

*Maja Rant*

---

## Prostovoljsko druženje s starim človekom

---

### POVZETEK

Prostovoljsko druženje ljudi v skupinski ali individualni obliki je sodobna oblika zadovoljevanja temeljne potrebe po osebnem medčloveškem odnosu. V starosti je ta potreba še posebej živa. Ker ima Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje več kot dve desetletji dobrih izkušenj z uvajanjem medgeneracijskega prostovoljstva za kakovostno staranje in sožitje med generacijami, smo v raziskavi *Potrebe, zmožnosti in stališča starejših prebivalcev Slovenije* spraševali tudi po tem, koliko so pripravljene prostovoljsko obiskovati starejše ljudi in koliko si želijo, da bi jih v starosti obiskoval prostovoljec. Tovrstni podatki omogočajo razvijati boljše programe za usposabljanje in organiziranje prostovoljcev. Kratka analiza podatkov nakazuje velik človeški in družbeni potencial: dve tretjini raziskane populacije je pripravljeno obiskovati starejše ljudi, tri četrtine si želi, da bi jih v starosti obiskoval prostovoljec. Nadaljnja obdelava tega področja bo pokazala podrobnejši profil starejšega prostovoljca.

**Ključne besede:** prostovoljstvo, starejši ljudje, družabništvo

*AVTOR: Maja Rant je univerzitetna diplomirana socialna delavka, zaposlena na Inštitutu Antona Trstenjaka kot operativna pomočnica socialnih programov. Med drugim sodeluje pri vodenju domačih in evropskih razvojnih projektov na področju staranja, sožitja generacij ter preventive zasvojenosti in omam med mladimi.*

### ABSTRACT

#### **Voluntary companionship with an elderly**

Voluntary companionship of people in groups or as couples is a modern form of meeting the fundamental human need of interpersonal relations. In one's old age this need becomes even more important. Anton Trstenjak Institute of gerontology and intergenerational relations has gained more than 2 decades of good experiences with the implementation of intergenerational voluntariness for qualitative ageing and coexistence among generations. Therefore, within the survey *The standpoints, needs and potentials of Slovenian people*, two questions about voluntariness were included. First question asked about willingness to voluntarily visiting elderly people and the second asked about willingness to accept visits from a volunteer. These kinds of data enable the development of better programs for volunteers' training and organization. Short data analysis shows great human and social potential: two thirds of researched population is willing to visit elderly people and three fourths is willing to be visited by a volunteer. Further analysis of this issue will reveal more detailed profile of elderly volunteer.

**Key words:** voluntariness, elderly people, companionship

**AUTHOR:** *Maja Rant* is graduated social worker, employed at Anton Trstenjak Institute. She helps on the implementation of various social programs. She also participates in management of the of domestic and European development projects in the field of aging, the intergenerational relations and the prevention of drug addiction among young people.

## 1. PROSTOVOLJSKO DRUŽABNIŠTVO S STARIMI LJUDMI

Prostovoljstvo je osebno ali organizirano strokovno ali laično delo, ki ga nekdo opravlja, da posameznemu človeku, skupini ali skupnosti smiselno pomaga pri materialnem preživljanju ali medčloveškem sožitju, pri čemer pomoč poteka izven službenega časa in brez materialnega plačila, v prostem ali razpoložljivem času poleg vsakdanjih obveznosti, po osebni smiselni odločitvi, iz človekoljubnega solidarnega stališča do človeških potreb in težav. Tako je prostovoljstvo opredeljeno v *Prostovoljskem dnevniku* (Ramovš, 2013, str. 14), od koder bomo povzeli nekaj spoznanj. O temeljni potrebi po osebem človeškem odnosu, o prostovoljstvu in njegovi socialni imunski osnovi pa so posebna poglavja v socialni gerontologiji (Ramovš, 2003).

Potreba po soljudeh je živa vse življenje, zato tudi star človek potrebuje reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega. V tradicionalni družbi so bili to predvsem družinski člani, sorodniki ali sosedje. Z zatonom tradicionalne družbe pa krvno sorodstvo in krajevno sosedstvo v precejšni meri izgublja to vlogo. Deloma jo prevzema osebno prostovoljstvo, kot ga npr. razvijamo v medgeneracijskih skupinah za kakovostno staranje in v osebem družabništvu s starim človekom. Če star človek nima zadovoljene potrebe po temeljnem ali osebem medčloveškem odnosu z nekom, je osamljen, pa naj je okrog njega še toliko ljudi. Potreba po osebem medčloveškem odnosu je pri današnjih starih ljudeh med najmanj zadovoljenimi, zato je osamljenost ena od njihovih pogostejših in hujših stisk. Seveda je pa treba razlikovati osamljenost od samote. Osamljenost je doživljanje človeka, ki nima zadovoljene temeljne človeške potrebe po osebem odnosu z ljudmi. Človek pa lahko živi sam in dolgo ni v stiku z nikomer, a se ne počuti osamljen.

Država s svojimi službami ne more zadovoljiti človekove potrebe po lepem sožitju v družini, službi in osebni družbi. Zelo dobro pa jih zadosti prostovoljsko osebno druženje. Prostovoljstvo je obojestransko zadovoljujoč medčloveški odnos, v katerem morata oba dajati in oba dobivati. Kakovostno prostovoljsko družabništvo koristi tako staremu človeku kot prostovoljcu. Za prostovoljca je v današnjih družbenih razmerah to uspešen način za razvijanje človeške solidarnosti ter najkrajša in najlažja učna pot do dragocene večine lepega osebnega pogovora. Pri tem je pa potrebno, da se za prostovoljsko druženje in komuniciranje prostovoljec primerno usposablja. Prostovoljsko delo, ki ga opravljajo starejši ljudje, je zanje dragoceno in koristno tudi zato, ker tako ostanejo spontano vključeni v družbo, uporabljajo in drugim predajajo svoje znanje in izkušnje ter doživljajo večje samospoštovanje, smisel in vrednost življenja. Vse to pri starejših prispeva k večji neodvisnosti, boljšemu zdravju in dobremu počutju (*United Nations*, 2002). Staremu človeku pa prostovoljec pripomore k krepitvi socialnega zdravja, ki je po opredelitvi Svetovane zdravstvene organizacije eden od bistvenih vidikov zdravja (WHO, 1946). Od vseh treh

razsežnosti zdravja, ki jih je v opredelitvi zajela SZO, je najmanj raziskano socialno zdravje; duševno je veliko bolj, telesno pa seveda najbolj. O socialnem zdravju se najmanj ve, najmanj govori in nanj najmanj pazi, čeprav so prav motnje sožitja ali socialne bolezni v širšem pomenu besede zelo moteče tako za prizadetega človeka kakor za njegovo okolico. Sožitne ali socialne motnje so osamljenost, čudaštvo, ljudomrzništvo, zapiranje vase, nesodelovanje, napadalnost, nestrpnost, sovraštvo, slabo komuniciranje, odpovedovanje v pomembnih socialnih vlogah v družini, službi ter v osebni in širši družbi. Človekovo zdravje je ena sama celota, saj so vsi vidiki zdravja med seboj nedeljivo povezani in odvisni drug od drugega (Ramovš, 2012, str. 36-45).

Če prostovoljsko osebno družabništvo z osamljenim starim človekom ne bogati in osrečuje tako starega kot prostovoljca, je neplodno za oba. Če prostovoljec ugotovi, da komunikaciji s socialno motenim starim človekom ni kos, je edino pametno, da stik dostojno prekine. Seveda pa imajo tudi prostovoljci možnost, da se postopoma naučijo usmerjati pogovor in odnos s takim človekom v obojestransko korist, ali pa vsaj tako, da nobenemu ne škoduje. Prav tako je lahko prostovoljstvo nekoristno ali celo škodljivo zaradi osebnostnih in socialnih motenj in razvad prostovoljca, ker če jih prostovoljec ne obvlada, lahko nehote čustveno, vedenjsko, ekonomsko ali drugače zlorablja človeka ali skupino, s katero dela.

Prostovoljsko osebno druženje s starim človekom je zahtevna in osebno poglobljena oblika prostovoljstva, zato zahteva od prostovoljca dobro obvladovanje komunikacije s posameznikom, posebej še komuniciranje s človekom v psihosocialni stiski ter večšine za zaščito pred prostovoljsko patologijo pri delu z ljudmi.

Prostovoljsko druženje starejših s starejšimi in mlajšimi je del obsežnega prostovoljskega udejstvovanja tretje generacije. Z njim predajajo svoja znanja, izkušnje in zmožnosti drugim v družbi, zlasti v krajevnem okolju, njim samim pa doprinese pomemben delež k zdravemu, aktivnemu in dostojanstvenemu staranju.

Nemška zvezna skupnost seniorskih organizacij BAGSO je v začetku leta 2013 opravila izčrpno raziskavo o prostovoljstvu starejših med 154 prostovoljskimi projekti, ki vključujejo 24.682 prostovoljcev. Med njimi je bilo 57 % starih od 60 do 69 let, 28 % od 70 do 79 let, 12 % pod 60 let in 3 % nad 80 let. Za nas je zanimiv tudi podatek, da 86 % od teh prostovoljcev pomaga starejšim, 49 % otrokom in mladim ljudem, 22 % prizadetim in onemoglim in 21 % zaposlenim in staršem (seveda lahko eden pomaga več različnim skupinam ljudi). Kar tri četrtine prostovoljcev opravlja take vrste prostovoljstvo, ki sodi v osebno človeško družabništvo (pogovor, izmenjava izkušenj, redni osebni stiki ipd.). Raziskava je ugotavljala pogoje za uspevanje prostovoljstva starejših ljudi; med njimi je v ospredju javna finančna podpora za usposabljanje prostovoljcev in organiziranje prostovoljske dejavnosti. Med načini za pridobivanje prostovoljcev je na prvem mestu osebni nagovor; kar 85 % projektov uporablja ta način (seveda uporabljajo hkrati tudi javne objave in drugo). 82 % jih prostovoljsko dela do 5 ur tedensko, 11 % od 5 do 9 ur, 6 % od 10 do 19 ur in 1 nad 20 ur tedensko. Največja težava pri vodenju prostovoljskih projektov je finančna (19 %), sledita pridobivanje prostovoljcev (17 %) in sodelovanje (15 %) (BAGSO, 2013).

Slovenija je leta 2011 sprejela Zakon o prostovoljstvu, s katerim je želela bolje urediti področje prostovoljstva (Državni zbor, 2011).

## 2. STALIŠČA O PROSTOVOLJSKEM OBISKOVANJU STAREJŠIH LJUDI V SLOVENIJI

Predstavili bomo odgovore iz naše raziskave na dvoje vprašanj: *Bi bili vi pripravljeni prostovoljsko obiskovati starejše ljudi?* (V117) in *Bi si želeli, da vas v starosti obiskuje prostovoljec?* (V118). Pri obeh so anketiranci odgovorili z *da* ali *ne*; če so izbrali odgovor *ne*, so jih anketarji vprašali še, *zakaj ne želijo prostovoljsko obiskovat starejših ljudi, oziroma zakaj ne želijo, da jih v starosti obiskuje prostovoljec.*

Pri tej kratki obdelavi podatkov smo anketirance razdelili v starostne skupine po deset let ter pogledali razlike med moškimi in ženskami.

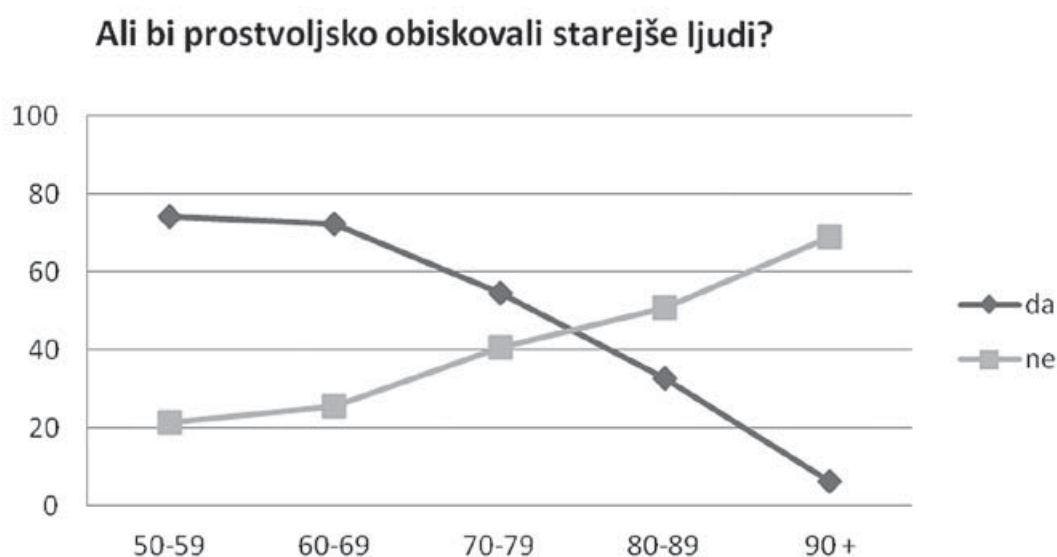
Tabela 1 in Slika 1 kažeta, kolikšen delež prebivalcev Slovenije, ki so stari 50. let in več, bi bilo pripravljeno prostovoljsko obiskovati starejše ljudi; Tabela 2 pa kaže na razlike med spoloma.

**Tabela 1:** *Bi prostovoljsko obiskovali starejše ljudi? – v odstotkih po starostnih skupinah*

Starost	Da	Ne
50-59	74	21,2
60-69	72,2	25,6
70-79	54,5	40,6
80-89	32,5	50,8
90 +	6,3	68,8

Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010

**Slika 1:** *Bi prostovoljsko obiskovali starejše ljudi? – v odstotkih po starostnih skupinah*



Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010

Tisti, ki so odgovorili, da si ne želijo, da bi prostovoljsko obiskovali starejše ljudi, so kot razlog za to največkrat navedli, da *tega ne morejo, slabo zdravje* ali da *nimajo časa*, pogosto tudi *starost*. Ostali odgovori so bili v manjšini: da *raje obiskujejo svoje ljudi ne tujih*, da *se jim preveč smilijo in bi še sami trpeli*, da *ne bi znali, zaradi oddaljenosti oz. prevoza*, da *jim je to obveznost*, nekateri pa *ne želijo hoditi v druge domove*. Nekaj odgovorov pa je bilo izrazito negativno usmerjenih do starejših oz. prostovoljstva, npr. *kar sami naj bodo, starih imam že preveč, zadržke imam proti prostovoljstvu, za te stvari bi morala poskrbeti država*.

**Tabela 2:** *Bi prostovoljsko obiskovali starejše ljudi?*

Spol	Da % (f)	Ne % (f)	Ni odgovoril % (f)
Moški	66,9 (289)	26,6 (115)	6,5 (28)
Ženske	60,5 (372)	34,3 (211)	5,2 (32)
Skupaj	63,1 (661)	31,1 (326)	5,7 (60)

Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010; N = 1047 (432 moških, 615 žensk)

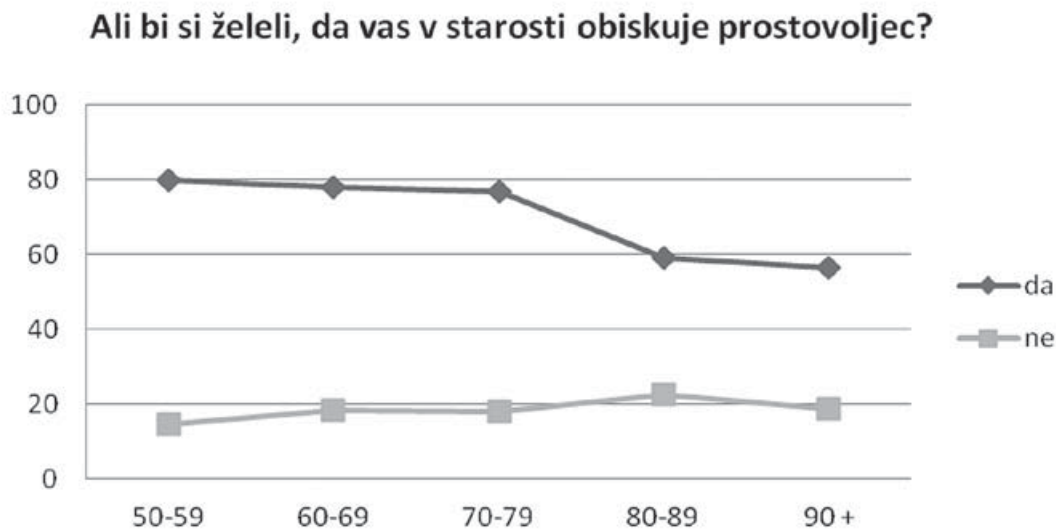
Tabela 3 in Slika 2 kažeta, koliko ljudi po 50. letu bi si želelo, da jih v starosti obiskuje prostovoljec, Tabela 4 pa kaže na razlike med spoloma.

**Tabela 3:** *Bi si želeli, da vas v starosti obiskuje prostovoljec? – v odstotkih po starostnih skupinah*

Starost	Da	Ne
50-59	79,9	14,4
60-69	78	18,2
70-79	76,6	18
80-89	59,2	22,5
90 +	56,3	18,8

Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010

**Slika 2:** *Bi si želeli, da vas v starosti obiskuje prostovoljec? – v odstotkih po starostnih skupinah*



Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010

Tisti, ki so odgovorili, da si ne želijo, da jih v starosti obiskuje prostovoljec, so največkrat rekli, da zato, ker *imajo že svoje ljudi (družino, svojce, prijatelje, sosede)*, pogost odgovor je bil tudi, da *nimajo potrebe po tem, trenutno ne želijo, da ni to za njih, da so radi sami, ker ne poznajo človeka*. Nekaj jih je reklo, da *bodo šli v dom za stare, da ne razmišljajo o tem, da nimajo časa, da ne zaupajo*. Posamezni odgovori so bili tudi, da *ne želijo obremenjevati drugih, da jih ne bi mogli postreči, da jih drugi bolj potrebujejo, da so utrujeni, da bi jim bilo nerodno*.

**Tabela 4:** *Bi si želeli, da vas v starosti obiskuje prostovoljec?*

Spol	Da % (f)	Ne % (f)	Ni odgovoril % (f)
Moški	71,5 (309)	20,8 (90)	7,6 (33)
Ženske	78,9 (485)	15,0 (92)	6,2 (38)
Skupaj	75,8 (794)	17,4 (182)	6,8 (71)

Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010; N = 1047 (432 moških, 615 žensk)

Gornji podatki narekujejo naslednje ugotovitve:

- Največ ljudi bi prostovoljsko obiskovalo starejše ljudi v starostnih skupinah od 50 do 69 let, in sicer več kot 70 %, nato ta odstotek že v starostni skupini od 70 do 79 let pade na malo več kot polovico, med 80 in 89 let starimi bi prostovoljsko obiskovalo starejše ljudi le še dobra tretjina, po 90. letu jih je izrazilo to pripravljenost dobre 6 %. Povsem razumljivo je, da se ta odstotek s starostjo niža, saj imajo starejši več zdravstvenih težav, niso več tako mobilni.
- Nenavaden je zanimiv podatek, da je nekoliko več moških kot žensk pripravljeno prostovoljsko obiskovati starejše ljudi. Znano je, da med prostovoljci, ki obiskujejo starejše ljudi, visoko prevladujejo ženske. Pri podrobnejši analizi bo treba iskati odgovor na to,

da podatki o pripravljenosti žensk za prostovoljsko obiskovanje starejših odstopajo od dejanskega prostovoljstva žensk.

- Nad 75 % ljudi v starostni kategoriji od 50 do 79 let si želi, da jih v starosti obiskuje prostovoljec, po 80. letu ta odstotek pade pod 60 %. Da bi jih prostovoljec v starosti obiskoval, si torej želi nekoliko več ljudi, kot je pripravljenih prostovoljsko obiskovati druge, s staranjem ta želja ostaja v ljudeh veliko dlje kot pripravljenost prostovoljsko obiskovati druge, kar je povsem logično zaradi pešanja moči.
- Razlike glede na spol so pokazale, da si nekoliko več žensk (78,9 %) kot moških (71,5 %) želi, da bi jih v starosti obiskovali prostovoljci.

Ob tako množično izraženi pripravljenosti za prostovoljsko obiskovanje starejših in želji, da bi ljudi v starosti obiskoval prostovoljec, bi morala država, civilna družba in socialna stroka vlagati še več v promocijo prostovoljstva, v kakovostno usposabljanje in organiziranje prostovoljskega druženja s starimi ljudmi. To velja za medgeneracijsko prostovoljstvo in za prostovoljstvo tretje generacije, ki ga pri nas širi program Starejši za starejše, ki ga vodi Zveza društev upokojencev. Tudi sicer upokojenci prostovoljsko veliko delajo v raznih kulturnih, upokojenskih, turističnih, športnih in drugih krajevnih društvih.

Prostovoljstvo je nepogrešljiv dejavnik kakovostnega staranja in medgeneracijskega sožitja. Ta kratek prispevek opozarja nanj, medtem ko ostaja za prihodnost naloga temeljitejše analize teh in sorodnih podatkov iz naše raziskave, zlasti o sosedski pomoči, ki bo pokazala bolj celovit profil starejših prostovoljcev, starejših, ki si želijo prostovoljstva, in tistih, ki si ga ne želijo.

#### LITERATURA

- BAGSO (2013). Ergebnisse der BAGSO-Befragung »Freiwilliges Engagement älterer Menschen – Was hat sich bewährt? Was muss sich ändern? März 2013. V: <http://www.bagso.de> (sprejem 19. 8. 2013).
- Državni zbor Republike Slovenije (2011). Zakon o prostovoljstvu. Uradni list RS. Ljubljana
- Ramovš Jože (2003). Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.
- Ramovš Jože (2012). Za kakovostno staranje in lepše sožitje med generacijami. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka (3. dopolnjena izdaja)
- Ramovš Jože (2013). Prostovoljski dnevnik. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in megeneracijsko sožitje (2. izdaja)
- United Nations (2002). Productive ageing: voluntary action by older people. Madrid: World Assembly on Ageing II; <http://www.globalaging.org/waa2/articles/productiveageing.htm> (sprejem 5. 8. 2013)
- World Health Organization (1946). Preamble to the Constitution of the World Health Organization. New York. <http://www.who.int/about/definition/en/print.html> (sprejem 6. 8. 2013).

#### **Kontaktne informacije:**

**Maja Rant**

Inštitut Antona Trstenjaka, Resljeva 11, 1000 Ljubljana

e-naslov: [maja.rant@gmail.com](mailto:maja.rant@gmail.com)