

STAREJŠI IN DRUŽBENA OMREŽJA

ŠIME IVANJKO

Univerza v Mariboru, Pravna fakulteta, Maribor, Slovenija
sime.ivanjko@um.si

V prispevku *Starejši in družbena omrežja* avtor izhaja iz lastnega aktivnega ukvarjanja s problematiko starejših na družbenih omrežjih, kjer objavlja svoja raznolika razmišljanja o življenju v starosti, ki nam še ponuja možnost aktivne prisotnosti v življenju. Starost ni bolezen, temveč priložnost za nadaljevanje aktivnega življenja v novih okoliščinah, ki so posledica staranja. Zaveda se, da je starost neznanka, a je vseeno človeku omogočeno, da to obdobje lahko preživi brez pretresov in strahu pred življenjem na obrobju družbe. Opozarja, da je potrebno tudi v starosti, tako kot v vseh drugih življenjskih obdobjih, osmisliti svoje življenje. Pozornost posveča družbenim omrežjem, ki s pomočjo komuniciranja drugimi, pomenijo za starejše možnost ostati aktivno prisotni v življenju. Predlaga tudi nujno potrebno izobraževanje ljudi, kot pripravo na starost in srečanje z novimi tehnologijami. Kljub koristi družbenih omrežij, pa je njihova uporaba, kadar jih uporabljajo starejši, ki nimajo potrebnih znanj, lahko polna pasti, na katere morajo biti pozorni. Okolje mora starejšim nuditi možnosti za izobraževanje in uporabo digitalnih storitev.

DOI
[https://doi.org/
10.18690/um.3.2023.3](https://doi.org/10.18690/um.3.2023.3)

ISBN
978-961-286-768-3

Ključne besede:

starost,
družbeno omrežje,
življenjsko dozorevanje,
digitalizacija,
starizem,
izobraževanje starejših,
starostnik



Univerzitetna založba
Univerze v Mariboru

DOI
[https://doi.org/
10.18690/um.3.2023.3](https://doi.org/10.18690/um.3.2023.3)

ISBN
978-961-286-768-3

Keywords:

age,
social network,
maturing in life,
digitization,
olds,
education of the elderly,
elderly

THE ELDERLY AND SOCIAL NETWORKS

ŠIME IVANJKO

University of Maribor, University of Maribor, Faculty of Law, Maribor, Slovenia
sime.ivanjko@um.si

In the present paper the author starts from his active engagement with the issue of the elderly on the social network, where he publishes his various reflections on life in old age, which offers us the possibility of an active presence in life. Old age is not a disease but an opportunity to continue an active life within the new circumstances resulting from aging. He is aware that old age is unknown, but it allows a person to spend this period without turmoil and fear on the outskirts of society. He points out that even in old age, as in all other periods of life, giving meaning to one's life is necessary. It pays particular attention to the benefits and possibilities that allow older people to remain present in life through communication with others using a social network. In doing so, he also suggests the necessary education of people as a preparation for meeting old age and new technologies. Despite the benefits of the social network, their use by the elderly who do not have the necessary knowledge threatens pitfalls that need to be watched out for. In this regard, the social environment should also offer assistance to the elderly through systematic education and training for the provision of digitized services.



Znati se starati, je višek modrosti in eno najtežjih poglavij v umetnosti življenja.

H.F.Amiel

Uvod

Cicero, starorimski pravnik in filozof je zapisal: „Senectus, quam ut adipiscantur omnes optant, eandem accusant adeptam.“¹

V otroštvu in mladosti si želimo biti čimprej starejši, v polnosti aktivnega življenja pa običajno ne razmišljamo veliko o starosti, saj se starost takrat še ne dogaja nam, ampak drugim. Ko pa se s starostjo soočimo, nas ta praviloma preseneti in nismo sposobni dojeti, kaj se nam dogaja. Starost ni bolezen, a ima pogosto znake neozdravljive bolezni. Ne glede na spremembe družbenega okolja in sodoben način življenja nekateri stereotipi o starosti ostajajo nespremenjeni. Starejše osebe se označuje kot »nesposobne za delo in fizično nemočne ter senilne in za časom«.² Praktično so izključene iz družbenih, političnih, ekonomskih, kulturnih, duhovnih pa tudi iz državljanskih aktivnosti, čeprav bi lahko tudi starejši, v svojem tretjem življenjskem obdobju, koristno prispevali v družbi. Življenje starejših je kvalitetnejše, s pomočjo zdravstvenih storitev mnogi ohranjajo mentalne sposobnosti in zmožnost učenja. Starostniki niso nemočni, so pa ranljivejši, zlasti v kriznih situacijah, so manj produktivni, imajo pa več izkušenj in življenjske modrosti. Določene lastnosti se v starosti še izboljšajo. Bolezni, ki spremljajo starostnike, le-te obremenjujejo, vendar jih bistveno bolj moti zavest, da so odmaknjeni na obrobje družbe in drugim niso več potrebni.

Starost kot neznanka

Proces staranja je še vedno neznanka, čeprav se ljudje od nekdaj soočajo z njim. Srečanje s starostjo je hkrati presenečenje, da še nismo umrli, kot je to lepo izrazil pesnik Hermann Hesse; "Imel sem dve trajni ljubezni in bil sem prepričan, da se bosta končali le s smrtjo. Ljubezni so končale, jaz pa nisem mrtev«.

¹ »Starost, ki si jo vsi želijo pridobiti, jo obtožujejo, ko je dosežena«.

² Pe.M.Starost ni bolezen!

<https://www.google.com/search?q=Starost+ni+bolezen!+Avtor%3A+Pe.+M.&oq=Starost+ni+bolezen!+Avtor%3ht>

V starosti običajno tisto, kar nam je do tedaj predstavljalo bistvo in smisel življenja, kar nas je skrbelo, za kar smo se trudili misleč, da nas bo osrečevalo, postane manj pomembno. Potek starosti je podoben lupljenju čebule, ko jemljemo eno rezino za drugo in na koncu v roki ne ostane nič, razen tolažbe, da se naše življenje počasi, z neznosno lahkotnostjo, preliva v življenja drugih.

Človek želi uživati v večeru življenja in čakati, da vlak življenja, po dolgem in napornem potovanju, mirno pripelje na končno postajo ter dostojanstveno sestopi z njega, karkoli že to pomeni.

Družba mora s starejšim človekom, zavedajočim se lastne minljivosti, dostojno ravnati, ker ima ta pravico izkoristiti življenjsko zadovoljstvo, ki ga še omogoča starost, živeti z drugimi v prijaznem okolju ter prejeti pomoč pri hoji po poti, ki vodi k srečanju smrtjo oz. doživeti »umetnost gracioznega staranja«, kot je to nekdo lepo zapisal.

Starost je čas odličnosti in znanja

Vprašanje, kaj je starost pri človeku, ima mnogo različnih odgovorov, a najbrž nobeden od njih ni edini pravi. Govorimo o dveh starostih, notranji in zunanji. Nobene se ne da ustaviti, čeprav se lahko zunanja starost upočasni z različnimi ukrepi in zdravili, ki pa so lahko le placebo efekt notranji starosti. Starost je določena stopnja zrelosti, sklep celotnega življenja, ki vsebuje veliko znanja in izkušnj, predvsem pa je to proces odpuščanja tujih in svojih napak, počasno prekinjanje prijateljskih odnosov ter zmanjševanje interesa za ljudi in stvari, ki smo jih v življenju visoko cenili ali imeli radi.

Problem starosti v naši družbi je, da se starejšim vsiljuje življenjske standarde ki veljajo za mlajše. Zanikanje starosti je v resnici podzavestni strah pred smrtjo. Tudi starost je lepa, če jo sprejmemo z vedrino in radovednostjo, razmišljanjem o sebi, vendar ne za druge in naše okolje, kar smo praviloma zanemarjali v življenju.

Kako si osmislimo življenje v starosti?

Doživljanje starosti in iskanje smisla življenja starostnika je predmet številnih raziskav, pri čemer so v ospredju vprašanja demografije staranja, medgeneracijskega povezovanja, zdravega načina življenja in osmišljenosti življenja v starosti. Raziskave kažejo, da starostniki, ki živijo v domovih za ostalere, kažejo višjo prisotnost bivanjskega vakuuma in doživljanja smiselnosti svojega življenja, za razliko od živečih v domačem okolju, ki imajo jasnejše in bolj zadovoljujoče cilje v življenju, to je družina in ohranjanje socialnih stikov.³ Velik pomen starostniki pripisujejo medgeneracijskemu povezovanju z mlajšimi generacijami. Zanimajo jih bistveno drugačni pogledi mladih na to, kaj pričakujejo od življenja. Skozi spoznavanje mlajših generacij starejši poskušajo bolje razumeti sorodstveno povezane mlajše generacije pa tudi ostale, je pa neposredni dialog z mlajšimi ali npr. odraslimi vnuki težko izvedljiv, zaradi razlik v dojemanju nekaterih novih pojavov pri mlajših generacijah (npr. odnosi med spoloma, religija, družina itd.)

Socialna teorija, ki govori o staranju kot pojavu, ko se človek umakne iz dotedanega aktivnega življenja in postane pri zadovoljevanju svojih potreb vedno bolj odvisen od pomoči drugih, je danes deležna številnih razprav. Proces upadanja aktivnosti je viden v zmanjšanju interakcij med starejšimi in družbo, kar je značilno za večino ljudi. Pri tem se starostnik z leti vse bolj umika v zasebnost. Kot nasprotje tej teoriji pa obstajata teorija aktivnosti ali pa teorija o kontinuiteti v starosti, po kateri se veliko število, večinoma zdravih starih ljudi odloča, da ostanejo dejavni znotraj danih ekonomskih okoliščin in vzdržujejo in razvijajo telesne, mentalne in socialne aktivnosti.⁴

Potreba po socialnih stikih

S problematiko socialnih stikov starostnikov so se posebej ukvarjale diplomantke Fakultete za socialno delo v svoji raziskavi iz leta 2007⁵. Omenjena raziskava je zanimiva, ker v času le-te družbena omrežja niso bila toliko prisotna, kot so danes.

³ KOSI, Dora, 2021, *Osmišljanje življenja v starosti*: magistrsko delo [na spletu]. Magistrsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani. [Dostop 29 maj 2023]. Pridobljeno s: <https://repozitorij.uni-lj.si/IzpisGradiva.php?lang=slv&cid=127467>

⁴ Podrobneje; Milošević - Arnold V. *Socialno delo s starimi ljudmi*, Fakulteta za socialno delo, Ljubljana, 2003.

⁵ Urška Fonda in Darinka Panič, *Primerjava socialnih stikov starostnikov v institucionalnem okolju in lokalni skupnosti*, diplomska naloga 2007, Fakulteta za socialno delo, mentorica dr. Jana Mali.

Zlasti je to veljalo za takratno starejšo generacijo, saj v omenjeni nalogi družbena omrežja sploh niso predmet obravnave, kot možnost starejših pri vzpostavljanju in vzdrževanju socialnih stikov, ki so v tej nalogi dokaj obsežno obdelani.⁶

Nesporno dejstvo in temeljni problem starejših v sodobni družbi je v njihovem odnosu do širšega okolja: starejše moti marsikaj, a ne vedo, kako in komu to povedati. Čeprav je starost obdobje, ko človek dozori do polne človeške uresničitve in ima težave z vzpostavljanjem socialnih stikov raziskave kažejo, da starejši, zlasti tisti, živeči znotraj institucij, navajajo osamljenost in pogrešajo dodatne stike. Tu so mišljeni stiki tako s srednjo kot mlajšo generacijo, želijo si ljudi okoli sebe. Prenehanje aktivnega poklicnega življenja in upokožitev predstavljata za ljudi veliko spremembo v življenjskem ciklu, ki se odraža zlasti v zmanjševanju komunikacije z družbenim okoljem. Osamljenost je pogost pojav pri starejši generaciji, ki ga spremlja občutek izključenosti iz družbenega okolja. Sodobna tehnologija omogoča komuniciranje z družbenim okoljem, ne glede na status posameznika in ne glede na to, ali je poklicno oziroma drugače aktiven ali ima status upokojenca. Družbena omrežja tudi v visoki starosti posamezniku omogočajo vzdrževanje stikov z ožjo ali širšo družbeno skupnostjo. Gre za komuniciranje na družbenih omrežjih, ki ne omogoča samo pasivnega spremljanja informacij, temveč tudi aktivno udeležbo v dialogu z drugimi. Občutek izključenosti je zlasti prisoten pri izobražencih, ki so bodisi po naravi ali pa zaradi svojega poklica v aktivnem razmerju do drugih, praviloma sodelavcev oziroma sodelavk. Družbena omrežja, ki so fenomen sodobnega življenja, omogočajo starejšim, potem ko opustijo poklicno delo, da nadaljujejo komunikacijo o strokovnih in osebnih vprašanjih, kot e-aktiven in tudi kreativen ter enakopravni sogovornik v nastopanju na družbenih omrežjih. Zlasti poklici, ki so navezani na ljudi, kot na primer poklic visokošolskega učitelja; temu družbena omrežja omogočajo, da nadaljuje dialog na različnih ravneh, z različnimi strukturami v družbi. Sklepanje posebne vrste prijateljstev na družbenih omrežjih omogoča posamezniku spoznavanje določenega kroga ljudi, kar ni omejeno časovno pa tudi ne lokacijsko. Nekatera omrežja kot npr. Facebook so zlasti primerna za starejše, in jim pomagajo pri vzpostavljanju oziroma vzdrževanju odnosov med

⁶ Za potrebe tega zapisa sem uporabil ugotovitve iz omenjene raziskave o potrebi vzpostavljanja medsebojnih stikov in obveščanja starejših, z uporabo raznih objav v medijih in posebnih specializiranih publikacij. Večino ugotovitev in predlogov, ki so jih avtorice navedle, se danes lahko brez težav udejanji v okviru možnosti, ki jih ponujajo družbena omrežja.

njimi in med različnimi generacijami. Prav na Facebooku najdemo množico ljudi, starejših od 55 let.

Demografska sestava uporabnikov največjega družbenega omrežja se že nekaj časa spreminja, ker se povečuje število starejših, ki so tu prisotni. Različne raziskave ugotavljajo poziven vpliv socialnih omrežij na zdravje starejše populacije. V tej smeri je treba nadalje proučevati vlogo socialnih omrežij v primeru bolezni in vključevanja starejših v aktivni del družbe, saj ne samo da omrežje obvešča starejše o dogajanjih v družbi, omogoča jim tudi, da se vključujejo v določene družbene dejavnosti, in da so prisotni pri oblikovanju javnega mnenja o položaju starejši v družbi. Pomembna je čustvena opora socialnih omrežij starejših oseb ter informacijska podpora mlajših pri tem. Ni mogoče spregledati dejstva, da družbena omrežja prispevajo h krepitvi socialne mreže med starejšimi, pa tudi med njimi in mlajšo generacijo. In so na ta način pomemben dejavnik pri zagotavljanju kakovostnega medgeneracijskega povezovanja. Družbena omrežja so nadomestek osebnih povezovanj v živo, ne glede na razdaljo in čas.

Starejšim omogočajo, da se povežejo z drugimi ter s tem razširijo in okrepijo svojo osebno mrežo in interakcije. Družbena omrežja so varen prostor za ljudi, da se izrazijo in razkrijejo svoje osebne izkušnje s težavami pri telesnem in duševnem zdravju in v odnosih z drugimi. Aktivna prisotnost na družbenih omrežjih omogoča starejšim generacijam samoizražanje in samorazkritje, brez nevarnosti stigme v družbenem okolju, saj lahko svojo identiteto tudi zakrijejo in s tem bolj odkrito spregovorijo o zadevah, ki so širšega družbenega pomena.⁷

Pasti za starejše na družbenih omrežjih

Kljub koristim, ki jih starejšim nudijo in omogočajo družbena omrežja, pa je to področje tudi nevarno, saj so starejši lahko žrtve raznih goljufij in napačnih oz. neresničnih informacij, ki se pojavljajo na teh omrežjih. Predvsem je potrebno opozoriti na lažne spletne trgovine, ki nimajo namena omogočiti nakupa določenega blaga oz. storitve, temveč predvsem izkoristiti nevednost in pomanjkljivo znanje

⁷ Podpisani avtor se po upokojitvi aktivno ukvarja z objavami na družbenih omrežjih (Facebook, Linkendlin) in na spletni strani IZOP-Inštitut zavarovalništvo in pravo v Mariboru. Objavlja različna razmišljanja o življenju, pravo, lastnih izkušnjah v 50-letnem delu s študenti in svetovanjem na področju podjetništva. Z omenjenimi objavami, ki mu omogočajo dialog z velikim številom bralcev le-teh, nadomešča razprave s študenti, ki jih pogreša.

starejših na področju poslovanja preko spleta. To so zlasti lažne ponudbe blaga ali storitev in ponudniki teh so občutno cenejši od ostalih na trgu. Ob tem se pojavljajo različne igre, ki nudijo nagrade ob nakupu določenega blaga. Preprosto gre za ponudbe, ki zvenijo »preveč dobro« in so posredovane starejšim na družbenih omrežjih in jih običajno spremljajo nejasna sporočila. Starejši se srečujejo z nepoštenimi pogodbenimi določili in z nepošteno poslovno prakso na družbenih omrežjih (brezplačne ponudbe, lažne ocene potrošnikov, kratki roki za odgovor itn.) Nepošteni ponudniki storitev na spletu se zavedajo pomanjkljive digitalne pismenosti starejših in pomanjkljive sposobnosti ločevanja resničnih od lažnih sporočil. Posebej so starejši ogroženi na področju finančnega poslovanja, saj je digitalna finančna pismenost pri starejših na relativno nizki ravni. V praksi so znani poskusi finančnih prevar, zlasti z lažnim predstavljanjem davčnih, policijskih in drugih državnih organov. V našem okolju se pojavljajo tudi »prevare starih staršev« (the grandparent scam), kjer prevaranti, pod pretvezo, da so vnuki oz. pravnuki, stare starše prosijo za pomoč ali denar.

Prevare se pojavljajo tudi pri bančnem poslovanju in na področju zavarovalništva. V novejšem času so pogoste prevare pri iskanju življenjskih partnerjev, kjer so žrtve oškodovanje ne samo na emocionalnem temveč tudi na premoženjskem področju, zaradi pošiljanja denarja neznani osebi, v katero so domnevno »zaljubljene«. Starejši so posebej primerna populacija tudi za pritegnitev v različne oblike verskih skupnosti oz. sekt, katerih namen je dobiti njihovo premoženje, ne pa verske pobude. Na družbenih omrežjih se pojavljajo tudi razni prosilci za pomoč osebam v težkih zdravstvenih situacijah (ponudbe na družbenih omrežjih o nasledstvu sorodnika, ki je umrl, brez dedičev in zahteve za predhodno plačilo odvetniških in drugih stroškov, da se »izmišljenemu dediču« zagotovi dediščina).

Skratka današnja starejša populacija nima strokovnih znanj in sposobnosti, da se sama varuje pred poskusi prevar s strani nepoštenih ponudnikov spletnih storitev ali blaga in zaradi tega je nujno potrebno storiti vse, da se starejša generacija z usposabljanjem o prepoznavanju zavajajočih obvestil in obveščanjem (tudi medsebojnim) o tovrstnih prevarah zavaruje pred škodo, ki je ni mogoče naknadno sanirati.

Študijski program za starost

Danes imamo tisoče različnih učnih in študijskih programov, namenjenih obvladovanju znanj in kompetenc za različna področja dela in življenja. Ni mi znano (razen študija gerontologije na »Alma Mater Europaea - ECM v Mariboru), da bi kdo izobrazoval in usposabljal ljudi za starost v najširšem pomenu besede in starejšim pomagal sestopiti iz življenja oziroma jih pripraviti na to, kako se prilagoditi hoji na slabo osvetljeni poti navzdol; kako sprejeti občutek vsiljene pasivnosti, razcepljenosti, odtujenosti ob sočasni odvisnosti od drugih, zlasti lastne šibkosti in omejenosti ter neodločnosti in popustljivosti; kako se sprijazniti, da nam v starosti izginjavajo gradovi v oblakih, ki smo jih v preteklosti tako skrbno gradili. Obrambna življenjska usmeritev nam kaže vedno na slabše. Življenjske bilance kažejo minuse in sentimentalni spomini ne nudijo nobenega upanja, da bi lahko nonšalantno rekli, da imamo še čas. Ob prebiranju osmrtnic ugotavljamo, kdaj bo približno Bogu ljubo, da nas pokliče, saj se vrsta pred nami hitro skrajšuje.

Če bi imel priložnost sodelovati pri sestavljanju študijskega programa za starost, bi vsekakor predlagal študij Shakesperovega Kralja Leara o položaju starega človeka, ki se želi umakniti življenjskim težavam in tekmovalnosti; kako opustiti obrambno strategijo in ohraniti to, kar še imamo in začnemo iskati nove možnosti za osebno srečo; kako opustiti strah pred jutrišnjim dnem; kako dokončati Jungov »individualizacijski proces« človeškega zorenja; kako se srečati s svojo temno in skrito družbeno preteklostjo; kako sprejeti neizogibno nepopolnost in napake preteklosti ter oblikovati zavest, da ni več nujno, da je delo starejših vedno popolno in brezhibno. Posebna pozornost naj bo posvečena temu, da se stvari v starosti sprejmejo takšne, kot so. Nujno bi bilo ljudi v starosti pripraviti, da se zabavajo in humorno pogovarjajo o svojih življenjskih neuspehih. Študijski program bi obvezno vseboval tudi spoznavanje večjih uspehov starejših, ki so s svojim znanjem in delom v starosti vplivali na svoj narod. Bistveno bi bilo, da bi bila v času študija poudarjena potreba po pripravljenosti na spremembe vrednot, saj je treba v starosti opustiti kriterije, na podlagi katerih smo v aktivnem življenju dajali višjo stopnjo pomembnosti vsebinam, ki v starosti sploh niso pomembne.

Za naše razmere bi bilo treba posebej opredeliti vsebino predmeta, kako preprečiti, da zaradi dolgočasje po upokojitvi starejši ne bi odhajali v »politiko«, saj po naravi ti več nimajo vizij za vodenje ljudstva v lepšo bodočnost.

Prepričan sem, da bi strokovnjaki različnih področij imeli še vrsto zanimivih idej za oblikovanje nujno potrebnega študija, ki bi usposabljal le tiste, ki želijo tudi v starosti živeti, ne pa životariti in čakati na zadnji klic, ki ga družbena okolja pogosto le simbolno obžalujejo.⁸

Zaključek

Ne glede na to, kako je dolgo naše življenje, ne iščimo samo slabih strani starosti, temveč je treba to obdobje preživeti na podoben način, kot smo živeli do srečanja z njo in se prilagoditi novonastalim okoliščinam. Pri tem nam tehnološke novosti na področju komuniciranja z drugimi omogočajo, da kljub nevarnostim, ki te novosti spremljajo, z njimi starost popestrimo in dodamo novo dimenzijo naši kreativnosti tudi v tem obdobju življenja.

⁸ Šime Ivanjko, iz zapisa na Facebook 27.8 2020