

Polona Maleš

Kakovost življenja starejših v stanovanjskih skupnostih in vloga delovne terapije

POVZETEK

Na kakovost življenja starejših vpliva več dejavnikov, med katerimi so tudi bivalne razmere. Te pogosto negativno vplivajo na kakovost življenja starejših in njihovih svojcev. Stanovanjske skupnosti so v Sloveniji manj poznana oblika bivanja, ponekod pa je ta oblika bivanja že uveljavljena in tudi raziskovana. Del raziskovanja je usmerjen v kakovost življenja starejših, ki živijo v njih. Izvedli smo pregled literature, s katerim smo preko tematske analize želeli odgovoriti na raziskovalni vprašanji »Kakšna je kakovost življenja starejših oseb v stanovanjskih skupnostih?« in »Kakšna je vloga delovnih terapevtov v stanovanjskih skupnostih?« Iz sinteze rezultatov sta izšli temi »Dejavniki, ki se pojavljajo v stanovanjskih skupnostih in vplivajo na kakovost življenja starejših« in »Ohranjanje okupacijske kompetence starejših v stanovanjski skupnosti«. Pregled literature je pokazal, da se v omenjenih skupnostih pojavlja več dejavnikov, ki pozitivno vplivajo na kakovost življenja starejših. V Sloveniji delovni terapevti vanje še niso vključeni, iz pregleda literature pa je razvidno, da bi se vanje lahko vključevali pri zasnovi, kjer bi s svojim znanjem o univerzalnem oblikovanju prispevali k bolj dostopnemu okolju za vse stanovalce, ki so del stanovanjske skupnosti. Sodelovali bi lahko tudi pri edukaciji starejših in njihovih svojcev o njih kot alternativni obliki bivanja. Potreba po edukaciji pa se je pokazala tudi znotraj stanovanjskih skupnosti, kjer starejši potrebujejo pomoč pri reševanju konfliktov. Nenazadnje pa bi se delovni terapevti lahko vključevali tudi kot del dodatne zdravstvene pomoči, kjer bi z delovnoterapevtskimi intervencijami prispevali k ohranjanju čim večje samostojnosti starejših.

Gljučne besede: sobivanje starejših, delovni terapevt, kakovost življenja

AVTORICA

Polona Maleš je diplomirana delovna terapevtka, ki se je v okviru diplomskega dela usmerila v raziskovanje sobivanja starejših.

ABSTRACT

Quality of life of older people in residential communities and the role of occupational therapy

The quality of life of older people is influenced by several factors, including living conditions. These often negatively impact the quality of their lives and lives of their families. Residential communities are a lesser-known form of living in Slovenia; but in some countries, this form of living is already established and researched. Part of the research is focused on the quality of life of older people living in these communities. We conducted a literature review, aiming to answer the research questions, "What is the quality of life of older individuals living in residential communities?" and "What is the role of occupational therapists in residential communities?" The synthesis of the results yielded two themes: "Factors present in residential communities influencing the quality of life of older people" and "Preservation of occupational competence of older people in residential communities." The literature review showed that several factors present in these communities positively influence the quality of life of older people. There are only few such communities in Slovenia so far and occupational therapists are not yet involved. However, the literature review indicates that they could be involved in their design, contributing with their knowledge of universal design of living spaces to create a more accessible environment for all residents of residential communities. They could also participate in educating older people and their families about this alternative form of living. The need for education is also evident within residential communities, where older people require assistance in conflict resolution. Lastly, occupational therapists could be involved as part of additional healthcare support, using occupational therapy interventions to contribute to maintaining the independence of older people.

Keywords: community housing, co-housing of older people, occupational therapist, quality of life.

AUTHOR

***Polona Maleš** is a licensed occupational therapist who, as part of her graduate thesis, specialized in researching the cohabitation of older people.*

1 UVOD

V Sloveniji je skoraj ena tretjina gospodinjstev enočlanskih. V njih pogosto živijo starejši (Razpotnik et al., 2021). Življenje v enočlanskem gospodinjstvu je eden od dejavnikov tveganja za socialno izključenost in življenje pod pragom revščine (Dolenc, 2021). Kerbler in sodelavci (2019) ugotavljajo, da bivalne razmere pogosto negativno vplivajo na kakovost življenja starejših in njihovih svojcev. Nasprotno pa imajo pozitiven vpliv univerzalno oblikovano okolje in izboljšanje socialnih vezi (Raggi et al., 2016). Višja kakovost življenja je tudi

eden od ciljev obravnav delovnih terapevtov (American Occupational Therapy Association, 2020).

Dejavnike, ki spodbujajo boljšo kakovost življenja, ponuja bivanje v stanovanjskih skupnostih starejših (Carrere et al., 2020). To so skupnosti vsaj dveh starejših, za katere je značilno deljenje stroškov, pomoč med stanovalci, pridobivanje novih izkušenj in širjenje socialne mreže (Bivalna problematika – ZDUS, n.d.). Znanstveno raziskovanje sobivanja starejših se je začelo močneje razvijati pred 25 leti. Literatura s tega področja se deli na dva dela. Eden se ukvarja s kakovostjo življenja, drugi pa z vlogo konteksta pri razvoju stanovanjskih skupnosti. (Labit, 2015).

Kerbler et al. (2019) so v raziskavi, katere namen je bil predstaviti mnenje starejših glede različnih oblik bivanja, ugotovili, da je skoraj tretjina starejših udeleženi v raziskavi sobivanje označila za sprejemljivo obliko bivanja. Vendar pa v literaturi ni dokazov, ki bi povezovali stanovanjske skupnosti, delovno terapijo in kakovost življenja. Zato smo naredili pregled literature, s katerim smo želeli odgovoriti na raziskovalni vprašanje: »Kakšna je kakovost življenja starejših oseb v stanovanjskih skupnostih?« in »Kakšna je v njih vloga delovnih terapevtov?«

2 TEORETIČNA IZHODIŠČA

Ločnica, ki ločuje »odrasle« od »starejših« ni točno opredeljena (Vertot, 2010). Gvozdnikov (2019) piše, da se osebe v določenih primerih obravnava kot starejše že pri 55. letu starosti. To je prisotno predvsem pri zaposlenih osebah, ki s 55. letom pridobijo dodatne pravice in ugodnosti. V Evropi so v letu 2018 skoraj tretjino prebivalstva sestavljale osebe, starejše od 55 let, do leta 2050 pa pričakujejo, da jih bo za skoraj polovico evropskega prebivalstva (Gvozdnikov, 2019). Starost 55 let je tudi meja, ki osebi omogoča vključevanje v bivalne skupnosti starejših (Hoyt, 2021). Pri osebah starih med 55 in 65 let se pri več kot dveh tretjinah pojavi vsaj ena kronična bolezen (Centers for Disease, Control and Prevention, 2009). Z leti le te vplivajo na vedno večjo potrebo po pomoči pri osnovnih in podpornih vsakdanjih opravilih (Maresova et al., 2019). Pri iskanju informacije, kje v Sloveniji lahko starejši, ki niso več samostojni pri teh opravilih dobijo pomoč, smo naleteli tudi na možnost sobivanja v skupnosti (Ministrstvo za okolje in prostor, 2020).

Sobivanje je skupinska oblika bivanja, sestavljena iz individualnih domov ali prostorov, ki so razporejeni okrog skupnih prostorov in površin. Stanovanjsko skupnost vodijo in upravljajo njeni člani. Upravljanje temelji na medsebojni podpori, samoupravljanju in aktivnem sodelovanju. Okolje je zasnovano tako, da vzpodbuja in omogoča socialno interakcijo med člani in ima skupen prostor ali hišo,

namenjeno skupnim obrokom in dogodkom. Starost oseb, vključenih v to obliko bivanja, se med državami in skupnostmi razlikuje (Community led homes, n.d.).

Delovni terapevti se z obravnavo starejših srečujejo v bolnišnicah in rehabilitacijskih centrih, v domačem okolju ali v okviru socialnovarstvenih zavodov. Vsako okolje ima svoje posebnosti, ki vplivajo na delo delovnega terapevta (Occupational therapy Australia, n. d.). Steultjens in sodelavci (2004) so izvedli sistematični pregled literature, s katerim so prišli do zaključka, da ima delovnoterapevtska intervencija za starejše, ki živijo v domačem okolju, pozitiven vpliv na njihovo kakovost življenja.

3 METODE DELA

Poglobljeno smo pregledali literaturo in izbrali 10 raziskav, ki smo jih vključili v tematsko analizo, nazadnje pa smo odgovorili na raziskovalni vprašanje. Iskanje literature je potekalo med januarjem in marcem v letu 2022, in sicer v 4 bazah: Web of Science, CINAHL, Medline in ProQuest. Do nekaj zadetkov smo prišli tudi z ročnim pregledom referenc.

Pri iskanju literature smo upoštevali naslednje vključitvene kriterije:

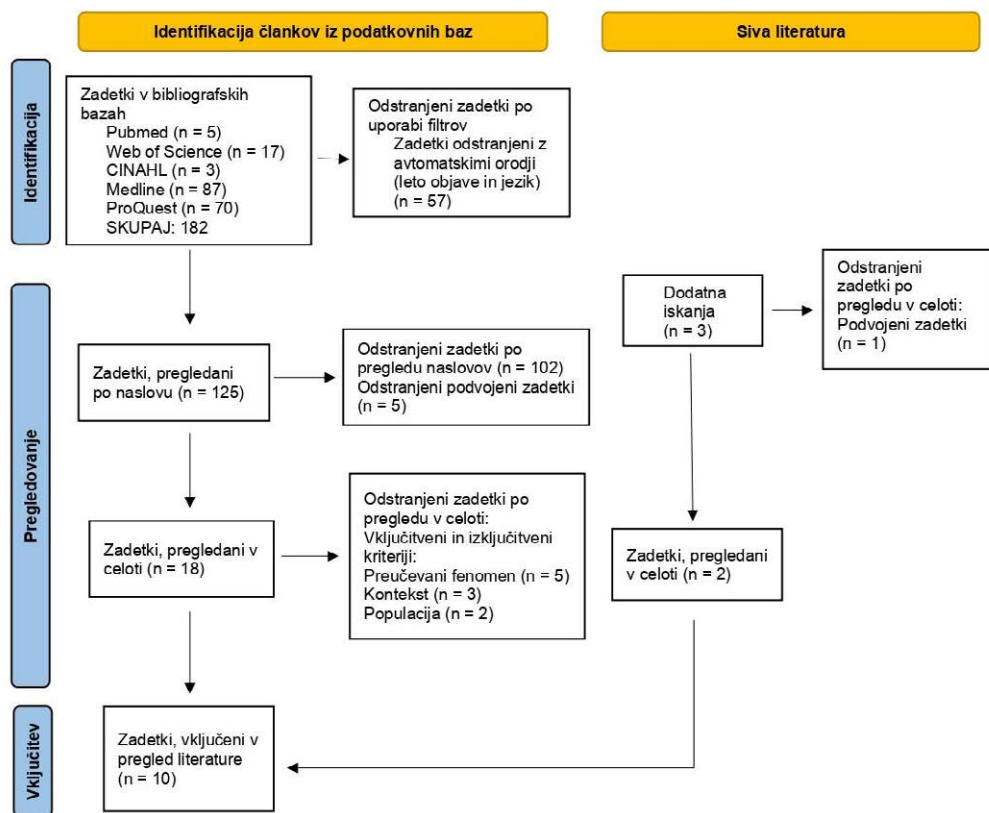
- Raziskava je bila objavljena med letoma 2012 in 2022.
- V raziskavo so vključene osebe, starejše od 55 let, ki so člani stanovanjskih skupnosti starejših.
- Raziskava proučuje kakovost življenja ali blagostanje oseb.
- Raziskava je objavljena v slovenskem ali angleškem jeziku.
- Raziskava je v celoti dostopna članom Univerze v Ljubljani.

V podatkovnih bazah smo pri iskanju v različnih kombinacijah uporabili ključne besede, ki so izhajale iz glavnih konceptov raziskovanja:

- Kakovost življenja: »quality of life«, »well being«, »well-being«, »life satisfaction«,
- delovna terapija: »occupational therapy*«, »OT«, »occupation*«, »activity based«,
- sobivalne skupnosti starejših: »cohousing community«, »cohousing«, »senior cohousing«,
- starejši: »senior*«, »older adult*«, »elder*«, »geriatric*«, »aged*«.

Ključne besede smo združevali z logičnima Boolovima operatorjema »AND« in »OR«. Nato smo s pomočjo vključitvenih in izključitvenih kriterijev in diagrama PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis) (Moher et al., 2009) izbrali članke ter raziskave, ki smo jih vključili v tematsko analizo. Proces zbiranja raziskav je podrobneje prikazan na sliki 1, ki prikazuje PRISMA diagram.

Slika 1: PRISMA diagram



4 REZULTATI

Raziskavam, vključenim v pregled literature, smo določili raven dokazov (Lieberman & Scheer, 2002). V celoti smo raven dokazov določili 3 raziskavam, izmed katerih je bila pri eni uporabljena kvantitativna metoda raziskovanja (Glass, 2019), pri drugih dveh pa je bil narejen pregled literature (Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020). Štirim raziskavam, v katerih je uporabljena integracija kvalitativne in kvantitativne metode, smo določili raven dokazov samo za kvantitativni del (Glass, 2013; Glass & Vander Plaats, 2013; Mandelman, 2021; Puplampu et al., 2020), trem raziskavam pa ravni dokazov nismo določili, saj so bile v njih uporabljene kvalitativne metode raziskovanja (Labit, 2015; Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu, 2019). Tabela 1 podrobneje prikazuje osnovne podatke raziskav, vključenih v kvalitativno analizo.

Tabela 1: Raziskave, vključene v kvalitativno analizo

Avtor, leto objave	Revija, v kateri je bila raziskava objavljena	Država, v kateri je bila izvedena raziskava	Vsaj eden od avtorjev je delovni terapevt	Starost ljudi, vključenih v raziskavo	Ocena ravni dokazov
Carrere J. et al. (2020)	Public Health Reviews	Španija	Ne	/	I
Chum K. et al. (2020)	/ (diplomsko delo)	Velika Britanija	Da	/	I
Glass A. P. (2013)	Journal of Housing for the Elderly	Združene države Amerike	Ne	63–84 let	Kvantitativni del: V
Glass A. P. (2019)	Journal of Women and Aging	Združene države Amerike	Ne	58–90 let	IV
Glass A. P., & Vander Plaats R. S. (2013)	Journal of Aging studies	Združene države Amerike	Ne	64–87 let	Kvantitativni del: IV
Labit A. (2015)	Urban Research & Practice	Nemčija, VB, Švedska	Da	55–83 let	/
Mandelman M. D. (2021)	/	Združene države Amerike	Ne	60–94 let	Kvantitativni del: IV
Pfaff R. & Trentham B. (2020)	Journal of Occupational Science	Švedska	Da	55–92 let	/
Puplampu V. (2019)	Journal of Aging and Environment	Kanada	Ne	55–85 let	/
Puplampu V. et al. (2020)	Canadian Journal on aging	Kanada	Ne	55–94 let	Kvantitativni del: V

Po združevanju desetih virov sta izšli dve temi, in sicer: »Dejavniki, ki se pojavljajo v stanovanjskih skupnostih in vplivajo na kakovost življenja starejših« ter »Ohranjanje okupacijske kompetence starejših v stanovanjskih skupnostih«. Temi smo naprej razdelili na podteme, ki so napisane v tabeli 2.

Tabela 2: Združevanje pregleda literature po temah

TEMA	PODTEMA	OPIS	AVTORJI
Dejavniki, ki se pojavljajo v stanovanjskih skupnostih in vplivajo na kakovost življenja starejših.	duševno zdravje	Starejši v stanovanjskih skupnostih kažejo večjo odpornost ob soočanju z izzivi, ki jih prinaša staranje.	Glass & Vander Plaats, 2013; Mandelman, 2021; Puplampu, 2019
		Starejši v stanovanjskih skupnostih svoje duševno zdravje ocenjujejo visoko.	Mandelman, 2021; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
	socialni odnosi	Starejši v stanovanjskih skupnostih so del skupine ljudi, v kateri imajo veliko priložnosti za socializacijo.	Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020; Mandelman, 2021; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
		V stanovanjskih skupnostih imajo starejši s sosedi in sostanovalci tesne prijateljske odnose, v katerih se dobro počutijo.	Glass, 2013; Glass, 2019; Puplampu, 2019
		Starejši se v stanovanjskih skupnostih redkeje počutijo izolirane in osamljene.	Glass, 2019; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
		Starejši v sobivalnih skupnostih čutijo močno pripadnost skupini, v kateri staranje ni stigmatizirano.	Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020; Glass, 2013; Glass, 2019; Glass & Vander Plaats, 2013; Labit, 2015; Mandelman, 2021; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
	nadzor nad svojim življenjem	Starejši pravijo, da imajo občutek svobode pri odločanju o izbiri aktivnosti, v katere se bodo vključevali.	Chum et al., 2020; Labit, 2015; Mandelman, 2021; Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu et al., 2020
		Starejši imajo občutek avtonomije in nadzora nad svojim delom v stanovanjski skupnosti.	Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020; Glass, 2013; Glass, 2019; Mandelman, 2021; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
Ohranjanje okupacijske kompetence starejših v stanovanjski skupnosti	okolje	Zasnova upošteva individualne potrebe stanovalcev, da jim je grajeno okolje prilagojeno in dostopno.	Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020; Mandelman, 2021; Puplampu, 2019
		Deljenje stroškov v skupnosti omogoči občutek večje finančne varnosti ter neodvisnosti.	Carrere et al., 2020; Labit, 2015; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
	okolje v stanovanjski skupnosti podpira vključenost v okupacije	Skupni prostori so oblikovani tako, da spodbujajo aktivno vključevanje starejših v okupacije.	Chum et al., 2020; Glass, 2013; Puplampu et al., 2020
		Priložnosti za vključevanje v skupinske dejavnosti.	Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020; Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
	pridobivanje novih in ohranjanje starih vlog v skupnosti	Starejši dobijo svojo odgovornost in funkcijo, ki jo morajo opravljati.	Glass, 2013; Glass, 2019; Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu et al., 2020
		Starejši postanejo člani nove skupnosti, v kateri so z ostalimi med seboj soodvisni in drug drugemu nudijo podporo.	Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020; Glass, 2013; Glass, 2019; Glass & Vander Plaats, 2013; Labit, 2015; Mandelman, 2021; Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020
		Starejši v čim večji meri samostojno izvajajo osnovna vsakdanja opravila.	Chum et al., 2020; Mandelman, 2021; Puplampu et al., 2020
		Ohranjanje stikov s širšim zunanjim okoljem.	Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu et al., 2020

5 RAZPRAVA

Pregled literature je pokazal, da se v stanovanjskih skupnostih pojavljajo dejavniki, ki glede na definicijo kakovosti življenja Svetovne zdravstvene organizacije (World Health Organization, 2012), pozitivno vplivajo na kakovost življenja. Izpostavljamo predvsem socialne odnose, duševno zdravje, nadzor nad svojim življenjem in okolje.

Ustavimo se najprej pri socialnih odnosih. Starejši imajo pogosto zelo ozko socialno mrežo. Pri tem vidimo priložnost v stanovanjskih skupnostih, kjer osebe čutijo močno pripadnost skupini ljudi, s katerimi živijo. Hkrati se pojavlja tudi več priložnosti za socializacijo in manjša stopnja osamljenosti (Mandelman, 2021; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020). Puplampu in sodelavci ugotavljajo, da je razlog pogosto v podobnih prepričanjih, vrednotah in podobni starosti, ki v skupnosti ni stigmatizirana. Na tem mestu bi opozorili, da je potrebno biti že pri sami zasnovi stanovanjske skupnosti pozoren, saj so si starejši kljub vsemu med seboj različni in je potrebno dobro poznati njihove interese, prepričanja in življenjsko zgodbo ter jih združiti v skupino, v kateri zaradi drugačnosti ne bodo več družbeno zaznamovani. V družbi je namreč še vedno zelo prisoten starizem, za katerega Svetovna zdravstvena organizacija (2021) pravi, da ima velik negativen vpliv na kakovost življenja in tudi na duševno zdravje starejših.

Socialni odnosi in duševno zdravje sta dva tesno povezana pojma. Iz rezultatov lahko razberemo, da starejši v stanovanjskih skupnostih svoje duševno zdravje ocenjujejo kot dobro (Mandelman, 2021; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020). Kot glavne razloge za boljše duševno zdravje navajajo: več priložnosti za socializacijo, manjšo osamljenost (Mandelman, 2021; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020) in vključevanje v različne aktivnosti (Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020). Tudi Valadez et al. (2006) so preko intervjujev s starejšimi prišli do zaključka, da starejšim pogovor s sovrstniki pomaga ohranjati duševno zdravje. Duševno zdravje starejših v stanovanjskih skupnostih se kaže tudi v večji odpornosti ob srečevanju z izzivi, ki jih prinaša staranje, in soočanju z novimi situacijami (Glass & Vander Plaats, 2013; Mandelman, 2021; Puplampu, 2019).

Kljub temu, da je priložnosti za socializacijo v stanovanjskih skupnostih veliko, Puplampu et al. (2020) v svoji raziskavi ugotavljajo, da je socialno področje najnižje ocenjeno področje kakovosti življenja znotraj omenjenih skupnosti. Kot glavni razlog za nizko oceno pa je navedena izguba stikov s prijatelji in svojci izven bivalnih skupnosti. Do podobnih ugotovitev so prišli tudi Pfaff & Trentham (2020) ter Puplampu et al. (2020). Kang (2017) piše, da

je to tudi eden od razlogov za pojavljanje osamljenosti starejših v stanovanjskih skupnostih, pri čemer gre za pomanjkanje tesnih osebnih vezi. Iz omenjenih rezultatov lahko razberemo, da bi bilo smiselno stanovanjske skupnosti organizirati v domačem okolju oziroma vsaj v bližini doma, kjer bi starejše osebe lažje ohranjale stike s svojimi prijatelji in svojci. Tako bi se starejši mogoče tudi v naši kulturi lažje odločili za vključevanje vanje.

Iz pregleda smo razbrali, da se znotraj stanovanjskih skupnosti pojavlja avtonomija. Ta je eden od glavnih ciljev oskrbe starejših in je zelo odvisna od razmer, v katerih živijo (Darvishpour Kakhakiet al., 2010). Zato je še toliko pomembnejše, da so stanovanjske skupnosti urejene tako, da starejšim omogočijo samostojnost na vseh področjih življenja. Raziskave izpostavljajo še pomembnost urejenosti in dostopnosti skupnih prostorov, saj se tako starejši lažje in pogosteje vključujejo v skupinske dejavnosti (Chum et al., 2020; Glass, 2013; Puplampu et al., 2020). Tyvimaa (2011) ugotavlja, da tudi ustrezno urejene skupne površine in prostori igrajo pomembno vlogo pri aktivnem vključevanju starejših v dejavnosti. Tu vidimo priložnost za delovne terapevte, ki imajo znanje o univerzalnem oblikovanju okolja na način, ki omogoča avtonomijo (Canadian Association of Occupational Therapists, n. d.). Okolje pozitivno vpliva tudi na aktivno vključevanje starejših v dejavnosti (Carrere et al., 2020; Chum et al., 2020; Glass, 2013; Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020), kar vzpodbuja ohranjanje okupacijske kompetence. Ta pojem Kielhofner (2002) opisuje kot sposobnost ohranjanja svoje okupacijske identitete. Ta je povezana z izpolnjevanjem pričakovanj, ki jih prinašajo vloge in vrednote, ohranjanjem rutine, vključevanjem v okupacije in aktivnim prizadevanjem za doseganje željenih ciljev.

Še ena možnost za delovanje delovnih terapevtov na področju oskrbe starejših je ozaveščanje o možnih alternativnih oblikah bivanja, med katerimi so tudi stanovanjske skupnosti ter predstavitev možnih rešitev za nadaljnjo oskrbo starejših v njih (Cleghorn et al., 2020).

Naleteli smo tudi na možne nevarnosti, ki se pojavljajo v stanovanjskih skupnostih. Glass (2013) izpostavlja, da starejši v skupnostih z leti potrebujejo vedno več pomoči, ki je drug drugemu ne morejo nuditi v zadostni meri, če v skupnost ne prihajajo nove generacije. Chum et al. (2020) so ugotovili, da stanovalci omenjeno težavo želijo rešiti preko cenovno dostopne zdravstvene oskrbe znotraj stanovanjske skupnosti. Ker obstajajo močni dokazi, da imajo delovnoterapevtske intervencije za starejše v domačem okolju pozitiven vpliv na njihovo življenje in na njihovo samostojnost (Steultjens et al., 2004), tudi tukaj vidimo priložnost za vključevanje delovnih terapevtov.

Druga izpostavljena nevarnost stanovanjskih skupnosti pa je pojavljanje konfliktov med starejšimi (Labit, 2015; Mandelman, 2021; Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020). Raziskovalci navajajo potrebo po pomoči ali izobraževanju o najboljšem načinu reševanja sporov (Pfaff & Trentham, 2020; Puplampu, 2019; Puplampu et al., 2020). Reševanje konfliktov je vedno pogostejše področje obravnave delovnih terapevtov, ker je njihovo delo usmerjeno na uporabnika, nanj gleda celostno in bolje razume dejavnike, ki vplivajo na nastajanje konflikta (OTFocus, 2021).

6 ZAKLJUČEK

Namen pregleda literature je bil ugotoviti, kakšna je kakovost življenja starejših v stanovanjskih skupnostih in predstaviti vlogo delovnega terapevta v njih. Trdimo lahko, da ima ta oblika bivanja določene lastnosti, ki vplivajo tudi na kakovost življenja. Izpostavili smo štiri področja, ki vplivajo na kakovost življenja starejših, in sicer duševno zdravje, socialne odnose, avtonomijo in okolje. Ugotovili smo, da so vsi naštetih dejavniki med seboj zelo prepleteni in vplivajo drug na drugega.

Izpostavili smo nekaj priložnosti za vključevanje delovnih terapevtov v stanovanjske skupnosti. Pregled literature je namreč pokazal, da obstaja nekaj področij, pri katerih bi lahko delovni terapevti s svojim znanjem v njih dosegli višjo kakovost življenja. Glede na znanja, ki jih imajo, bi se lahko vanje vključevali že pri samem načrtovanju, kjer bi prispevali svoje znanje o univerzalnem oblikovanju okolja. Poleg tega bi delovni terapevti lahko izobraževali in informirali starejše o alternativnih oblikah bivanja, med katerimi so tudi stanovanjske skupnosti starejših. Ko so le te vzpostavljene, pa bi se delovni terapevti vanje lahko vključili takrat, ko bi člani stanovanjske skupnosti potrebovali dodatno zdravstveno oskrbo in ko v skupnosti ne bi bilo več takih, ki bi lahko pomagali pri osnovnih in podpornih vsakdanjih opravilih. Nenazadnje pa bi delovni terapevti lahko odgovarjali tudi na potrebe starejših po izobraževanju in pomoči pri reševanju konfliktov.

Ugotovitve so lahko temelj za nadaljnje raziskovanje življenja starejših v stanovanjskih skupnostih v Sloveniji in vključevanja delovnih terapevtov vanje. Priporočljivo bi bilo izvesti še kakšno raziskavo o kakovosti življenja v njih in jo primerjati s splošno kakovostjo življenja starejših.

LITERATURA

Canadian Association of Occupational Therapists (n. d.). *CAOT Position Statement: Universal design and occupational therapy*. V: <https://caot.in1touch.org/document/3718/U> (4.5.2022).

- Carrere J., Reyes A., Oliveras L., Fernández A., Peralta A., Novoa A. M., Pérez K. & Borrell C. (2020). The effects of cohousing model on people's health and wellbeing: a scoping review. V: *Public Health Reviews*, letnik 41, št. 1. <https://doi.org/10.1186/s40985-020-00138-1> (4.5.2022).
- Chum K., Fitzhenry G., Robinson K., Murphy M., Phan D., Alvarez J., Hand C., Laliberte Rudman D. & McGrath C. (2020). Examining Community-Based Housing Models to Support Aging in Place: A Scoping Review. V: *The Gerontologist*, letnik 62, št. 3, str. 187–192. <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa142> (4.5.2022).
- Cleghorn S., Coleman A., Goolsby L., Lurvey K., Veverica H. & VonAchen E. (2020). Older Adults' Perspectives on occupational supports in alternative housing. V: *The American Journal of Occupational Therapy*, letnik 74, št. 4. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S1-PO9611> (4.5.2022).
- Community led homes (n.d). What is cohousing? V: <https://www.communityledhomes.org.uk/what-cohousing> (4.5.2022).
- Darvishpour Kakhaki A., Abed Saeidi Z., Delavar A. & Saeid Alzakerin M. (2010). Autonomy In The Elderly: A Phenomenological Study. V: *Hakim research journal*, letnik 12, št. 4, str. 1–10. <https://www.sid.ir/en/Journal/ViewPaper.aspx?ID=185933> (4.5.2022).
- Dolenc D. (23. 9. 2021). Vsaka sedma družina v Sloveniji je zunajzakonska skupnost, med družinami z otroki, starimi do 6 let, vsaka tretja. SURS. V: <https://www.stat.si/statweb/news/index/5465> (4.5.2022).
- Glass A. P. (2013). Lessons Learned From a New Elder Cohousing Community. V: *Journal of Housing for the Elderly*, letnik 27, št. 4, str. 348–368. <https://doi.org/10.1080/02763893.2013.813426> (4.5.2022).
- Glass A. P. (2019). Sense of community, loneliness, and satisfaction in five elder cohousing neighborhoods. V: *Journal of Women & Aging*, letnik 32, št. 1, str. 3–27. <https://doi.org/10.1080/08952841.2019.1681888> (4.5.2022).
- Glass A. P. & Vander Plaats R. S. (2013). A conceptual model for aging better together intentionally. V: *Journal of Aging Studies*, letnik 27, št. 4, str. 428–442. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2013.10.001> (4.5.2022).
- Gvozdnikov A. (2019). Population developments. In H. Strandell & P. Wolff (Eds.), *Ageing Europe: Looking at the lives of older people in the EU* (pp. 13–31). Eurostat. V: <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/10166544/KS-02-19%E2%80%91EN-N.pdf/c701972f-6b4e-b432-57d2-91898ca94893> (4.5.2022).
- Hoyt J. (2021). 55+ Senior Living Community. Senior living. V: <https://www.seniorliving.org/retirement/55-plus/> (4.5.2022).
- Kang M., Lyon M. & Kramp J. (2012). Older Adults' Motivations and Expectations Toward Senior Cohousing in a Rural Community. V: *Housing and Society*, letnik 39, št. 2, str. 187–202. <https://doi.org/10.1080/08882746.2012.11430606> (4.5.2022).
- Kang M., Peek G. & Roberts E. (2017). *Senior Cohousing: Creating Connections and Maintaining Autonomy*. Oklahoma state university. V: <https://extension.okstate.edu/fact-sheets/senior-cohousing-creating-connections-and-maintaining-autonomy.html> (4.5.2022).
- Kerbler B., Sendi R. & Filipovič Hrast M. (2019). Trajnostne oblike stanovanjske oskrbe starejših v Sloveniji. V: *Urbani Izziv*, letnik 9, št. 1, str. 81–89. https://urbaniizziv.uisr.si/Portals/urbaniizziv/Clanki/2019/uizziv-30-2019-strokovna_15.pdf (4.5.2022).
- Kielhofner G. (2002). A model of human occupation: theory and application. Lippincott Williams & Wilkins. V: <https://books.google.si/books?id=iNKSuVWytKYC&printsec=copyright&hl=sl#v=onepage&q&f=false=copyright&hl=sl#v=onepage&q&f=false> (4.5.2022).
- Labit A. (2015). Self-managed co-housing in the context of an ageing population in Europe. V: *Urban Research & Practice*, letnik 8, št. 1, str. 32–45. <https://doi.org/10.1080/17535069.2015.1011425> (4.5.2022).
- Lieberman D., Scheer J. (2002). AOTA's evidence-based literature review project: an overview. V: *American Journal of Occupational Therapy*, letnik 56, št. 3, str. 344–349. <https://doi.org/10.5014/ajot.56.3.344> (4.5.2022).
- Mandelman M. D. (2021). *Senior Cohousing: The Social Architecture of Cohousing Community Design & Well Being* [Doktorsko delo]. V: <http://nukweb.nuk.uni-lj.si/login?url=https://www.proquest.com/dissertations-theses/senior-cohousing-social-architecture-community/docview/2539878954/se-2?accountid=16468> (4.5.2022).

- Maresova P., Javanmardi E., Barakovic S., Barakovic Husic J., Tomsone S., Krejcar O. & Kuca K. (2019). Consequences of chronic diseases and other limitations associated with old age – a scoping review. V: *BMC Public Health*, letnik 19, št. 1. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7762-5> (4.5.2022).
- Moher D., Liberati A., Tetzlaff J., Altman D. G. & The PRISMA Group. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: the PRISMA Statement. V: *PLoS Medicine*, letnik 6, št. 7. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097> (4.5.2022).
- Occupational therapy Australia. (n. d.). *Aged care*. V: <https://aboutoccupationaltherapy.com.au/aged-care/> (4.5.2022).
- OTFocus. (3.5.2021). *An Occupational Therapy Approach to Conflict Resolution*. V: <https://otfocus.com/occupational-therapy-conflict-resolution/> (4.5.2022).
- Pfaff R. & Trentham B. (2020). Rethinking home: Exploring older adults' occupational engagement in senior cohousing. *Journal of Occupational Science*, 1–15. V: <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1821755> (4.5.2022).
- Puplampu V. (2019). Forming and Living in a Seniors' Cohousing: The Impact on Older Adults' Healthy Aging in Place. V: *Journal of Housing for the Elderly*, letnik 34, št. 3, str. 1–18. <https://doi.org/10.1080/02763893.2019.1656134> (4.5.2022).
- Puplampu V., Matthews E., Puplampu G., Gross M., Pathak S. & Peters S. (2020). The Impact of Cohousing on Older Adults' Quality of Life. V: *Canadian Journal on Aging / La Revue Canadienne Du Vieillessement*, letnik 39, št. 3, str. 406–420. <https://doi.org/10.1017/S0714980819000448> (4.5.2022).
- Raggi A., Corso B., Minicuci N., Quintas R., Sattin D., De Torres L., Chatterji S., Frisoni G. B., Haro J. M., Koskinen S., Martinuzzi A., Miret M., Tobiasz-Adamczyk B. & Leonardi M. (2016). Determinants of Quality of Life in Ageing Populations: Results from a Cross-Sectional Study in Finland, Poland and Spain. V: *PLOS ONE*, letnik 11, št. 7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0159293> (4.5.2022).
- Razpotnik D. & Žnidaršič M. (8. 12. 2021). Število gospodinjstev in družin se je povečalo. V: <https://www.stat.si/StatWeb/News/Index/9973> (4.5.2022).
- Steultjens E. M. J., Dekker J., Bouter L. M., Jellema S., Bakker E. B. & van den Ende C. H. M. (2004). Occupational therapy for community dwelling elderly people: a systematic review. V: *Age and Ageing*, letnik 33, št. 5, str. 453–460. <https://doi.org/10.1093/ageing/afh174> (4.5.2022).
- Tyvima T. (2011). Social and physical environments in senior communities: the Finnish experience. V: *International Journal of Housing Markets and Analysis*, letnik 4, št. 3, str. 197–209. <https://doi.org/10.1108/17538271111152997> (4.5.2022).
- Valadez A. A., Lumadue C., Gutierrez B. & de Vries-Kell S. (2006). Las Comadres and adult day care centers: The perceived impact of socialization on mental wellness. V: *Journal of Aging Studies*, letnik 20, št. 1, str. 39–53. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2005.02.003> (4.5.2022).
- Vertot N. (2010). *Starejše prebivalstvo v Sloveniji*. Statistični urad Republike Slovenije (SURS). V: <https://www.stat.si/doc/StarejsePrebivalstvo.pdf> (4.5.2022).
- World Health Organization (WHO). (1. 3. 2012). *WHOQOL - measuring quality of life*. World Health Organization. V: <https://www.who.int/tools/whoqol> (4.5.2022).
- World Health Organization (2021). *Ageism is a global challenge*. V: <https://www.who.int/news/item/18-03-2021-ageism-is-a-global-challenge-un> (4.5.2022).

Naslov avtorice:

Polona Maleš: polona.males@gmail.com