

## NACIONALNA MREŽA SKUPIN STARIH LJUDI ZA SAMOPOMOČ

### PREDSTAVITEV ZDRUŽENJA

Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije je nevladna neprofitna organizacija, ki deluje v javnem interesu v socialnem varstvu od leta 1992.

Poslanstvo organizacije je ustvarjanje pogojev za preživljanje kakovostne starosti na področju medčloveških odnosov, medgeneracijske povezanosti in priprave srednje generacije na starost.

Združenje kot krovna organizacija skrbi za razvoj lokalnih mrež skupin starih ljudi za samopomoč in jih povezuje v nacionalno mrežo. V slovenskem prostoru je ob koncu leta 2002 delovalo 470 skupin, v katere je bilo vključenih 4.588 oseb, starih nad 65 let.

Nekaj več kot polovica tovrstnih skupin deluje v domovih za stare ljudi in posebnih socialno-varstvenih zavodih, druga polovica skupin pa v lokalnih skupnostih za stare ljudi, ki še živijo na svojih domovih. Skupine vodi 720 za to usposobljenih voditeljev, ki so v program vključeni kot prostovoljci.

### NEKATERI POMEMBNI MEJNIKI

Prvo skupino starih ljudi za samopomoč sta 5. 3. 1987 v domu upokojencev v Izoli ustanovila Tone Kladnik in Roberta Zerbo. Prvo skupino starih ljudi za samopomoč je 1. 9. 1989 v Ilirski Bistrici ustanovila Mimica Primc.

Prvi obsežnejši pisni dokument o programu »skupine starih ljudi za samopomoč« z naslovom »Izkušnje s skupinami starih ljudi v DU Izola« Branke Knific je izšel v *Socialnem delu* l. 1988 (številka 4).

Prvo srečanje prve organizirane medgeneracijske povezave med družinami zdravljenih alkoholikov v društvu Viharnik in osamljenimi stanovalci doma upokojencev v Izoli sta 29. decembra 1989 vodila Branka Knific in Tone Kladnik.

Prve skupine starih ljudi za samopomoč na Obali so bile deležne številnih obiskov in zanimanja strokovne in širše javnosti. V nadaljevanju so bile ustanovljene tovrstne skupine še v Beli Krajini, na Koroškem, v Savinjski dolini, na Štajerskem, Notranjskem, v Vipavi in Pomurju in v osrednjem delu Slovenije. Tako se je počasi, a vztrajno širila nacionalna mreža skupin, vse do danes, ko je prerasla v stabilen program nacionalnega pomena.

V letih 1989–1991 je bil program »skupine starih ljudi za samopomoč« organiziran in voden kot akcijskoraziskovalni projekt pri Univerzitetnem zavodu za zdravstvo in socialno varstvo Ljubljana, vodil ga je Jože Ramovš. Projekt se je zaključil z izdajo metodičnega priročnika Skupine starih ljudi za samopomoč avtorjev Jožeta Ramovša, Toneta Kladnika, Branke Knific in drugih.

23. junija 1992 je bilo ustanovljeno Združenje za socialno gerontologijo in gerontagogiko Slovenije kot krovna organizacija programa »skupine starih ljudi za samopomoč« in kot strokovno združenje voditeljev skupin starih ljudi za samopomoč. Z razvojem programa »skupine starih ljudi za samopomoč« je nastala tudi potreba po povezovanju nosilcev tega programa, po medsebojni izmenjavi izkušenj in znanj udeleženih v programu. Povezava v združenje je omogočila enoten nastop do financerja (ministrstva za delo, družino in socialne zadeve) in načrtovan razvoj programa.

Inštitut Antona Trstenjaka je bil pooblaščen za supervizijo in usposabljanje voditeljev prostovoljcev ob aktivnem sodelovanju organizatorjev lokalnih mrež v združenju.

Junija 1994 je Branka Knific organizirala prvi medgeneracijski tabor v Gorjah pri Bledu. Od takrat je organiziranih vsako leto več tovrstnih taborov v vseh regijah Slovenije.

Leta 1998 je v okviru Centra za socialno delo Žalec izšla knjiga Irene Pražnikar *Spominčice*, prva publikacija, ki so jo pripravile članice skupin iz Spodnje Savinjske doline.

S sklepom izvršnega odbora združenje v celoti prevzema odgovornost za organizacijo in realizacijo usposabljanja prostovoljcev, voditeljev skupin v okviru nacionalne mreže, ki je prej potekalo v sodelovanju s Inštitutom Antona Trstenjaka. Izdelali smo lasten program »usposabljanje za vodenje skupin starih ljudi za samopomoč«, ki ga je potrdila socialna zbornica.

V letu 2000 je ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve sprejelo program »skupine starih ljudi za samopomoč« v štiriletno financiranje v okviru Plana socialnega varstva do leta 2005; s tem so nastali pogoji za profesionalno zaposlitev v združenju.

Prva zaposlitev združenju za poln delovni čas je bila 1. 2. 2001. Zaposlila se je podpisana (kot koordinatorka nacionalne mreže skupin). Ustanovili smo poslovno enoto v Mariboru in pridobili materialne pogoje za delovanje organizacije.

Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve nam je v letu 2001 podelilo status organizacije, ki deluje v javnem interesu na področju socialnega varstva, in nam omogoča lažje pridobivanje sredstev še iz drugih virov.

## OSNOVNE VSEBINE V PROGRAMU IN RAVNI DELOVANJA

Skupina starih ljudi za samopomoč je naključno zbrana skupina do deset oseb, starih nad 65 let, vključno z voditeljskim parom. Osnovna značilnost izvajanja programa je, da se skupina srečuje redno, enkrat tedensko po uro in pol do dve ure, vedno ob istem času in v istem prostoru.

Dejavnosti v skupini vodita največkrat po dva za to usposobljena voditelja. Ena temeljnih dejavnosti v skupini je pogovor o določeni temi, ki omogoča izmenjavo izkušenj, spoznanj itn. in v katerem enakovredno sodelujejo vsi člani, vključno z voditeljema.

V skupini izvajamo še druge dejavnosti, kot so petje, sprehodi, izleti, obiski gostov, sodelovanje na medgeneracijskih taborih, dejavnosti, ki povezujejo in zbližujejo ljudi ter omogočajo doživljanje smisla v starosti.

Skupina po določenem času dozori v prijateljsko skupino, nadomestno družino, ki posamezniku daje varnost in sprejetost.

Voditelji skupin so praviloma predstavniki srednje generacije, ki so po eni strani izvajalci programa »skupine starih ljudi za samopomoč«, po

drugi strani pa so tudi uporabniki programa. Program jim namreč omogoča ustvariti mrežo za lastne potrebe na področju zadovoljevanja nematerialnih človekovih potreb v starosti in s tem pripravo na lastno starost.

Pravilnik o izvajanju programa »skupine starih ljudi za samopomoč« v združenju v 15. členu pravi: »Voditelji skupin se združujejo v intervizijske skupine. Intervizijsko skupino sestavlja do 15 voditeljev, ki se srečujejo enkrat mesečno po vnaprej pripravljenem dnevnem redu. Pri svojem delu upoštevajo principe intervizije. Srečanje intervizijske skupine skliče in vodi eden izmed voditeljev, ki nalogo prevzame na predhodnem srečanju. O delu intervizijske skupine se piše zapisnik. Za redno intervizijsko srečevanje je odgovoren organizator lokalne mreže.«

Intervizijska skupina na lokalnem nivoju omogoča voditeljem skupin prostor za učenje, posredovanje informacij in izmenjavo izkušenj o delu v temeljni skupini in osebnem doživljanju ob delu z ljudmi, razpravo o prebrani strokovni literaturi in prijateljsko druženje.

Lokalno mrežo skupin sestavlja večje število medseboj povezanih skupin starih ljudi za samopomoč, te so v posameznih lokalnih okoljih različno velike.

Lokalne mreže zajemajo skupine, ki delujejo v domovih za stare ljudi in v domačem okolju, in eno ali več intervizijskih skupin. Formalno so organizirane lokalne mreže v medgeneracijskih društvih in sekcijah združenja.

Povezava na regionalni ravni je v fazi razvoja in vzpostavljanja ključnih struktur programa.

V regionalno mrežo skupin starih ljudi za samopomoč se povezuje več lokalnih lokalnih mrež za načrtovanje razvoja programa, za dogovarjanje in načrtovanje skupnih akcij, za načrtovanje razvoja regijske mreže, za načrtovanje in organiziranje usposabljanja in izobraževanja prostovoljcev, za sodelovanje v nacionalni mreži, za povezavo in sodelovanje z različnimi nosilci pomoči starim ljudem v regiji.

Na regionalnem nivoju bo ključni nosilec delovanja programa regijski organizator mreže, tako v povezavi z lokalnimi mrežami skupin kakor v povezavi v nacionalno mrežo skupin.

Organizacijski in razvojni načrti v določeni regiji za izvajanje tega programa namreč zahtevajo osebo, ki bo zaposlena za poln delovni čas. Vzpostavitev te ravni delovanja programa »skupine starih ljudi za samopomoč« je v letu 2003 prioriteta

naloga združenja.

Izvajanje programa »skupine starih ljudi za samopomoč« na nacionalnem nivoju koordinirata in organizirata koordinatorka nacionalne mreže skupin in strokovni vodja programa. Vloga nacionalne organizatorke je načrtovanje, organiziranje in koordiniranje dela v Sloveniji. Spremlja uresničevanje dogovorjenih nalog, informira lokalna okolja o novostih, skrbi za načrtovanje širjenja mreže, organizira dodatna usposabljanja lokalnih organizatorjev, intervizijo in supervizijo za lokalne organizatorje.

Strokovni svet združenja sestavljajo organizatorji lokalnih mrež skupin starih ljudi za samopomoč. Njegova naloga in odgovornost sta skrb za razvoj metodologije dela in za vsa strokovna vprašanja, ki se nanašajo na razvoj programa »skupine starih ljudi za samopomoč« in na razvoj socialne gerontologije in gerontagogike.

Za posamezno nalogo v okviru programa ustanovimo projektno skupino, ki jo sestavljajo lokalni organizatorji lokalnih mrež. Take skupine delujejo za čas trajanja svoje naloge.

Nekateri lokalni organizatorji vodijo program usposabljanja in izobraževanja za vodenje skupin. Združenje organizira in izvaja program usposabljanja in izobraževanja prostovoljcev, voditeljev skupin. Program traja 120 ur, razporejenih v dvanajst mesecev. V procesu usposabljanja kandidat pridobi potrebna znanja za ustanovitev skupine starih ljudi za samopomoč, za poznejše vodenje te skupine in za vključitev v lokalno mrežo.

Prva številka *Prepletanj* je izšla 10. 1. 2001. Revija omogoča pretok informacij med vsemi udeleženci, tako uporabniki kakor izvajalci programa. Vsebuje tri temeljne vsebinske sklope. Najprej je strokovni del, ki pomaga širiti znanje s področja socialne gerontologije in gerontagogike. Drugi del namenja prostor informacijam o izvajanju programa v različnih okoljih, kar omogoča povezovanje številnih udeležencev programa. Tretji sklop revije obsega obvestila in napovedi pomembnih dogodkov v okviru nacionalne mreže.

## OBSEŽNOST PROGRAMA

Nacionalna mreža skupin starih ljudi za samopomoč obsega ob koncu leta 2002 leta 470 skupin.

V 250 skupinah se družijo stanovalci socialnih zavodov, v 220 skupinah pa se družijo stari ljudje, ki živijo na svojih domovih. Skupno je vključenih

v naš program 4.588 oseb starih nad 65 let. Te skupine vodi 720 za to usposobljenih voditeljev in 25 organizatorjev lokalnih mrež.

V program se vključujejo tudi številni mladi prostovoljci, ki sodelujejo v medgeneracijskih skupinah, pri individualnem druženju s starimi ljudmi in v medgeneracijskih taborih.

Pri izvajanju programa sodeluje:

- 15 lokalnih medgeneracijskih društev,
- 46 socialno varstvenih zavodov,
- 28 centrov za socialno delo,
- številne organizacije RK,
- društva upokojencev,
- društva invalidov
- Karitas
- zdravstveni domovi in drugi.

Program skupine starih ljudi za samopomoč deluje v 90 slovenskih občinah.

## UČINKI IN VPLIV PROGRAMA SKUPINE STARIH LJUDI ZA SAMOPOMOČ

Čeprav gre za program, kjer je v ospredju skupinsko delo, je v programu skupine starih ljudi za samopomoč na prvem mestu star človek s svojimi specifičnimi lastnosti, potrebami, možnostmi in zmožnostmi.

Vsakemu vključenemu staremu človeku program omogoča ohranjanje in širjenje socialne mreže. V skupini se sčasoma ustvarijo pristni medčloveški odnosi, prijateljska naklonjenost. Prav zaradi majhnosti skupine (šteje največ 10 članov) ta nadomesti izgubljeno družino ali ožje socialno okolje. Med člani se razvije medsebojna pomoč, samopomoč in solidarnost. Druženje v skupini omogoča posamezniku odkrivanje smiselnih možnosti, mu ohranja vitalnost, krepi zdravje, ohranja sposobnosti in vpliva na poznejšo vključitev v domsko varstvo.

Kandidatom za vodenje skupin program omogoča pridobivanje novih znanj in izkušenj. Socialnim delavcem, ki vodijo skupine, pa program preprečuje poklicno izgorelost.

Voditeljem v začetnem obdobju upokojitve pomeni sodelovanje v projektu premostitev krize ob upokojitvi, voditelji, predstavniki srednje generacije v programu imajo možnost realizirati osebo pripravu na lastno starost.

Program je zelo stabilen, tudi prve skupine, ki so nastale že pred petnajstimi leti, še delujejo.

