

PROTI PREDSDOKOM O STAROSTI

Robert Kastenbaum, Staranje. Življenjska obdobja. Pomurska založba. Centralni zavod za napredek gospodinjstva, Ljubljana 1985

Morda je osnovno spoznanje, ki nam ga posreduje ta knjiga, ne da bi bilo v njej izraženo prav s temi besedami, spoznanje, da dober del tega, kar imenujemo danes starost, ni biološka danost, ampak družbeni proizvod. Na osnovi dejanskega pešanje telesnih moči in nekaterih duševnih sposobnosti, ki pa poteka pri različnih ljudeh zelo različno in je veliko manj odvisno od kronološke starosti kot od vrste drugih dejavnikov, se oblikuje družbeni odnos do starih ljudi kot posebne družbene kategorije prav na osnovi kronološke starosti. Za ta odnos je značilno razločevanje na osnovi kronološke starosti, izključevanje, izrinjanje, zapostavljanje in različne oblike zelo prefinjenega, pa zato nič manj boleče doživetega poniževanja in razosebljanja. Ta odnos do starih ljudi povratno deluje na njihovo psihosomatsko stanje, pogojuje v resnici telesno in duševno usihanje in bolezni. To usihanje, bolezni in "čudaštva" pa pripisem biološkimi starostnim procesom in poverimo zdravnikom v obravnavo. Ta laž odvezuje družbo kritičnega obračuna z njenim lastnim ravnanjem in iskanja drugačnega odnosa. To "starost" proizvajamo svojci starih ljudi, sodelavci, sokrajani, proizvajamo jo v zdravstvenih in socialnih ustanovah. Videti starost kakršna je danes pri nas, kot brezprizivno naravno dejstvo, pomeni spregledati, da se to dejstvo na različne načine družbeno proizvaja, torej, da sploh ni nujno, da bi bila starost taka kot je, ampak da bi jo lahko proizvajali, v mejah, ki jih v resnici postavlja narava, na drug način - da bi bila drugačna. To nikakor ne velja le abstraktno za nekakšno globalno družbo v razmerjih, na katere posameznik med nami ne more vplivati. Velja za vsakogar med

nami in za sleherno njegovo konkretno dejanje v odnosu do starih ljudi. Starost proizvajamo v vsakdanjih stikih s starimi ljudmi.

Iz naše, nekoliko bojevito priostrene misli nikakor ne gre sklepati, da je Kastenbaumova knjiga napisana v tem slogu, je pa kot celota prispevek k drugačnemu pojmovanju starosti, kot je tisto, ki se z njim srečamo v okviru običajne, zdravorazumske zavesti, polne predsodkov in stereotipov, in k drugačnemu, bolj človečnemu odnosu do starih ljudi. Je knjiga, napisana z razumevanjem, vživetjem, občutljivostjo, argumentirano, stvarno in nevsiljivo. Njen namen je poglobiti naše razumevanje staranja in starosti, predvsem pa opozoriti na to, kako s svojim odnosom do starih ljudi često nehote in nevede, morda celo z dobrimi nameni, v glavnem pa zaradi lastnega udobja, otežujemo njihovo življenje do te mere, da si ga ne žele več podaljševati. Knjiga nas uči občutljivo prisluhniti razpoloženjem starejših. Ta razpoloženja niso starostne muhe in čudaštva, ampak izraz povsem normalnih človeških stisk in čustev, ki pa ne najdejo drugačnega izraza, ker se boje, da ne bi bila razumljena.

Razširjena je predstava, da spremljajo določeno kronološko starost natanko določene psihofizične spremembe in spremembe doživljanja. Kastenbaum navede ugotovitve raziskav, ki nasprotujejo temu gledanju in predstavi pojem funkcionalne starosti, ki je še najbližji vsakdanjemu pojmovanju: "Star si, kolikor se počutiš starega in kolikor zmoreš narediti". Tudi pri nas se je po zaslugi nekaterih naših gerontologov že uveljavilo spoznanje, da biti star ne pomeni biti bolan, ali kot pravi profesor Accetto: "Človek ne umrje od starosti, ampak od bolezni". V knjigi so o tem vprašanju navedene ugotovitve Birrenove raziskave, v kateri so se okrog 70 let stari zdravi moški prav tako dobro odrezali na različnih telesnih preskusih kot zdravi mladi moški. Pomembna pa je tudi ugotovitev, da najmanjši dotik bolezni slabo vpliva na starega človeka. Ko navaja različne spodbudne ugotovitve, ki se ne skladajo s sivo sliko starosti, pa Kastenbaum vendarle ne zaide v drugo skrajnost, da bi namreč zanikal starostne pojave ali jim zmanjševal težo in pomen, kar se sicer rado zgodi pri poljudnem pisanju te vrste. Upira se le preveč poenostavljeni predstavi, da je čas mladosti in srednjih let čas polnega razcveta vseh funkcij, starost pa pomeni

vsestranski upad. Lepo pokaže, da začno nekatere funkcije upadati že v mladosti in da se staranje začne pravzaprav ob rojstvu, pa tudi, da se pri starem človeku pojavijo nove vrste doživljanja, ki ga napolnjujejo z novo samozavestjo in odprtostjo do življenja. Kako zelo je dojemanje fizioloških sprememb odvisno od kulture, pokaže lepo na naslednjem primeru. S starostjo postajamo počasnejši. "Dejavnosti in preskusi, ki postavljajo hitrost na prvo mesto, pogosto prikazujejo starega človeka v izrazito slabem položaju". Pa vendar: "Drugim kulturam se ni zdelo pomembno razdeliti dneva, ure in celo minute ter sekunde tako nepopustljivo kakor nam. Niso postavili strogo natančnih začetkov in koncev dejavnosti. Mnogi ljudje so znova odkrili, da je počasnost sproščujoč in morda bolj človeški način življenja. Počasnost v poznejših letih je mogoče naravna pot, ki nam omogoča ceniti življenjsko potovanje, namesto, da bi se gnali proti cilju" (str. 37). Ne zveni kot tolažba ampak kot modrost. Ko so stare ljudi spraševali, kako so zadovoljni v starosti, so v splošnem menili, da je bolje, kot so pričakovali in bolje kot si mislijo mlajši ljudje. Napačno je domnevati, "da pripada mladim le veselje in starim le žalost. Zadovoljstvo je mogoče občutiti pri vseh starostih. Zdi se, da je razlika med zadovoljstvom in malodušjem bolj odvisna od življenjskih okoliščin" (str. 51).

Knjiga se dotakne skoraj vseh pomembnih vprašanj, povezanih s starostjo. Obravnava potrnost starih ljudi in opozarja, kako lahko napačno razumemo miren umik starega človeka. Mislimo si, da se je filozofsko sprijaznil s svojim položajem, v resnici pa si, razočaran in v ponižujočem položaju, nadene pač najboljši videz, ki si ga lahko. Prav v obravnavanju depresije in navidezne senilnosti se kaže strokovna podkovanost in človeška občutljivost pisca. Včasih uporabi star človek senilnost kot strategijo, s katero se brani pred ogrožujočim okoljem. Okolje pa lahko tako vedenje komaj opazno spodbuja. Kar ustreza mu, da starega človeka proglašajo za "senilnega", saj to pomeni, da ga ni treba jemati resno, da se z njim ni treba pogovarjati ali se kako drugače ukvarjati, saj je tako ali tako bebast in neodziven. Izkušnje pa kažejo, da se celo pri ljudeh s senilnimi možganskimi spremembami duševno in telesno delovanje izboljša, če se preselijo v človeško toplejše in vzpodbudnejše okolje. "Veliko zadovoljstvo je videti, da se staremu človeku vračajo vedrost, dostojanstvo in spoštovanje do samega sebe, če spoštljivo ravnajo z njim. Spoznamo človeka, čigar močan značaj in blago iz-

knjige so dostopne v knjižnici in na spletni strani www.knjiznica.si

žarevanje ostaneta nedotaknjena kljub uničujočemu delovanju bolezni" (str. 99).

Posebno poglavje je posvečeno domovom za stare. Tudi tu se Kastenbaum izogne stereotipnemu obravnavanju že takoj v uvodnem odstavku, ko navede nasprotujoči si izjavi dveh oskrbovank, ene, ki je zelo zadovoljna z življenjem v domu in druge, ki doživlja dom kot zapor. Isti kraj pomeni različnim ljudem različne izkušnje, poleg tega pa se domovi med seboj zelo razlikujejo. Pa vendarle si stari ljudje v glavnem ne želijo v dom. Preselitev v dom dojemajo kot pretnjo, žal večkrat upravičeno. Kajti zavod, posebno tak, v katerem je veliko število starih, izvaja na oskrbovance določen pritisk. Oblike tega pritiska so lahko zelo prikrita in take, da se človeku, ki jih ne doživlja na svoji koži, sploh ne kažejo kot pritisk, starega človeka pa vse bolj razosebljajo in ga spreminjajo v lahko obvladljivi predmet. Kljub uravnoteženemu prikazu in prizadevanju, da bi poudarili možnosti, ki jih ima star človek v domu, prikaz življenja v domu vendarle ni videti optimističen. Kaj namreč pomeni prilagoditi se na življenje v zavodu? Prilagoditise na "svet bolezni in smrti"? "Nisem mrtev. Vendar tudi ne bi mogel reči, da sem živ", je piscu dejal eden od oskrbovancev. Zato se v sklepnem odstavku o zavodih usmeri pogled na zunajzavodske oblike pomoči starejšim v njihovem domačem okolju. Te je treba razvijati, medtem ko bodo domovi ostali za "zelo stare in šibke".

Knjigo naravno sklene poglavje o poslavljanju od življenja, poglavje, ki ga prav tako odlikuje stvaren pristop. Smrt in pogovor o njej naj ne bi bila "tabu tema", ampak nujen del resnično človečnega odnosa s starim človekom.

Knjiga je napisana poljudno, za najširšo javnost, v roke jo s pridom lahko vzame tudi strokovni delavec, posebno še, če si do sedaj ni imel priložnosti pridobiti sistematičnega znanja o gerontologiji, napisana pa je tudi za starejše in za vse, ki se staramo, da bi znali prihajajoče spremembe brez panike sprejeti ter se opreti na tisto, kar nam je ostalo in kar se je novega in dragocenega pojavilo. Človek namreč ni kot televizor, ki "crkne", če mu pregori žarnica. Jedro človekove osebnosti je živo in žari do smrti in nekateri verjejo, da še po njej.