

KLUBI SVOJCEV KOT SREDSTVO ZA POVEČANJE KAKOVOSTI BIVANJA V DOMOVIH ZA STARE LJUDI

IZHODIŠČA

V domovih za stare ljudi se izvajajo različni programi za izboljšanje kakovosti bivanja stanovalcev domov. Materialne pogoje kakovosti bivanja stanovalcev zagotavljajo predpisani standardi in normativi, nekateri ponujajo tudi nadstandardne storitve. Kakovost bivanja v ustanovi pa je enako kakor od materialne oskrbe odvisna tudi od socialne mreže ali medčloveškega sožitja vseh v domu in tistih, ki so z njim povezani. Ob današnjem ekonomskem pritisku na oskrbno ceno ostaja neizkoriščena možnost za dviganje kakovosti bivanja in dela v domovih za stare ljudi zboljšanje medčloveškega sožitja v njem, s svojci in z okoljem. Šele če z materialnimi izboljšavami v domu hkrati izboljšamo tudi kakovost sožitja stanovalcev, zaposlenih, svojcev in socialnega okolja, pride namreč do sinergičnega učinka, ki ga vse te štiri skupine doživljajo kot dober ali kakovosten dom za stare ljudi. Zavedati se je treba tudi, da nobena ustanova po svoji naravi ni ugodno socialno okolje za kakovostno osebno zorenje in medčloveško sožitje.

Inštitut Antona Trstenjaka razvija in izvaja programe socialnega učenja za stanovalce doma in za zaposlene, zadnja leta pa zapolnjuje vrzel tudi s programi za svojce starih ljudi v ustanovi. Tukaj bomo spregovorili o novih programih za svojce.

Svojci se po premestitvi družinskega člana iz domačega okolja v dom velikokrat znajdejo v precepu. Na eni strani doživljajo občutke krivde, da so svoje onemogle svojce oddali v dom, čutijo se nemočne ob starajočih se svojcih, imajo težave pri komunikaciji z njimi, na drugi strani pa občutek nemoči mnoge peha v beg pred samimi seboj ali pred ostarelimi in bolnimi svojci, neredko pa tudi v agresiven odnos do osebja v domu.

Po drugi strani pa so svojci nenadomestljiv dejavnik kakovostnega življenja starega človeka v domu. S svojimi obiski svojca in sodelovanjem z osebjem doma soustvarjajo vzdušje v ustanovi. Poleg tega se v času, ko njihov svojec živi v domu za stare, usodno oblikuje njihovo stališče do lastne starosti in staranja.

V prispevku bomo izhajali iz štirih dejstev:

- Kakovost življenja v domu za stare ljudi je odvisna od ravnotežja med dobro oskrbo materialnih potreb in zagotavljanjem dobrih pogojev za kakovostno osebno življenje in medčloveško sožitje, medtem ko so normativi in standardi in usposabljanje kadrov za domove usmerjeni skoraj izključno v oskrbo materialnih potreb stanovalcev.
- Velika ustanova ni ugodno socialno okolje za kakovostno osebno zorenje in medčloveško sožitje. Za ti bistveni razsežnosti socialnega življenja ima ustanova tem slabše pogoje, čim večja in bolj totalna je.
- Svojci stanovalcev domov za stare ljudi so nenadomestljiva sestavina kakovostnega življenja starega človeka v ustanovi. Svojci odločilno vplivajo na starega družinskega člana v domu zlasti s svojim razumevanjem starosti, stališčem do ustanove, svojim obnašanjem in pogovori ob obiskih v domu in s tem, kako se vživijo v njegovo stvarno stanje in osebno doživljanje.
- Svojci imajo zaradi odhoda starega družinskega člana v dom za stare ljudi tudi sami pogosto hude stiske, ambivalentna čustva, občutke krivde, strah pred starostjo (svojčev in svojo). Na obiskih v domu ne znajo z njim oblikovati lepega osebnega odnosa in komunikacije, do ustanove imajo stereotipna negativna stališča.

NOVI PROGRAMI INŠTITUTA ANTONA TRSTENJAKA ZA SVOJCE STARIH LJUDI

Ta štiri dejstva so nam bila na Inštitutu Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje izhodišče in smerokaz pri razvijanju novih programov za svojce starih ljudi v ustanovah. Z enako intenzivnostjo kot te razvijamo namreč tudi programe za svojce starih ljudi v domačem okolju, kjer so potrebe svojcev precej drugačne kot pri svojcih starega človeka v ustanovi.

Programi za svojce stanovalcev v domovih za stare ljudi so zgrajeni v treh stopnjah, ki druga drugo dograjujejo.

Podlaga je *informativno ozaveščanje vseh dosegljivih svojcev* starega človeka v domu. To delamo s predavanji, pisnim gradivom, pogovori in podobnimi skupnostnimi metodami. Pri informativnem ozaveščanju naj bi bil vsak svojec deležen ure informiranja o staranju, o doživljajskih in socialnih spremembah po odhodu v ustanovo, o medgeneracijskem komuniciranju s starim človekom v ustanovi in o psihosocialnem reševanju osebnih stisk, ki jih imajo svojci po odhodu starega družinskega člana v ustanovo.

Pri informativnem ozaveščanju se zainteresirani svojci prigrasijo na *tečaj za boljše razumevanje starega družinskega člana v domu*. Tečaj traja 12 ur in poteka v treh učnih srečanjih tri zaporedne tedne. Učno skupino sestavlja okrog 12 svojcev in socialna ali druga strokovna delavka ustanove. Tečaj vodi usposobljen inštruktor po metodi intenzivnega skupinskega socialnega učenja na temelju živih izkušenj svojcev. Svojci na tečaju doživljajsko spoznajo in sprejemajo staranje in pešanje svojca, se učijo lepe osebne komunikacije z njim na temelju pozitivnega doživljanja in reševanja osebnih in družinskih stisk po odhodu svojca v ustanovo. Prvi cilj tečaja je torej spoznavati in sprejemati staranje in starost, kakršna sta, ter v njej najti možnosti za osebno zorenje tako starega družinskega člana v domu kakor svojcev. Drugi cilj tečaja je naučiti se lepe osebne komunikacije s starim človekom, tretji pa reševati stiske, ki je nastala, ker je bilo treba premestiti svojca v dom za stare ljudi. Na tečaju usposobimo udeležence za nadaljnje delo v klubu svojcev.

Tretja stopnja programov za svojce so *klubi svojcev*; ti dajejo trajnost pri uvajanju večje kakovosti sožitja v domu. Klub svojcev je skupina za samopomoč svojcev, ki se srečuje po končanem

tečaju enkrat mesečno za dve uri v domu za stare ljudi. Vodi ga socialna ali druga strokovna delavka doma, ki se je za to posebej usposobila. Ob osnovni vlogi, ki je skupna vsem članom skupin za samopomoč, ima posebno vlogo voditeljica kluba; v tej vlogi skrbi za dober potek rednih mesečnih srečanj, za organizacijo dogajanja na srečanjih, za razvoj kluba in za njegovo povezanost z ustanovo.

Inštitut je začel izvajati te programe spomladi 2001 za svojce odraslih oskrbovancev v varstveno-delovnih centrih, dve leti zatem pa za svojce stanovalcev v domovih za stare ljudi. Tukaj bomo povzeli strokovna spoznanja pri uvajanju in dosedanjem delovanju osmih klubov svojcev v štirih ustanovah.

SPOZNAVANJA PRI UVAJANJU KLUBOV SVOJCEV

Naše dosedanje izkušnje z uvajanjem programov za svojce starih ljudi v ustanovah so zelo dobre. Cilji posameznih programov, ki smo jih opisali, so doseženi do ravni, s katero so svojci in ustanove zadovoljni. Ugotovili pa smo, da je treba biti pri uvajanju klubov svojcev pozoren na rešitev treh zahtevnih nalog.

SVOJCI SE MORAJO NAVADITI PRIPOVEDOVATI O OSEBNIH IZKUŠNJAH

Na tečaju in v prvih mesecih delovanja kluba svojcev se morajo vsi naučiti pogovorne kulture v majhni skupini za samopomoč. Pogovorna kultura osebnega komuniciranja je navajenost, da ljudje spontano pripovedujejo drug drugemu o svojih dobrih osebnih izkušnjah in nerešenih vprašanih, da drug drugega dobro poslušajo ter izven skupine molčijo o tem, kar so v njej slišali, v skupini pa o odsotnih in o vsem, kar škoduje medčloveškemu sožitju. Navaditi se pogovorne kulture osebnega komuniciranja je pogoj, da klub svojcev doseže svoje cilje, da v njem vlada prijetno vzdušje in da se uspešno razvija daljše časovno obdobje.

Pripovedovanje o svojih izkušnjah oziroma svojih zgodb v prvi osebi ednine se na današnji stopnji sožitja tako svojci kakor profesionalni strokovnjaki naučijo praviloma le, če gredo skozi proces socialnega učenja. V naših programih se ta začne na tridnevem tečaju za boljše razumevanje

družinskega člana v domu in se nadaljuje v klubu svojcev. Osvajanje osnovnih veščin dobrega poslušanja, govorjenja in molčanja zahteva vajo v spodbudnem in zaupnem okolju majhne skupine, ki se razvija v smeri prijateljske skupine. Klubi svojcev so tako socialno okolje. Njihova vsebina in metode dela omogočajo članom, da prenašajo naučene veščine lepe osebne komunikacije v vsakdanje odnose z družinskim članom v domu in v ostale osebne odnose. Prenašanje novega socialnega znanja v vsakdanji osebni odnos s starim družinskim članom večini dobro uspeva.

K lepemu sožitju z najbližjimi jih posebej učinkovito spodbuja medsebojno izmenjevanje dobrih izkušenj v klubu. O tem je gospa Neda povedala: »Najin odnos z mamo je bil skoraj vedno tak, da sva si kar naprej dopovedovali svoj prav in se na koncu malo sprli. Sedaj pa pustim njen prav pri miru, tako kakor smo rekli v skupini, in najin pogovor preusmerim kam drugam, da je zanimiv za obe. Svojo mamo sedaj precej bolje poznam, pa čeprav sva skupaj že 55 let.«

SVOJCI SE MORAJO NAVADITI PRIPOVEDOVATI O POZITIVNIH IZKUŠNJAH

Po sodobnih komunikacijskih spoznanjih mora biti v dobrem osebnem odnosu izrečenih petkrat več spodbudnih vsebin kakor negativnih. Tega se učijo udeleženci tečaja in kluba svojcev. Pri tem svojci premagujejo negativno gledanje na starost, na svojca in ustanovo, v klubu pa se nabira socialni kapital spodbudnega vzdušja in dobrih vzorcev vedenja za reševanje težav v medgeneracijskem sožitju s starim človekom.

Svojci imajo velikokrat občutke krivde, ko oddajo ostarelega družinskega člana v dom. To lahko blokira njihovo sožitje z ostarelim članom. Ko pa svojci na tečaju skupaj pretehtajo pridobitve in izgube zaradi odhoda družinskega člana v dom, med drugim odkrijejo, da imajo sedaj pri obiskih očeta ali matere v domu celo več časa za medsebojni odnos; prej je pod pritiskom skrbi in težav zaradi nege osebni pogovor ostal navadno povsem v ozadju. Ko svojci na novo opravijo bilanco sožitja s starim družinskim članom, odkrijejo veliko dobrih izkušenj. Te so pogosto zasute pod navlako slabih izkušenj in sprotnih neprijetnosti, ki otežujejo dostop do dobrih izkušenj o drugem in do lepega medsebojnega doživljanja. Ko pridejo na površje njihove zavesti lepa doživetja in dobre

izkušnje, se začno dogajati lepi obiski zanje in za njihova starega družinskega člana v domu.

Običajna ovira je tudi, da svojci niso vajeni primernega komuniciranja, ki je edino orodje za medsebojno posredovanje informacij, izkušenj in doživljanja. Vzorci komunikacije, ki jih je sedanja srednja generacija prejela v otroštvu od svojih staršev in jih sama uporablja v medčloveškem sožitju, so večinoma neprimerni za lepe osebne in medgeneracijske odnose v današnjih življenjskih razmerah. Današnje komunikacijske navade in pogovorna kultura ovirajo svojce, da bi komunicirali z ostarelimi starši v obojestransko bogatenje in zadovoljstvo. Pri tem se mnogi zavedajo svojih bednih stikov z ostarelimi starši in zaradi tega trpijo.

Rešitev je v skupini za samopomoč svojcev, kjer ob podpori skupine dobijo priložnost za trening lepega osebnega pogovora, v katerem prevladuje pozitivna vsebina. Zakonitost lepe osebne komunikacije pravi, da mora biti v odnosu pet sporočil, ki so za oba sogovornika lepa in prijetna, na eno neprijetno, in sicer tako, da pridejo lepa in prijetna prej na vrsto kot neprijetna, ker morajo ustvariti trdne temelje lepega pogovora. Tudi pri tem se ob primernih metodah učenja v učni skupini svojcev in nato v klubu svojcev hitro pokažejo uspehi. Svojci v živo spoznajo vrednost lepega osebnega pogovora in se ga praktično naučijo. Zavestno, nato pa čedalje bolj spontano ga prenašajo v pogovore s starim družinskim članom, ko so v domu pri njem na obisku. S pogovorom, ki oba bogati, so zadovoljni in o njem z veseljem pripovedujejo drugim svojcem v klubu.

Tako se kultura medgeneracijskega pogovora s starim človekom utrjuje in širi v korist svojcev, starih ljudi in zaposlenih v ustanovi, v kateri stari ljudje preživljajo zadnje obdobje življenja.

STROKOVNI DELAVEC KOT ČLAN KLUBA

Strokovni delavec mora najprej sam dobro razumeti svojo vlogo v klubu, sicer se lahko ujame v past »pričakovane vloge«. Svojci vidijo voditelja kluba v običajni vlogi strokovnjaka in uslužbenca doma, zato od njega zavestno in nezavedno pričakujejo, da bo ostal v tej vlogi tudi v klubu ter jih oskrboval z informacijami o njihovem svojcu v domu, jih poučeval s svojim strokovnim znanjem ter prisluhnil njihovim bolj ali manj neosebnim mnenjem. Vse to pa je

neosebna, vertikalna komunikacija iz hierarhične vloge strokovnega delavca. Če strokovni delavec v klubu govori na splošno, strokovno, neosebno, s tem onemogoči sproščen horizontalen odnos ne le med sabo in udeleženci kluba, ampak tudi med njimi samimi, poleg tega pa izgubijo pomen zgodbe drugih članov, s tem pa se izgubi bistvo skupin za samopomoč.

Zato mora strokovni delavec sam sebi in svojcem v klubu jasno definirati svojo vlogo, ki vsebuje dve sestavini. Prva je enaka vlogam vseh drugih v skupini; kot človek med ljudmi pripoveduje svoje pristne osebne izkušnje ob vsebinah, o katerih teče pogovor. Druga pa je posebna; organizirati mora skupinsko dogajanje po principu skupin za samopomoč, tako da bo vsako srečanje potekalo v dobrem vzdušju izmenjave izkušenj in medsebojne podpore, dogajanje v daljšem času pa učinkovito zadovoljevalo socialne potrebe, zaradi katerih se družijo v skupini.

Ko smo uvajali skupine svojcev v varstveno-delovnem centru, so strokovni delavci prvo polovico leta na vsakem srečanju na nevsiljiv, toda jasen način spomnili svojece, da so sami v skupino vključeni na enak način kot oni, da se torej vsi enako učijo iz pozitivnih izkušenj in da so vsa spoznanja enako dragocena, njihova posebna vloga pa je, da organizirajo klub in da srečanje lepo poteka. Tako opominjanje v klubu je imelo po mnenju strokovnih delavcev tudi nanje pozitiven vpliv, saj so si s tem vedno znova priklicali v zavest svojo vlogo v klubu in ji lažje sledili.

SKLEP

Klub svojcev in predhodni tečaji zanje so pomemben program za dviganje kakovosti človeškega sožitja v ustanovi za stare ljudi. Temu namenu pa rabijo še drugi programi. Na Inštitutu Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko

sožitje smo razvili tudi menedžerske programe za vodstvo ustanove, da znajo uravnoteženo skrbeti za medčloveško sožitje v ustanovi, tečaje za medčloveško sožitje in nato intervizijske skupine za zaposlene v domu, tečaje za boljše vživljanje novih stanovalcev v dom in programe medgeneracijskega druženja prostovoljcev s stanovalci doma v dvoje in v skupinah za samopomoč. Vsi ti programi sestavljajo sodobno socialno mrežo za kakovostno staranje in medčloveško sožitje v ustanovi (prim. Ramovš 2003, 2004).

V okviru socialne mreže za lepo sožitje v domu za stare ljudi klub svojcev prispeva zlasti h kakovosti njihovega sorodniškega odnosa v zadnjem obdobju življenja staršev, k dobremu sodelovanju svojcev z domom, v katerem je stari družinski član, posredno pa tudi k premostitvi prepada med ustanovo in njenim socialnim okoljem.

Visoko kakovost medčloveškega sožitja v ustanovi za stare ljudi je mogoče doseči le s sinergijo programov za lepo sožitje, v katere so vključeni vodstvo ustanove, zaposleni, stanovalci, svojci in socialno okolje doma, in s trajno skrbjo za vzdrževanje te socialne mreže. Gre za enakovredno vzporednico nalogam za dobro materialno oskrbo v domu, kjer je prav tako potrebna kompleksna mreža dejavnosti in stalna zavestna skrb za vzdrževanje njene kakovosti.

**Ksenija Ramovš
Jože Ramovš**

VIRA

- RAMOVŠ, J. (2003), *Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontologika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, Slovenska akademija znanosti in umetnosti.
- (2004). Dom za stare ljudi z vidika kakovosti osebnega življenja in medčloveškega sožitja. *Kakovostna starost*, 7, 2: 11-22.