradni ravni kaže v strogi zakonodaji o varstvu osebnih podatkov in v etičnih načelih poklicne molčečnosti. Intimna zaupnost je za onemoglega starega, bolnega, duševno in socialno šibkega ali ranjenega človeka ne samo zelo ugodno, ampak nujno potrebno

okolje. V njem je zavarovano njegovo osebno človeško dostojanstvo, ki ga doživlja ambivalentno, saj ima običajno načeto ali uničeno samozavest in samospoštovanje. V takem odnosu pride do veljave zdrava sramežljivost (Frankl, antropohigiena) in njeno spoštovanje. Antropološka vsebina pojma sramežljivost pojasni, zakaj sta poklicna molčečnost ter zaupno človeško vzdušje nujno potrebna v individualnih in skupinskih pogovorih, tako pri strokovnem kakor pri prostovoljskem delu, pa tudi v družinskem sožitju.

Človek ima po svoji socialni naravi potrebo, da svoje izkušnje in spoznanja sporoča drugim. Velik del spoznanj, čustev in doživetij doseže svoj smisel šele, ko jih človek razodene drugemu; vendar pogosto čisto določenemu človeku ali skupini ljudi, ne smejo pa se širiti naprej med druge. Del njegove duševne vsebine pa je tak, da mora ostati njegova zaupna osebna skrivnost, sicer izgubi smisel. Svoja spoznanja, izkušnje in doživetja mora torej človek sporočati drugim takrat, ko je smiselno za druge in zanj, ter na način, ki je smiseln zanj in za druge. Pri tem lahko razlikujemo tri kroge zaupnosti.

Najširši zunanji krog zaupnosti vsebuje vse, kar lahko človek vsak trenutek sporoči in zaupa vsakomur. Ta krog je popolnoma odprt navzven. V njem se gibljemo pri klepetu in drugih površnih brezosebnih in splošnih pogovorih.

Srednji krog zaupnosti vsebuje človekova osebna spoznanja, čustva, doživetja in izkušnje, ki so povezane z njegovimi glavnimi življenjskimi vrednotami; te vsebine je smiselno posredovati ljudem, ki jim bodo koristile, in na tak način, da ni nevarnosti zlorabe. V srednjem krogu zaupnosti komuniciramo pri poglobljenem osebnem pogovoru ali pogovoru ob življenjskih izkušnjah v skupini. Komunikacija v tem krogu zaupnosti je glavno orodje za človekovo osebno rast in za poglobljanje sožitja v družini in drugih osebnih skupinah.

Notranji krog zaupnosti pa tvorijo izrazito intimne osebne doživljske vsebine in izkušnje.

Ta krog je zaprt v samem sebi. Vsako občenje njegove vsebine javnosti je škodljivo za človeka samega in (ali) za druge. Vanj sodijo spoznanja, ki še niso dovolj izoblikovana in jasna, da bi bila verodostojna, ali pa jih človek še ne zna primerno izraziti drugemu, ker so še na ravni nepreverjenih dvomov ali nezrelih zamisli. Sem sodijo negativne doživljajske vsebine, ki jih še ni osebno prav obdelal, na primer lastna krivda ali sumničenje drugih. Končno so to izkušnje v osebni duhovni jedru človeka, kamor sodijo njegove najintimnejše izkušnje z ljudmi in najgloblji odnos z Bogom. Izkušnje notranjega kroga zaupnosti so povezane s tem, kar fenomenologija imenuje sveto (Rudolf Otto). Te vsebine *presnavlja* človek sam v svoji »zaklenjeni kamrici«, dokler ne dozori, da lahko preidejo v srednji krog zaupnosti. Morda jih izreče v skrajno zaupnem odnosu spovedniku, terapevtu, včasih neznanemu tujcu.

Sramežljivost v notranjem krogu zaupnosti je prodorno opisal Ivan Cankar v *Podobah iz sanj*: »Vsak človek, tudi najsiromašnejši, ima v hiši svojega življenja posebno kamrico, za katero nosi ključ zmerom s seboj in ga ne posodi nikomur. Gostu odpre gosposko izbo, prijatelju klet, popotniku svislj; te kamrice pa še bratu ne. Tudi sam prestopi njen prag le ob največjih praznikih, ob urah usodnega spoznanja, najvišjega veselja, najgloblje žalosti in v predsmrtnem strahu. Vanjo spravi, kar je kdaj od srca ljubil.« (Zaklenjena kamrica) »... On ve, da so si v tistih tihih globočinah 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 ...» (Iz dna)

Vsi trije krogi zaupnosti so enako pomembni. Ravnotežje med njimi je pomembna sestavina človekovega osebnostnega ravnotežja in ravnotežja v medčloveških odnosih.

Socialna psihologija je raziskala tako imenovane domske ali institucionalne poškodbe na osebnosti in sožitju ljudi v ustanovah, kjer ni zadovoljena njihova potreba po osebni intimnosti;

glede tega so zlasti nevarne totalne institucije, ki izhajajo iz predpostavke, da človeku zadovoljujejo vse njegove potrebe. Ljudje z domskimi poškodbami so kronično prikrajšanost v osebni intimnosti ponotranjili tako, da so izgubili čut zanj, kolikor so ga sploh razvili. Nevarnost zanje ni samo v zavodih za otroke in mladino, ampak tudi v domovih za stare ljudi; ni samo v avtoritarno vodenih ustanovah, ampak tudi v permisivnih in v ustanovah, ki s pikolovsko natančnostjo pazijo na varovanje osebnih podatkov.

V zgodovini so se vedno pojavljale tudi nasilne ustanove, ki formalno vzamejo človeku vso osebno intimnost in dostojanstvo; iz nedavne preteklosti so npr. znana koncentracijska taborišča in gulagi ali pa vojaki, ki morajo streljati talce ali so sami postavljeni v vrsto žrtev, če se streljanju nedolžnih uprejo. Take ustanove so skrajni primer človeške in socialne patologije, ki razčloveči tako »zaposlene« kot žrtve.

Če prinaša življenje v totalni instituciji nevarnost za osebno intimnost, se lahko vprašamo, kako je z intimnostjo pri samovanju, ko človek živi (dolgo)trajno povsem sam. Samovanje ljudi s staranjem narašča: pri 50 letih starosti samuje vsak deseti prebivalec Slovenije, med 75. in 80. letom vsak tretji; ženske skoraj dvakrat pogosteje kot moški. Pri samovanju je osnovna nevarnost izgubljanje socialne mreže, ki lahko vodi v patološki razvoj osebne intimnosti v smeri ljudomrziškega čudaštva, posesivnega komuniciranja pri stikih z ljudmi, privzdignjene drže nad ljudmi, ki živijo v družinskem sožitju ipd. Če upoštevamo, kar smo rekli o povezanosti med osebno intimnostjo in kakovostnim komuniciranjem v socialnih mrežah, je pri samovanju ogrožen zlasti drugi element intimnosti, to je varna trdnost v človekovem osebni doživljanju samega sebe.

Zadovoljevanje potrebe po osebni intimnosti je torej ena od pomembnih nalog staranja ne glede na to ali živi človek v ustanovi, v lastni družini ali sam.

J. Ramovš