

# PAR V ČASU PREHODA V UPOKOJITEV

## *Kvalitativna študija na podlagi utemeljene teorije*

### POVZETEK

*Večina ljudi, ki se danes upokoji, živi v partnerstvu. V študiji sem raziskala, kakšne spremembe doživljajo pari pri prehodu (enega ali obeh) v upokojitev, kako jih dojemajo in ocenjujejo ter katere strategije in vzorce obvladovanja pri tem uporabljajo. S pomočjo utemeljene teorije, ki sta jo razvila Glaser in Strauss (1967), sem raziskala položaj osmih parov in ene samske osebe, pri čemer sem uporabila problemske intervjuje po Witzlu (1989). Teoretični model pojasnitve, ki sem ga razvila v študiji, temelji na ideji teoretične vloge. Glavna naloga za obvladovanje prehoda v upokojitev je, da se na individualni ravni in ravni para na novo organizira niz vlog.*

**Ključne besede:** upokojitev, upokojevanje, partnerstvo, obvladovanje

### THE RETIRING COUPLE – A QUALITATIVE STUDY BASED ON GROUNDED THEORY – ABSTRACT

*A large proportion of retiring people live with their partners. The study *The Retiring Couple – a Qualitative Study Based on Grounded Theory* deals with the questions of which changes the couples have to face, how they perceive them and which coping strategies they use when they retire. The situations of eight couples and one single person were explored by means of the Grounded Theory by Glaser and Strauss (1967) and the problem-centered interviews (Witzel 1989). The explanatory model deriving from the results relies on a role-based concept. The re-organisation of the role-system (of the individual on the one hand and the couple on the other hand) therefore turns out to be the basic strategy to cope with retirement.*

**Keywords:** retirement, retirement process, coping, partnership

Leta 2007 je 78 odstotkov moških, starih med 50 in 59 let, živelo v zakonu ali zunajzakonski skupnosti. Pri ženskah je ta delež znašal 72,9 odstotka (Statistik Austria, 2008). Če ti dve številki primerjamo s povprečno starostjo pri upokojitvi (leta 2007 je bila pri Avstrijcih 58,9 leta in pri Avstrijkah 57,9 leta), postane očitno, da okoli tri četrtine oseb, ki se upokojijo, živi v partnerstvu.

Tako kot vsak drug prehod tudi upokojitev povzroča spremembe, ki zahtevajo prilagoditev (tj. obvladovanje). Spremembe, ki nastanejo z upokojitvijo, pa niso pomembne samo za osebo, ki se upokoji, ampak tudi za njenega partnerja ali partnerico. Prehoda v zadnje življenjsko obdobje praviloma ne ocenjujejo kot negativen dogodek, a lahko glede na medsebojni odnos partnerjev pomeni tudi obremenitev.

V pričujoči študiji sem položaj prehoda postavila v kontekst odnosov med pari – v središču

niso bile le spremembe in posledice, ki jih pri naša upokojitev za osebo, ki se upokoji, ampak tudi spremembe in posledice za partnerja ali partnerico oz. za sam partnerski odnos. Sledijo poglobitni izzivi, ki so povezani z upokojitvijo partnerja.

### SPREMEMBA ČASOVNE STRUKTURE IN IZRABE ČASA

Z upokojitvijo mora oseba na novo oblikovati vsakdanjik. Dnevi in tedni ne potekajo več v takšni obliki, kot so potekali v obdobju zaposlitve; čas, ki ga upokojenec preživlja sam ali skupaj s partnerjem, je treba na novo organizirati. Posledice so lahko razočaranje, denimo če se ne izpolni pričakovanje, da bosta s partnerjem preživela več časa skupaj. Različen način preživljanja prostega časa partnerjev lahko pri tem postane problem.

### **Izguba samopotrditve**

Zaposlitev pomeni za osebo samopotrditve, in ko ni več zaposlena, morajo to nalogo prevzeti druge funkcije (npr. neplačane funkcije, varstvo vnukov ...). Tudi izgubo socialnih stikov lahko občuti kot obremenjujočo. Če se upokoji samo eden od partnerjev, lahko v partnerstvu pride do neravnovesja ali pa se znotraj njega spremenijo razmerja moči. Oseba, ki se je upokojila, ne prispeva več finančnega deleža z aktivnim delom. Zaradi tega lahko pride do sporov glede vlog in nalog.

### **Problematika vlog in delitev nalog**

Problematika vlog je očitna zlasti v partnerstvih, v katerih je eden od partnerjev gospodinjal. Ta zdaj večjo pomoč partnerja pogosto občuti kot vdor v svoje področje. Po eni strani želi upokojeni partner sooblikovati gospodinjstvo, po drugi strani pa drugi partner njegove predloge za izboljšavo dojema kot razvrednotenje dolgoletnega dela. Za partnerja so zunanje dejavnosti, recimo delo na vrtu, možnost, da se izogneta sporom.

### **Ni več nekaterih navad in običajev**

Ni več skupnih jutranjih poti na avtobus, klicev v času kosila ali zgodnjega vstajanja med tednom in dolgega poležavanja v postelji ob koncih tedna. Vse to so partnerjema postali obredi. Partnerji, ki jih povezujejo predvsem navade, povezane z delom, so zato z upokojitvijo postavljeni na preizkušnjo.

### **Nova opredelitev odnosa**

Spremembe, ki jih povzroča upokojitev, zahtevajo, da partnerja na novo premislita, kakšen je njun odnos. Kako bosta (skupaj) obvladala različne obremenjujoče dejavnike?

### **Izguba službenega dela kot posebnega področja**

Posamezniku lahko služba pomeni del »lastnega življenja«, posebno področje, na katerem do določene stopnje sprejema odločitve, za katere

je odgovoren. Tudi gospodinja, ki ni bila zaposlena, ne more več po mili volji gospodariti, ko se mož upokoji in doma preživi več časa.

### **Upokojitev kot začetek zadnjega življenjskega obdobja**

Ko se posameznik sooča s prehodom v upokojitev, se mora soočiti tudi s staranjem in lastno smrtnostjo.

### **Refleksija o sebi**

Z upokojitvijo se znova postavi vprašanje o smislu. Kateri so moji cilji? Kako naj oblikujem to novo življenjsko obdobje? Ključnega pomena ni več vprašanje, kaj moram narediti, temveč, kaj želim.

### **Spremembe v materialnem položaju**

Upokojitev večinoma vodi tudi k poslabšanju materialnega položaja. Če tega ni mogoče preprečiti z morebitnimi ukrepi, grozi nevarnost, da se bo poslabšal življenjski standard, ki ga je posameznik vajen.

### **Druge spremembe**

Dodatni dejavniki, ki se lahko pojavijo v tem življenjskem obdobju, so: zdravstvene težave, zmanjšanje telesnih zmognosti, bolezen partnerja, ki potrebuje nego, spremembe v družinskem okolju (odselitev otrok), obveznosti zaradi varstva vnukov ipd.

## **METODA**

Izbrala sem kvalitativno metodo raziskovanja, ki se opira na utemeljeno teorijo Glaserja in Straussa (prim. Glaser in Strauss, 1967). Zanj je značilno, da jo nenehno prilagajamo in modificiramo glede na podatke, ki jih zberemo med raziskavo. To pomeni, da različne stopnje analize podatkov (zbiranje podatkov, kodiranje, oblikovanje kategorij, razvoj hipotez in teorij) potekajo vzporedno in podpirajo druga drugo. Za interpretacijo je bila osrednjega pomena izvedba kvalitativnih intervjujev. V raziskavi

sem uporabila metodo problemskih intervjujev po Witzlu (prim. Witzel, 1989), ki se v velikem delu opira na omenjeno teorijo Glaserja in Straussa.

Intervjuje sem naredila skupno z osmimi pari in eno samsko osebo, pri čemer so intervjuji skladno z načeli utemeljene teorije potekali postopoma, in sicer so temeljili na prejšnjem intervjuju/intervjujih ter vprašanjih in hipotezah, ki so iz njih izhajali.

*Najpomembnejša naloga pri obvladanju prehoda posameznika v upokojitvev je nova organizacija njegove vloge.*

### IZSLEDKI

Pokazalo se je, da je najpomembnejša naloga pri obvladanju prehoda v upokojitvev nova organizacija vlog – na individualni ravni, na ravni partnerja in na ravni para.

Slika 1 grafično prikazuje proces, ki se začne, ko oseba izgubi vlogo, ki izhaja iz zaposlitve. Z neravnovesjem, ki pri tem nastane v nizu vlog, se posamezniki spopadajo z različnimi strategijami, ki na oblikovanje novega stabilnega niza vlog lahko vplivajo pozitivno ali negativno. Poleg teh strategij so še drugi spodbujevalni oz. zaviralni dejavniki vpliva, denimo dobro ali slabo zdravstveno stanje ali specifične okoliščine upokojitve.

## VLOGE – CILJI, STRATEGIJE IN DEJAVNIKI VPLIVA

V nadaljevanju bom obravnavala tri različne ravni vlog, in sicer glede na to, kateri cilji so z njimi povezani in katere strategije uporabljajo pari, da bi te cilje dosegli. Poleg tega bom omenila še druge dejavnike vpliva, ki lahko poleg spodbujevalnih strategij pripomorejo k uspešnemu obvladovanju prehoda oz. ga lahko otežijo.

### Lastne oz. individualne vloge

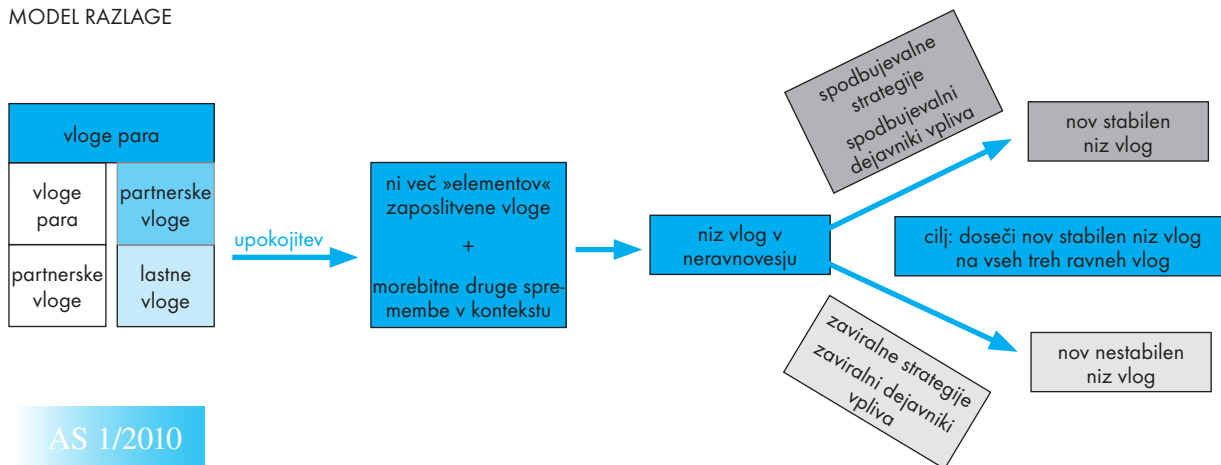
Gre za to, da posameznik izrabi svoj prosti čas tako, da mu to prinaša čim večje zadovoljstvo, da torej najde tak način za oblikovanje časa, ki je zanj zadovoljiv.

Možna strategija za to je, da *razširi druge že obstoječe vloge*, in sicer tako, da spremeni prioritete. Posameznik ohrani svoja zanimanja in hobije oz. razširi te dejavnosti. Večina ljudi uporablja neko obliko te strategije, kar kaže na pomen kontinuitete. Če pa posameznik za nadomestitev zaposlitvene vloge nima na voljo alternativnih vlog, mu to pri upokojitvi povzroča velike težave.

*Prevzem novih vlog*, kot je denimo vloga babice ali dedka, je nadaljnja možnost, kako izrabi ti čas, ki je na voljo. Če za posameznika takšne

Slika 1: Proces, v katerem se na novo oblikuje niz vlog

MODEL RAZLAGE



nove vloge niso zadovoljujoče ali izpolnjujoče, pomenijo zanj obremenitev in jih ne vključijo v niz vlog. Posledica ni stabilizacija niza vlog, ampak vodi to v še večje neravnovesje.

Tretja strategija je, da posameznik *ohrani določene vidike zaposlitve*. Pri tej obliki obvladovanja nadaljuje poklicno dejavnost, ki jo pogosto opravlja na črno. Tudi na povsem psihološki ravni lahko še naprej obstajajo elementi zaposlitve. »Po smislu se sploh ni nič spremenilo. Vseeno je, ali gre za pokojnino ali plačo. Denar prihaja na moj račun,« pravi eden od intervjuvancev.

### Partnerske vloge

Za vsako vlogo lahko predpostavimo, da ji ustreza ustrezna vloga na strani partnerja (denimo če je mož kolesar, je partnerica »kolesarjeva žena«). Vsaka sprememba vlog posameznika vpliva tudi na partnerjev niz vlog. Naloga na tej ravni je, da partner takšne vloge vključi v svoj niz vlog oz. da se po potrebi pogodi s partnerjem oz. partnerico.

### Vloge para

*Par kot delovna skupnost*: s prehodom v upokožitve mora par to vlogo načeloma na novo opredeliti, še zlasti delitev gospodinjskih opravil. V literaturi se pogosto omenja problem, da žena ne odobrava sodelovanja moža v gospodinjstvu. Svojega »podedovanega« področja pristojnosti ni pripravljena »deliti«, zato moževa prizadevanja lahko vodijo k sporu v partnerstvu.

*Par kot življenjska skupnost*: v smislu stanovalniške skupnosti gre za odnos bližine in oddaljenosti, pa tudi za organizacijo vsakdanjika. Zaradi upokožitve partnerja oz. partnerice par neobičajno veliko časa preživi v istem okolju. Zlasti za gospodinjstvo se z upokožitvijo moža njen običajni vsakdanjik postavi na glavo. Nujno je, da par na novo organizira vsakdanjik, in sicer v smislu, da na novo razdeli naloge v gospodinjstvu.

*Par kot gospodarska skupnost*: par kot gospodarska skupnost je s spremenjenim materialnim položajem, ki je povezan z upokožitvijo – večinoma je na voljo manj denarja kot prej – postavljen pred nove zahteve. Odločiti se mora o možnih izdatkih in prihrankih.

### Dejavniki vpliva

Zdravstveno stanje ima odločilen vpliv na doživljanje in oblikovanje upokožitve. Načeloma lahko slabše zdravje onemogoči, da bi posameznik prevzel določene vloge oz. nadaljeval določene vloge (denimo vlogo športnika), in potemtakem prepreči možne načrte za čas po upokožitvi.

*Materialni položaj* v upokožitvi vpliva na par kot gospodarsko skupnost, po možnosti lahko vpliva tudi na druge vloge (ki

*Upokojeni par mora reorganizirati vsakdanjik in na novo razdeliti naloge v gospodinjstvu.*

*Zdravstveno stanje ima odločilen vpliv na doživljanje in oblikovanje upokožitve.*

V intervjujih se je pokazalo, da lahko ljudje *kumulacijo sprememb v kontekstu*, tj. sprememb, ki so hkratne z upokožitvijo, doživljajo kot breme, celo če te spremembe same po sebi niso negativne (npr. prevzem vloge starega starša). Poleg tega je pomembno, ali ima oseba na voljo *alternativne vloge* (npr. za oblikovanje prostega časa), kako ocenjuje *upokožitve samo po sebi* (da so se je »znebilo« ali kot možnost za nov začetek), ali se je na upokožitve na kakršenkoli način *pripravila vnaprej* – npr. se je s tem miselno spoprijela in »skovala načrte«. *Osebnostne značilnosti* (npr. zmožnost in pripravljenost, da se spusti v kaj novega) in *kvaliteta partnerstva* so nadaljnji bistveni dejavniki, ki vplivajo na doživljanje prehoda v upokožitve. Dejstvo, da sta partnerja bolj odvisna drug od drugega in da večinoma skupaj preživita precej več časa, lahko na dober partnerski odnos vpliva pozitivno, partnerja, ki imata slab odnos, pa doživljata to kot dodatno obremenitev. Nazadnje je treba omeniti še *družbene dejavnike* – kakšna je npr. podoba upokožen/upokojencev v družbi, ki lahko na subtilen način vplivajo na samopodobo osebe, ki se upokoji.

si jih denimo upokojenec ne more več privoščiti).

*Okoliščine upokojitve* oz. pogled posameznika nanje imajo prav tako pomemben vpliv na doživljanje prehoda. V študiji se je kot glavno merilo pokazala prostovoljna upokojitev – pozornost zbuja dejstvo, da so intervjuvanci, ki so se upokojili, prehod v upokojitev oz. upokojitev dojemali kot prostovoljno odločitev. Pri tem je bilo za mnoge zelo obremenjujoče, da so se morali iznenada odločiti o tem, ali se bodo upokojili.

V naslednji tabeli je podan obsežen pregled vseh treh ravni vlog (lastna vloga, vloga partnerja in vloga para) ter vsakokratni pripadajoči cilji in strategije, pa tudi preostali dejavniki vpliva, ki so enako relevantni za vse ravni.

## OBLIKOVANJE NOVEGA NIZA VLOG

Niz vlog je načeloma teže in bolj zapleteno na novo oblikovati, če ima oseba partnerja oz. partnerico. Je namreč bolj kompleksen,

poleg individualne ravni sta pomembni tudi raven partnerja in raven para. Hkrati pa v partnerstvu na številnih področjih opazimo večjo stabilnost in kontinuiteto kot pri samskih osebah. Če oseba doživlja prehod v upokojitev kot krizo, ji partner lahko daje oporo. Za samsko osebo je zato toliko bolj nujno, da opredeli lastno vlogo, še zlasti, če je bilo zanj delovno mesto »glavni vir« socialnih stikov.

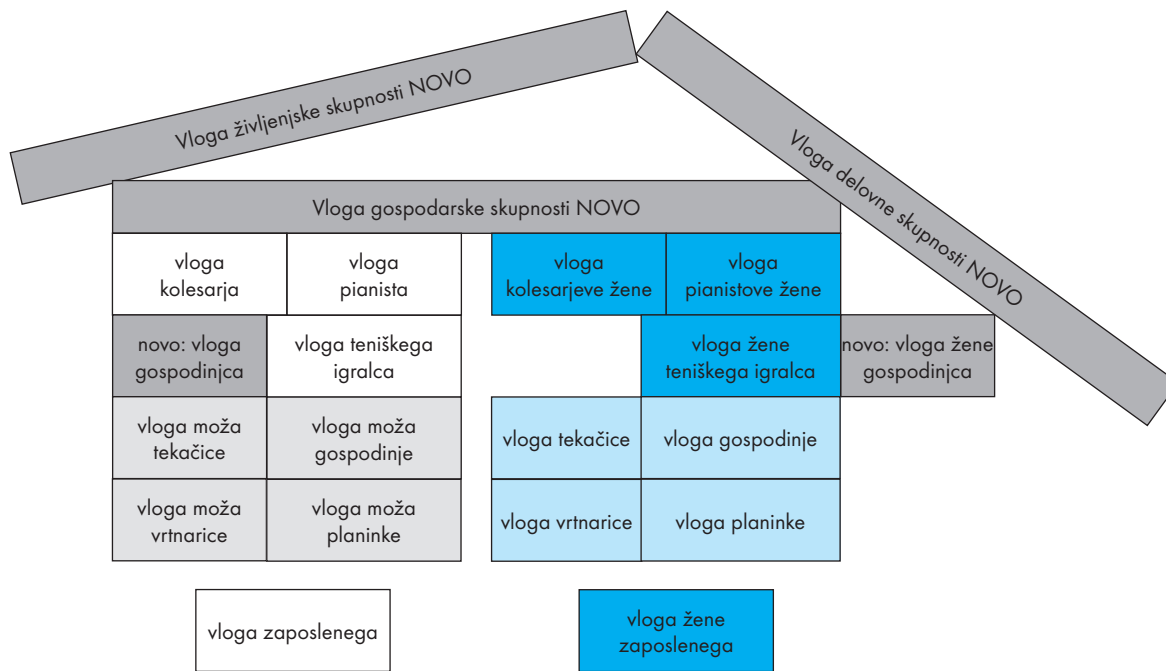
Slika 2 prikazuje položaj para, ko se eden od partnerjev upokoji – po eni strani nastane tako rekoč vrzel v lastnem nizu vlog oz. v nizu vlog partnerja (na ravni vlog partnerja), po drugi strani pa s tem tudi vloga para – vsaj za kratek čas – nima več trdnega temelja in se mora na novo oblikovati.

Slika 3 prikazuje primer, ko je paru uspelo vzpostaviti nov stabilen niz vlog – partner razširi obstoječe vloge, kar sprejme tudi partnerica (in torej vključi v svoj niz vlog partnerja). Partnerja sta vloge para ustrezno prilagodila novim okoliščinam.

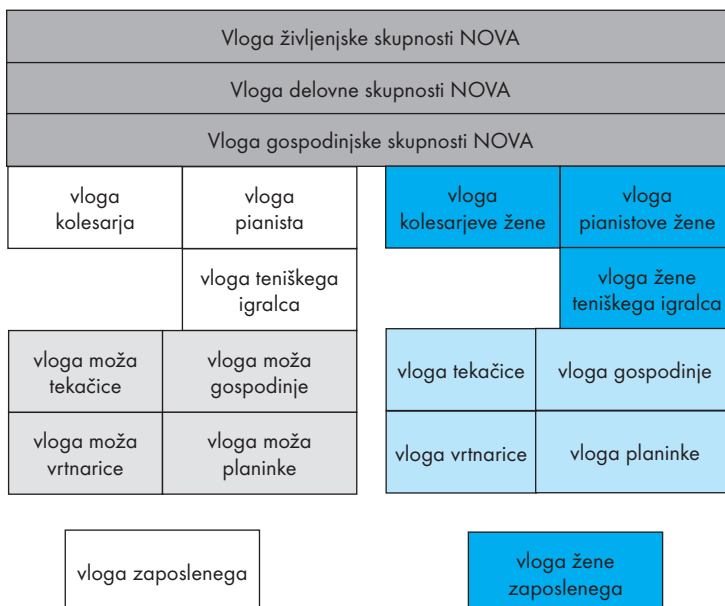
**Tabela 1: Cilji, strategije in dejavniki vpliva po vrsti niza vlog**

Vloge				
Lastna vloga		izraba prostega časa na subjektivno smiseln način	razširitev obstoječih vlog	zdravje
			prevzem novih (zadovoljujočih) vlog	materialno stanje
			ohranitev zaposlitvene vloge oz. nekaterih njenih značilnosti	okoliščine upokojitve
Vloga partnerja		vključitev v lasten niz vlog	sprejemanje	spremembe v kontekstu
			pogoditev s partnerjem za uvedbo sprememb	alternativne vloge so na voljo ali jih ni na voljo
			uskladitev z vsakokratnimi individualnimi prioritetami	ocenjevanje upokojitve
Vloge para	vloga delovne skupnosti	nova prilagoditev delitve dela	puščiti svobodo – imeti svobodo	priprava – preventiva
			pogoditi se o pogostnosti skupnih dejavnosti	osebnostne značilnosti (optimizem ...)
	vloga življenjske skupnosti	nova organizacija vsakdanjika	spremeniti vsakdanjik	kvaliteta partnerstva
			pogoditi se s partnerjem	družbeni ali socialni dejavniki (sprejemanje starejših ljudi ipd.)
	vloga gospodarske skupnosti	prilagoditev spremenjenim materialnim okoliščinam	varčevanje ipd.	
			pogoditev s partnerjem (za kaj naj porabita denar ipd.)	

Slika 2: Niz vlog, ko partner ni več zaposlen (poenostavljen prikaz)



Slika 3: Primer znova vzpostavljenega stabilnega niza vlog





## POMEN KONTINUITETE

Pri obvladovanju prehoda v upokojitev je pri posamezniku in pri paru bistvenega pomena potreba po kontinuiteti.

Z upokojitvijo se kontinuiteta načeloma na številnih področjih prekine, še zlasti pri oblikovanju časa. Na podlagi intervjujev lahko domnevam, da je obvladovanje sprememb očitno lažje, če oseba, ki se upokoji, ohrani dovolj kontinuitete – ali vsaj njen subjektivni občutek.

Kontinuiteta se kaže predvsem v strategiji, ki se nanaša na lastne vloge: oseba ohrani dejavnosti in hobije, ki jih ima od prej, in jih razširi. Tem se redko pridruži kaj povsem novega. Na podoben način lahko pojasnimo tudi dejstvo, da »ohrani določene vidike poklicnega dela«.

Kar zadeva raven para, je kontinuiteta pogosto nekaj skupnega (npr. skupni obedi ob določenih urah). Par se mora pogovoriti o individualnih predstavah kontinuitete oz. mora doseči soglasje. V intervjujih so pogosto izrazili željo, da »pustijo drug drugemu svobodo« in ne omejujejo drug drugega, kar lahko pojasnimo tudi kot težnjo, da se vsakemu od partnerjev pusti njegova individualna možnost ohranitve kontinuitete.

*Pri prehodu v upokojitev je za posameznika in par bistvenega pomena potreba po kontinuiteti.*

## ZAKLJUČEK

Iz študije izhaja, da ima upokojitev pozitivne in negativne vidike. Četudi prehod v upokojitev lahko prinese nemajhne obremenitve, pa za partnerstvo ponuja tudi nove možnosti, če paru uspe, da spremembe dojame kot izzive in priložnosti in ne kot grožnjo.

## VIRI

- Buchebner-Ferstl, S. (2005). *Das Paar beim Übergang in den Ruhestand. Eine qualitative Studie auf der Grundlage der Grounded Theory*. Wien: ÖIF-Schriftenreihe 14.
- Glaser, B. G., in Strauss, A. L. (1998). *Grounded Theory. Strategien qualitativer Forschung*. Bern: Huber. (izvirnik je bil objavljen 1967).
- Statistik Austria (ur.) (2008). *Familien- und Haushaltsstatistik 2007. Ergebnisse des Mikrozensus*. Wien: Verlag Österreich GmbH.
- Witzel, A., (1989). »Das problemzentrierte Interview«. V: Gerd Jüttemann (ur.). *Qualitative Forschung in der Psychologie. Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder*. Heidelberg: Asanger: 227–256.

1 Izvirnik: »Das Paar beim Übergang in den Ruhestand. Eine qualitative Studie auf der Basis der Grundlage der Grounded Theory.« Prevedla Tanja Pihlar.