

Rezultati istraživanja u sklopu projekta „Aktivna i kvalitetna starost“:

Kvaliteta života umirovljenika u Splitu, Kaštelima, Solinu i Podstrani

Autorice istraživanja:

Dr.sc. Bandalović Gorana,

Dr.sc. Lončar Marija,

Dr.sc. Šuljug Vučica Zorana

Split, listopad 2021. godine

SADRŽAJ:

UVOD.....	1
SAŽETAK ISTRAŽIVANJA	2
<i>Predmet i ciljevi istraživanja.....</i>	<i>3</i>
<i>Uzorak istraživanja</i>	<i>4</i>
<i>Korištena istraživačka metoda i postupak provedbe istraživanja</i>	<i>4</i>
<i>Mjerni instrument</i>	<i>5</i>
REZULTATI I ZAKLJUČCI	6

Uvod

Projekt „Aktivna i kvalitetna starost“ započeo je u lipnju 2020. i provodit će se do lipnja 2022.

Nositelj projekta je: Udruga „MI“- Split dok su partneri: Gradovi Split, Solin i Kaštela te udruge Sveti Jeronim, Gradsko društvo Crvenog križa Solin, Udruga maslinara Kaštela Mastrinka te udruga Vita plus - udruga za palijativnu skrb. Kroz projekt je planirano uključivanje 350 umirovljenika iz Splita, Solina, Kaštela i Podstrane.

Ukupna vrijednost projekta iznosi 1.918.089,61 kuna, bespovratna sredstva osigurana su iz Europskog socijalnog fonda (85 %) i iz državnog proračuna (15 %).

Projektne aktivnosti usmjerene su na dva cilja:

1. Unaprijeđenje kvalitete i dostupnosti programa namijenjenih jačanju socijalne uključenosti i unaprijeđenja kvalitete života umirovljenika kroz jačanje kapaciteta lokalnih organizacija civilnog društva koje provode takve programe na širem području Splita.
2. Razvoj inovativnih programa.

Kako bi imali uvid u potrebe i trenutno dostupne sadržaje namijenjene umirovljenicima, potrebno je provesti znanstveno istraživanje kao podlogu za izradu Lokalnih preporuka za uključivanje umirovljenika u život zajednice. U istraživanju su angažirane izv.prof.dr.sc. Gorana Bandalović, izv.prof.dr.sc. Zorana Šuljug Vučica i izv.prof.dr.sc. Marija Lončar koje su u periodu od lipnja 2020. - lipnja 2021. provele znanstveno istraživanje.

Sažetak istraživanja

U sklopu EU projekta „Aktivna i kvalitetna starost“ provedena su četiri istraživanja na području Kaštela, Splita, Solina i Podstrane. Opći cilj istraživanja bio je razviti smjernice za aktivno uključivanje umirovljenika u lokalnu zajednicu i povećanje kvalitete njihova života. Primijenjena metoda je bila metoda ankete s upitnikom kao mjernim instrumentom.

Prva faza istraživanja sastojala se od terenskog rada. Budući da je situacija s COVID-19 pandemijom utjecala na način dolaska do sudionika tj. onemogućila ulazak u institucionalni smještaj - domove umirovljenika, a organizacijama civilnog društva koje u svoje programe uključuju umirovljenike onemogućila ili donekle ograničila provedbu aktivnosti, planirani način dolaska do sudionika je tijekom istraživanja promijenjen. Predložen je angažman vanjske usluge pa je *Agencija za istraživanje tržišta i javnog mnijenja IPSOS Puls Split* provela anketiranje dijela sudionika istraživanja telefonskim putem. Stručne suradnice na projektu za potrebe istraživanja analizirale su broj korisnika/sudionika koji bi bio relevantan uzorak za istraživanje, a u skladu s brojem umirovljenika u ukupnom broju stanovnika s područja gdje će se provoditi istraživanje. Anketni upitnik koji su konstruirale stručne suradnice poslan je Agenciji *IPSOS Puls Split* kako bi se mogla zatražiti ponuda. U konačnici, Agencija *IPSOS Puls Split* je obavila anketiranje te unos podataka u statistički program za društvene znanosti (SPSS) za ispitanih 300 sudionika. Sveukupnu obradu podataka, analizu i interpretaciju obavile su stručne suradnice. Ostatak upitnika dostavljen je projektnim suradnicima Udruge Mi-Split koji su proveli anketiranje umirovljenika u domovima za starije osobe i OCD-a koje provode programe za umirovljenike na području Splita, Sv. Jeronim za područje Kaštela, Gradsko društvo Crvenog križa Solin za područje Solina te Udruga Vita plus za područje Podstrane. Na taj je način ukupno anketirano 179 sudionika. Stoga je u istraživanju sveukupno sudjelovalo 479 umirovljenika.

Druga faza istraživanja sastojala se od unosa i obrade podataka u statističkom programu za društvene znanosti (SPSS), nakon čega je slijedila analiza i interpretacija dobivenih podataka te prikaz rezultata pripadajućim tablicama/grafikonima. Za svako područje na kojem je provedeno istraživanje (Kaštela, Split, Solin, Podstrana) obavljena je zasebna interpretacija dobivenih rezultata kako bi se uočile eventualne razlike u praksama i iskustvima umirovljenika u ispitanim gradovima/općinama. Podaci su prikazani u tabličnim prikazima te su izneseni zaključci. Ujedno,

obavljena je interpretacija skupnih rezultata na cjelokupnom uzorku od 479 sudionika s ciljem uvida u potrebe umirovljenika na lokalnoj razini.

Predmet i ciljevi istraživanja

Predmet istraživanja su osobne procjene vještina, mogućnosti i interesa za uključivanje u zajednicu kroz različite sadržaje i aktivnosti za umirovljenike, zatim načini provođenja slobodnog vremena te potreba za osmišljavanjem novih oblika aktivnosti u lokalnoj zajednici.

Sukladno predmetu istraživanja, temeljni cilj istraživanja je ispitivanje potreba umirovljenika čija bi svrha bila razvoj smjernica za njihovo aktivno uključivanje u lokalnu zajednicu i povećanje kvalitete njihova života, a koji će se realizirati kroz sljedeće posebne ciljeve istraživanja kojima se nastojalo ispitati:

1. procjenu fizičkog i psihičkog zdravlja umirovljenika, kao i procjenu njihovih sposobnosti;
2. zadovoljstvo odlaskom u mirovinu, te procjenu emocionalnog stanja u trenutku umirovljenja kao i tijekom mirovine;
3. želju za daljnjim radom;
4. učestalost posjećivanja kulturnih i sportskih manifestacija;
5. učestalost druženja s drugima;
6. učestalost bavljenja određenim aktivnostima;
7. posjedovanje tehnologija;
8. upoznatost s aktivnostima koje se nude u njihovoj zajednici te želju za sudjelovanjem u istima;
9. učestalost korištenja određenih usluga;
10. procjenu važnosti određenih aspekata za poboljšanje kvalitete života umirovljenika.

Uzorak istraživanja

U istraživanju je ukupno sudjelovalo 479 umirovljenika podijeljenih u dvije podskupine. U prvoj podskupini ispitano je 300 umirovljenika u dobi od 65 i više godina iz Splita, Kaštela, Solina i Podstrane. Ovu skupinu sudionika činili su oni umirovljenici koji se ne nalaze u institucionalnom smještaju, zatvorima, bolnicama, privremeno nedostupni zbog putovanja, kao i oni bez fiksne telefonske linije. Druga podskupina sudionika uključivala je 179 umirovljenika. Među njima su umirovljenici smješteni u domovima za starije osobe, potom oni umirovljenici koji su već uključeni u programe koje udruge provode, ali i oni koji još uvijek nisu aktivni na tom području.

Korištena istraživačka metoda i postupak provedbe istraživanja

Istraživanje na uzorku od 300 sudionika provedeno je metodom telefonskog anketiranja (CATI)¹ tijekom srpnja i kolovoza 2020. godine na području Splita, Kaštela, Solina i Podstrane. Uzorak je stratificiran prema naseljima i veličini naselja. Nakon faze prikupljanja podataka zbog odstupanja od populacijskih parametara utežavan je RIM (*Rim Iterative Method*) metodom i to prema obilježjima: grad/općina (kvota po gradu/općini proporcionalno broju stanovnika), ukrižano dobna skupina-spol (na razini ukupnog uzorka) te ukrižano obrazovna skupina-spol. Kod planiranja uzorka uzet je populacijski parametar ciljnih gradova/općina sukladno Popisu stanovništva 2011. (DZS).

Istraživanje na uzorku od 179 sudionika provedeno je metodom ankete. Upitnici su podijeljeni partnerskim organizacijama (Kaštela-Sv. Jeronim, Solin-GDCK Solin, Podstrana-Udruga Vita plus te Split-Udruga MI) koje su obavile terensko istraživanje² u razdoblju od srpnja do listopada 2020. godine.

¹ Budući je situacija s pandemijom COVID-19 utjecala na način dolaska do sudionika tj. onemogućila ulazak u institucionalni smještaj (Domove za starije), a organizacijama civilnog društva koje u svoje programe uključuju umirovljenike onemogućila ili donekle ograničila provedbu aktivnosti, planirani način dolaska do sudionika je promijenjen pa je dio istraživanja (na uzorku od 300 sudionika) provela *Agencija za istraživanje tržišta i javnog mnijenja IPSOS Puls Split*.

² Zbog nemogućnosti ulaska u domove za starije (zbog pandemije COVID-19), terensko istraživanje nisu bile u mogućnosti obaviti stručne suradnice, nego je obavljen uz pomoć navedenih partnerskih organizacija.

Mjerni instrument

Anketni upitnik konstruiran za potrebe ovog istraživanja sastoji se od nekoliko dijelova. Prvi dio upitnika sadrži pitanja kojima se ispituju strukturalna obilježja sudionika (spol, dob, mjesto prebivanja, mjesto stanovanja, završeni stupanj obrazovanja, osobni mjesečni prihodi, članstvo u udruzi, posljednji posao prije umirovljenja, godine radnog staža, starost pri odlasku u mirovinu).

Drugi dio upitnika sastoji se od pitanja koja se odnose na percepcije sudionika o umirovljenju i radu tijekom mirovine (procjena sposobnosti za rad prilikom odlaska u mirovinu te želja za daljnjim radom, motivacija za vraćanje u radni odnos, razlozi zbog kojih ne žele raditi u mirovini).

Treći dio upitnika odnosi se na procjene fizičkog i psihičkog zdravlja umirovljenika te njihovih sposobnosti (npr. sudjelovanje u obiteljskom životu, doprinos zajednici, zdravi način života, obavljanje svakodnevnih aktivnosti...). Također, ovaj dio sadrži i pitanja o procjeni emocionalnog stanja u trenutku umirovljenja kao i tijekom mirovine.

Četvrti dio upitnika odnosi se na komunikacijsko-interakcijske aspekte umirovljenika pri čemu je ispitana učestalost posjećivanja kulturnih i sportskih manifestacija, druženja s drugima, bavljenja određenim aktivnostima (npr. gledanje televizije, čitanje, surfanje internetom....), te posjedovanje određenih tehnologija.

Peti dio upitnika sastoji se od pitanja kojima se procjenjivala upoznatost umirovljenika s aktivnostima koje se nude u njihovoj zajednici, kao i želja za sudjelovanjem u njima (npr. učenje stranog jezika, satovi informatike, predavanja, radionice...), kao i pitanja kojima se ispitala učestalost korištenja određenih usluga (kao što su pomoć u kući, zdravstvena njega, psihološka podrška...). Konačno, ispitala se i procjena važnosti određenih aspekata za poboljšanje kvalitete života umirovljenika (npr. veća mirovina, više besplatnih usluga, organizirana druženja itd.).

Rezultati i zaključci

Starenje kao postupan i prirodan proces predstavlja jednu od najznačajnijih društvenih promjena s kojom se suočavaju današnja društva, vlade i institucije civilnog društva. Proces starenja stanovništva stavlja značajan pritisak na mirovinski i zdravstveni sustav te institucije socijalne skrbi i zaštite, kao i civilni sektor. Drugim riječima, povećanje udjela starijih predstavlja značajan problem i za državni proračun, a nameće se i pitanje reforme mirovinskoga sustava i problem fondova. Također je povećana i potražnja za zdravstvenom i socijalnom skrbi te medicinskim uslugama, a tu se javlja i problem tzv. komercijalizacije i komodifikacije starenja, problemi samačkoga staračkoga kućanstva, kao i siromaštva i društvene marginalizacije, odnosno socijalna slika starenja (Peračković i Pokos, 2015). Starenje stanovništva uzrokuje povećanje javnih, ali i privatnih troškova koji su zbog gospodarskih kriza s kraja drugog desetljeća 21. stoljeća te pandemije COVID-19 značajno porasli.

Ujedno tako, posljednjih desetljeća značajno je degradiran i položaj starijih osoba čemu su pridonijeli njihovi mali prihodi i slabo imovinsko stanje te moderni načini življenja i pritisak svakodnevnih obveza koji su mladima onemogućili da se adekvatno brinu za starije članove obitelji. S druge strane, veliki broj osoba starije životne dobi živi pasivno i povučeno te se slabo uključuje čak i u one dostupne besplatne društvene sadržaje. Sve navedeno utječe na kvalitetu njihovog življenja u zajednici, pa i na vrijednosni sustav. Često je uloga starijih osoba u društvu obezvrijeđena, negiraju se njihova znanja i sposobnosti, te obično teško dolaze do prostora i kapaciteta za vlastitu afirmaciju i održavanje društvenog života. Ali, i oni sami su često nezainteresirani za aktivni život, zdravu prehranu, tjelesnu aktivnost i korištenje sadržaja i resursa u vlastitoj zajednici, a kojima bi mogli doprinijeti kvaliteti vlastitog života.

Proces starenja povezuje se s velikim brojem tjelesnih, psihičkih i socijalnih promjena koje za posljedicu imaju smanjenje komunikacijske mogućnosti i opadanje raznih funkcija. Pojava pandemije COVID-19 dodatno je naglasila posebnosti starijih ljudi i njihovu otežanu poziciju u odnosu na ostale dobne skupine. S obzirom na ozbiljne zdravstvene rizike koje korona virus predstavlja za starije osobe, relativno strože i restriktivne mjere za starije dodatno su ograničile njihovo svakodnevno funkcioniranje (Lučanin, 2021). Međutim, osobe starije životne dobi ipak ne predstavljaju homogenu skupinu. Naime, kod više od polovice te populacije uočava se nemogućnost samostalnoga zadovoljavanja bioloških i socijalnih potreba zbog slabljenja fizičkih i psihičkih

sposobnosti, uz povećani rizik od invalidnosti i bolesti. Ali, s obzirom na obilježja preostale polovice starijih, potrebno je razmatrati koncept aktivnoga starenja, ne samo kao teorijski pristup nego i kroz uključivanje u primjerenije preventivne programe i projekte namijenjene upravo njima (Peračković i Pokos, 2015).

Aktivno starenje je danas široko prihvaćen koncept koji služi kao polazišni okvir socijalne politike prema starim ljudima. On podrazumijeva produženje radnog vijeka, tj. povećani radni angažman populacije starije dobi, zatim cjeloživotno obrazovanje s ciljem prilagodbe na promijenjene radne uvjete i životne okolnosti, sudjelovanje u društvenom i kulturnom životu, a sve zajedno bi trebalo doprinijeti afirmaciji samostalnosti i dostojanstva starih ljudi. Aktivnim starenjem ostvaruje se društvo primjereno za sve ljude (Puljiz, 2015). Ključni koncept tako definiranoga pozitivnoga promatranja starenja je upravo promidžba aktivnoga starenja zasnovanog na promociji poželjnih vrijednosti osobne samostalnosti, poboljšanoga zdravlja, životnoga zadovoljstva, kvalitete življenja i socijalnih usluga, te čimbenika vezanih uz tjelesnu aktivnost i zdravu prehranu, zatim sigurno stanovanje, podrška okoline, edukacije, primjeren rad i dohodak, kao i poželjne osobne biološke i psihološke čimbenike (Vuletić i sur., 2018). Na taj način se potiče starije osobe da i dalje ostanu važan resurs za svoje obitelji, zajednicu i ekonomiju.³ Tako definirano aktivno starenje je multidimenzionalan koncept na koji utječe nekoliko faktora kao što su fizička funkcionalnost, životni stil, urbana okolina i socijalna uključenost. Svjetska zdravstvena organizacija je još 2015. godine svoje politike s aktivnog starenja usmjerila na zdravo starenje potičući još intenzivnije proces razvijanja i održavanja funkcionalne sposobnosti koja omogućuje blagostanje u starijoj dobi (WHO prema Liotta i sur., 2018). Ono se u tom smislu shvaća kao rezultat interakcije između tjelesne i mentalne sposobnosti pojedinca i konteksta života svakog pojedinca (Liotta i sur., 2018).

Zdravo starenje podrazumijeva uključivanje perspektiva istraživača, zdravstvenih radnika, političara, ali i subjektivna iskustva i značenja koje ono ima za osobe starije životne dobi (Bryant i sur. prema Sixsmith i sur., 2014) pri čemu se naglasak stavlja na starenje kao proces, a ne stanje (Hansen-Kyle prema Sixsmith i sur., 2014). Nadalje, naglašava se kvaliteta života, a ne samo produljenje životnoga vijeka (Sixsmith, 2014) te se funkcionalna sposobnost pojedinca smatra upravo indikatorom kvalitete života i zdravlja starijih osoba (Ajduković i sur., 2013). Stoga veliki broj autora upućuje na potrebu bavljenja pitanjima i načinima održavanja i poboljšanja funkcionalne

³ <https://www.who.int/westernpacific/news/q-a-detail/ageing-healthy-ageing-and-functional-ability>

sposobnost starijih osoba (Popek i Rodin, 2018; Ajduković i sur., 2013; Žganec i sur., 2008; Despot Lučanić i sur., 2006). Funkcionalnu sposobnost određuje fizičko, mentalno i socijalno funkcioniranje pojedinca (Popek i Rodin, 2018). Drugim riječima, ona pretpostavlja da je osoba u mogućnosti postići osnovne potrebe, učiti, rasti i donositi odluke, biti pokretljiva, izgrađivati i održavati odnose te doprinositi društvu (Beard i sur. prema Rudnicka i sur., 2020).

Starenje kao i faktori koji utječu na zdravo starenje mogu se sagledavati na individualnoj, grupnoj/kolektivnoj i društvenoj/nacionalnoj, te globalnoj razini. U perspektivi razvoja i promicanja zdravog starenja u narednih desetak godina, Svjetska zdravstvena organizacija ističe važnost uspostavljanja platforme za inovacije i promjene; podržavanje nacionalnih planova i akcija; prikupljanje valjanih globalnih podataka o zdravom starenju; promoviranje istraživanja koja se bave trenutnim i budućim potrebama starijih osoba; usklađivanje zdravstvenog sustava s potrebama starijih osoba; postavljanje temelja za dugoročan sustav skrbi u svakoj zemlji; osiguravanje ljudskih kadrova potrebnih za integriranu skrb; poduzimanje globalne kampanje protiv starosne diskriminacije; definiranje ekonomskih razloga za investiranje te pojačavanje globalne mreže za *age-friendly* gradove i zajednice (Rudnicka i sur., 2020).

Riječ je o sveobuhvatnom pristupu zdravom starenju kroz individualne potrebe, kolektivne napore i nacionalne strategije koji, ujedno tako, naglašava i njegove različite aspekte kao što su medicinski, ekonomski, kulturni i sl. Pri tome se naravno u razmatranju načina postizanja zdravog starenja naglasak stavlja u prvom redu na konkretne aktivnosti i djelovanja na makro i mezo razinama (institucije, organizacije, zajednica, grupe), a zatim na osobe starije životne dobi (sposobnosti, interese, motivacije). Također je koncept usmjeren na sve starije osobe bez obzira na bolesti i nesposobnosti, svima je zajamčen a državne vlasti se potiče na stvaranje održivih i učinkovitih pristupa a u skladu s interesima, željama i afinitetima osoba starije životne dobi.

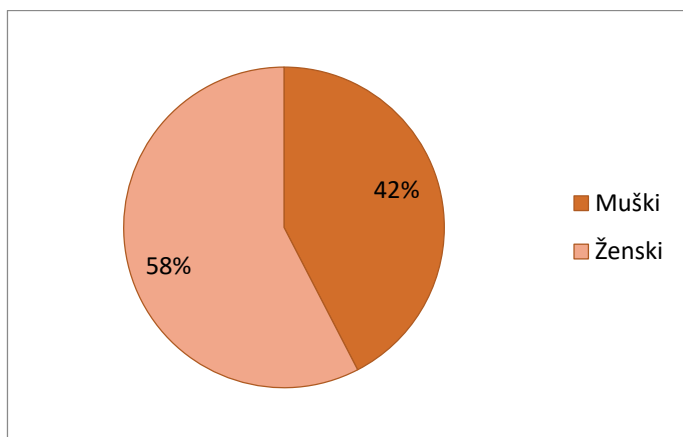
Faktori koji doprinose zdravom starenju iz perspektive starijih osoba su najčešće socijalna povezanost, način razmišljanja, životni izbori i navike, sustav zdravstvene skrbi, duhovnost i religioznost, neovisnost i financije (Wallack i sur., 2016). U razumijevanju značenja, vrijednosti i iskustava zdravog starenja među različitim osobama starije dobi bitno je također razmotriti i kulturno okruženje jer se načini konceptualiziranja zdravog starenja i njegovih čimbenika mogu razlikovati od kulture do kulture (Bacsu i sur., 2014; Thanakwang i sur., 2012). Ujedno tako, često se uočavaju nedostaci i problemi provođenja politika aktivnog i zdravog starenja. Neke studije (npr. NET-age, 2015), uočile su nedostatak i odgovarajućih socijalnih i zdravstvenih usluga za starije

osobe koje bi omogućile provođenje odgovarajućih politika i pristupačnost uslugama te poticale volontiranje. Također, na kvalitetu i učinkovitost politika i usluga usmjerenih starijim osobama utječe i nedostatak koordinacije među javnim i privatnim dionicima; manjak primjereno osposobljenih javnih službenika i volontera kao i nedostatak informacija i podataka o socijalnoj skrbi, zdravstvenoj skrbi i pomoći starijima. Analize stanja u Hrvatskoj pokazuju da se Hrvatska nalazi na začelju europskih zemalja, što je posljedica nerazvijenosti sustava skrbi za starije, kao i mreže institucionalnih oblika skrbi te nedovoljne financijske potpore (Frančišković i sur. prema Vučić Peitl i sur., 2016). S druge strane, razvijenost i dostupnost različitih oblika pomoći (financijske, institucionalne, profesionalne ili volonterske) na lokalnoj i nacionalnoj razini povećava stupanj kvalitete života starijih osoba. Položaj starijih osoba u društvu razmatra se kroz rizik od siromaštva, samačka kućanstva, socijalnu isključenost te se ističe nužnost razmatranja njihovih individualnih životnih aspiracija pri izradi nacionalnih strategija i programa (Žganec i sur., 2008).

Na tragu prethodno navedenog, predmet ovog anketnog istraživanja su bile osobne procjene vještina, mogućnosti i interesa umirovljenika za uključivanje u zajednicu kroz različite sadržaje i aktivnosti, zatim načini provođenja slobodnog vremena te potreba za osmišljavanjem novih oblika aktivnosti u lokalnoj zajednici. Sukladno predmetu istraživanja, temeljni cilj istraživanja je bio ispitivanje potreba umirovljenika na području Splita, Kaštela, Solina i Podstrane tijekom srpnja i kolovoza 2020. na uzorku od 479 umirovljenika, a sa svrhom izrade smjernica za njihovo aktivno uključivanje u lokalnu zajednicu i povećanje kvalitete njihova života. Realizacija navedenog provodila se kroz ispitivanje njihove procjene vlastitog fizičkog i psihičkog zdravlja i sposobnosti, zatim zadovoljstva odlaskom u mirovinu, procjenu emocionalnog stanja u trenutku umirovljenja kao i tijekom mirovine, te želju za daljnjim radom. Također su nas zanimali načini na koje umirovljenici provode slobodno vrijeme kroz ispitivanje učestalost posjećivanja kulturnih i sportskih manifestacija, druženja s drugima, bavljenja određenim aktivnostima i posjedovanje i korištenje tehnologija. Društveni angažman i odnos prema zajednici ispitivan je kroz njihovu upoznatost s aktivnostima koje se nude u njihovoj zajednici te želju za sudjelovanjem u istima. Konačno, istraživanje se usmjerilo i na učestalost korištenja određenih socijalnih usluga kao i na njihovu procjenu važnosti određenih aspekata za poboljšanje kvalitete života umirovljenika.

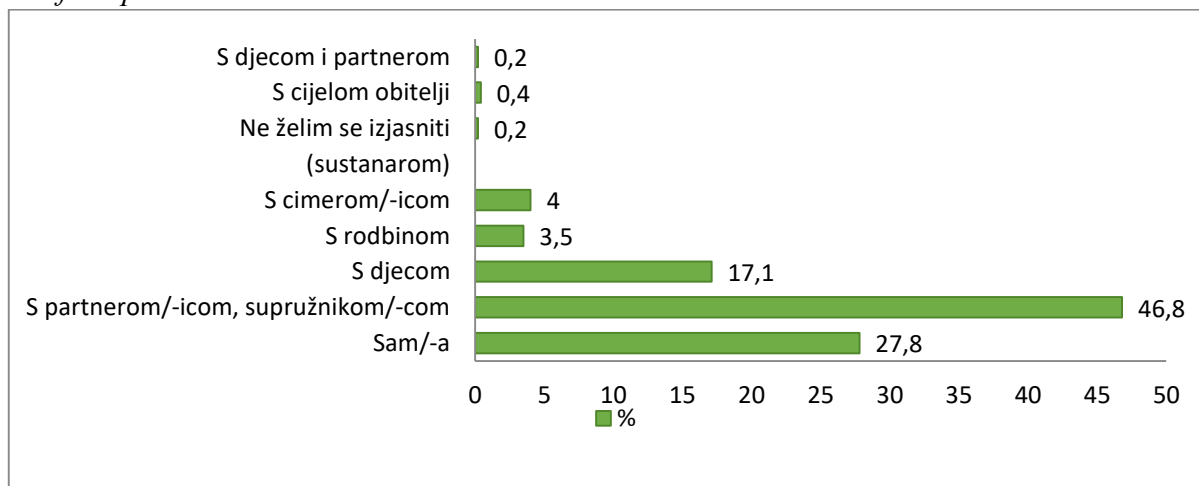
U istraživanju je sudjelovalo 42,4% muškaraca i 57,6% žena. Sudionici su zastupljeni u dobnim skupinama 65-69 (26,1%), 70-74 (29,6) i 75 i više (39%).

Grafički prikaz: Spol



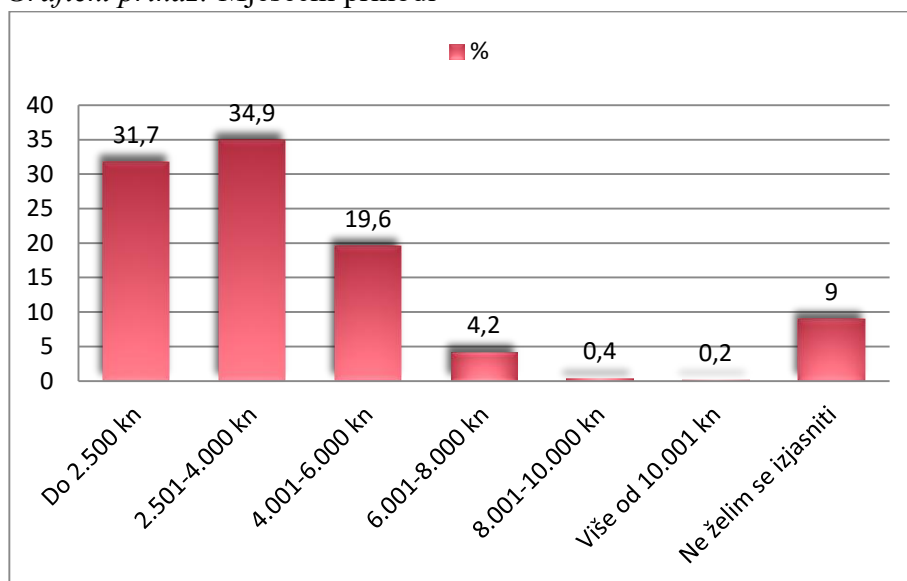
Više od polovice ih ima prebivalište na području grada Splita dok u manjim distribucijama žive na području Solina (11,3%), Podstrane (12,3%) i Kaštela (15,2%). Većina ih živi u vlastitom stanu ili kući, te otprilike desetina ispitanih u domu za starije, u unajmljenom stanu/kući ili kod rodbine. Oko polovice ih živi s partnerom/-icom ili supružnikom/-com a gotovo jedna četvrtina s djecom ili rodbinom, ili s cimerom/-icom u domovima za starije. Također je značajno i da oko jedne četvrtine žive sami (*Grafički prikaz - suživot*).

Grafički prikaz: Suživot



S obzirom na obrazovanje, nešto malo manje od polovice ima srednju školu, a tek oko jedna desetina je s osnovnom ili nezavršenom osnovnom školom. Zamjetna je povoljnija obrazovna slika nego na razini RH s obzirom da oko 38% anketiranih umirovljenika ima višu ili visoku školu/fakultet. Sukladno tome, najveći broj ih je tijekom radnog vijeka obavljao poslove uredskih i šalterskih službenika, poslove prodajnih, uslužnih i trgovačkih zanimanja, zatim slijede oni s nastavničkim zanimanjem i stručnjaci za obrazovanje, oni s poslovima direktora, šefova i voditelja te građevinska, proizvodna i transportna zanimanja. U trenutku umirovljenja, njih 35% je imalo 30 i više godina radnoga staža. Međutim, podaci pokazuju da ih je čak oko 48% u mirovinu otišlo s manje od 60 godina. Stoga jednim dijelom ni ne začuđuje podatak da ih oko 66% ima mirovinu manju od 4.000 kn od kojih oko polovice ima manje od 2.500 kn što je također nešto povoljniji podatak u odnosu na sve umirovljenike u RH (*Grafički prikaz: Mjesečni prihodi*).

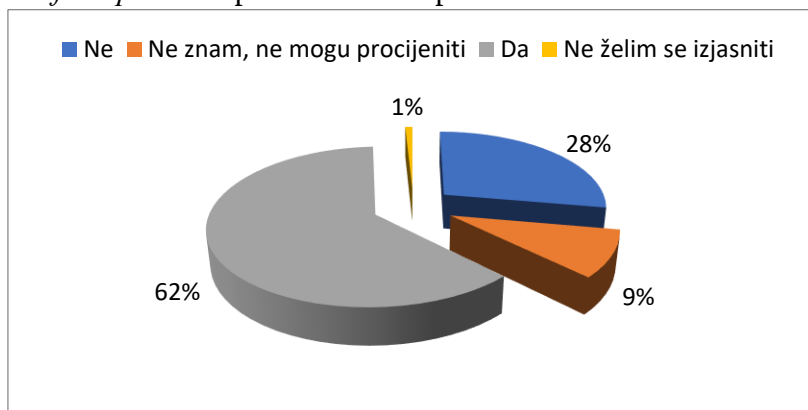
Grafički prikaz: Mjesečni prihodi



U razmatranju različitih čimbenika koji utječu na umirovljene, rezultati su pokazali da ih oko 62% smatra da su bili i dalje sposobni kvalitetno obavljati svoj posao u trenutku odlaska u mirovinu (*Grafički prikaz: Sposobnost rada prilikom odlaska u mirovinu*). Pri čemu se pretpostavlja da se radi o uglavnom prisilnim društvenim razlozima umirovljenja (restrukturiranje radnog mjesta, umirovljenje starijih zaposlenika, smanjen obim posla i sl.) jer ih je oko polovice istaknulo da je

imalo želju za nastavkom rada (*Grafički prikaz: Želja za radom u trenutku odlaska u mirovinu*). Međutim, malo manje od jedne trećine sudionika ipak ističe svoju nesposobnost za daljnji rad prilikom odlaska u mirovinu pa im se odlazak u mirovinu nametnuo kao logično rješenje.

Grafički prikaz: Spособnost rada prilikom odlaska u mirovinu



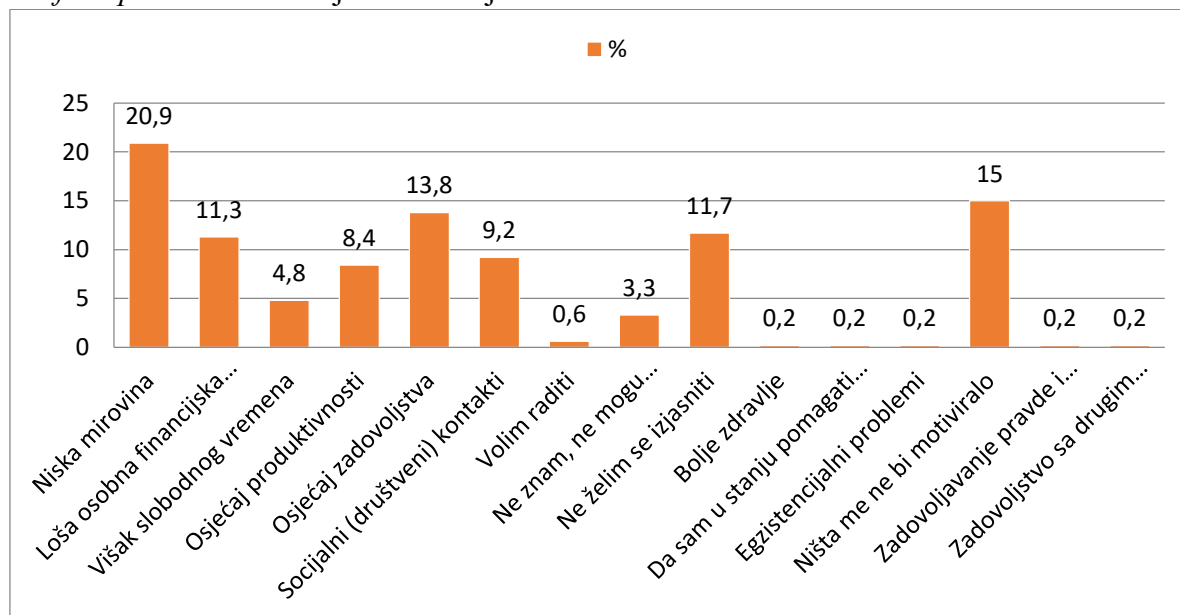
Grafički prikaz: Želja za radom u trenutku odlaska u mirovinu



Unatoč iskazanim interesima za rad u trenutku umirovljenja, gotovo 90% ih ne radi tijekom mirovine, a većina ih i nema želju za radom u mirovini. Ipak, valja naglasiti da interes za plaćenim radom iskazuje tek 17,5% a želju za volontiranjem samo 4% ispitanih umirovljenika. Rezultati istraživanja također pokazuju da bi se petina sudionika vratila u radni odnos isključivo zbog niske mirovine, osjećaja zadovoljstva (njih 13,8%) te loše osobne financijske situacije (njih 11,3%). Ipak, 15% sudionika istraživanja ne pronalazi nikakav motiv za vraćanje u radni odnos (*Grafički prikaz: Motivacija za vraćanje u radni odnos*). Razlozi zbog kojih se umirovljenici najčešće ne bi vratili na

posao su najčešće (41,5%) zdravstvene prirode, a u manjim distribucijama navode se zasićenost radom, potreba za provođenjem više vremena s obitelji i prijateljima te ispunjavanje obveza u obitelji.

Grafički prikaz: Motivacija za vraćanje u radni odnos

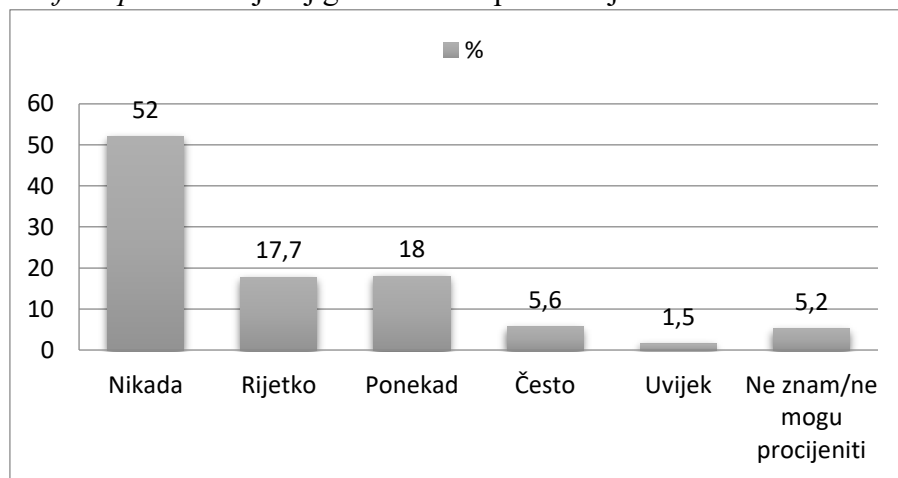


Navedeno bi se moglo navesti kao prvi korak ka ekonomskoj i društvenoj isključenosti anketiranih umirovljenika, drugi korak se odnosi na njihov društveni, ali neplaćeni angažman. Naime, iako se volontiranje i aktivni građanski angažman starijih osoba smatra jednim od značajnijih strategija za njihovo uključivanje u društveni život koji istodobno poboljšava i kvalitetu života u vidu dobrog psihičkog, socijalnog i mentalnog stanja, rezultati pokazuju izrazito malu aktivnost starijih osoba. Naime, većina sudionika (80,4%) nisu članovi niti jedne udruge, dok se njih 8,6% nije željelo izjasniti. Ostatak umirovljenika (oko 10%) su članovi udruga umirovljenika ili lokanih udruga.

U određivanju kvalitete življenja važnim se procjenjuju fizički, psihološki i socijalni faktori, ali i subjektivni doživljaji vlastitog zdravstvenog stanja i kvalitete života. Tako prema dobivenim podacima, nešto manje od polovice sudionika boluje od akutnih (kratkotrajnih) bolesti, dok ih 55,1% ne boluje od istih. S druge strane, nešto više od polovice (56,2%) ispitanih umirovljenika boluje od kroničnih (dugotrajnih) bolesti, dok ih 41,3% od takvih bolesti ne boluje. U procjenama svoga

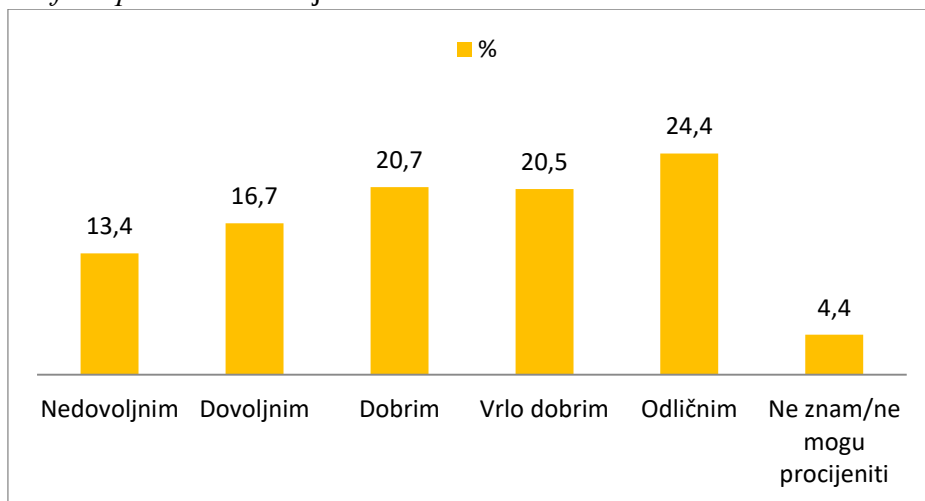
psihičkog zdravlja, tugu i neraspoloženje osjećaju često/uvijek (22,2%) ili ponekad (33,2%), dok manje od polovice (42,6%) to osjeća rijetko ili nikada. Interes za zabavu, druženje, rekreaciju i sl. često/uvijek gubi 15,5% sudionika, ponekad njih 24%, dok nešto više od polovice taj interes gubi rijetko ili nikada. Gubitak samopoštovanja često/uvijek gubi njih 7,1%, ispitanih umirovljenika, ponekad 18%, dok 69,7% njih samopoštovanje gubi rijetko ili nikada (*Grafički prikaz: Osjećaj gubitka samopoštovanja*). Drugim riječima, malo više od polovice sudionika ne boluje od akutnih, a malo manje od polovice ih ne boluje ni od kroničnih bolesti. Također i po pitanju psihičkog zdravlja malo manje od polovice rijetko osjećaju tugu i neraspoloženje te ih značajan postotak gotovo uvijek zainteresiran za zabavu, druženje i rekreaciju. Navedene podatke možemo percipirati kao povoljne predispozicije za individualne, grupne i društvene angažmane umirovljenika pogotovo ukoliko se tome pridoda podatak da kod većine umirovljenika nema osjećaja gubitka samopoštovanja.

Grafički prikaz: Osjećaj gubitka samopoštovanja



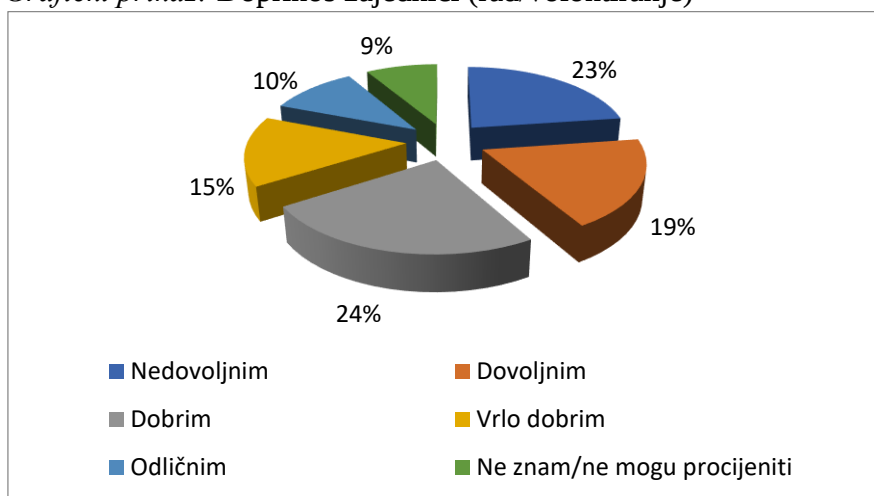
Također i njihove procjene vlastitih fizičkih i psihičkih sposobnosti su visoke. U svojim procjenama više od polovice sudionika vrlo dobrim i odličnim procjenjuju pozitivan pristup životu, sudjelovanje u obiteljskom životu, zdravi način života (od zdrave prehrane, tjelesne aktivnosti...), obavljanje svakodnevnih aktivnosti poput kućanskih poslova, kupovine namirnica i sl.. Također je indikativno da unatoč malim mirovinama, nešto malo manje od polovice ipak ističe da je financijski neovisno (*Grafički prikaz: Financijska neovisnost*).

Grafički prikaz: Financijska neovisnost



Pri tome ističemo kako u većim distribucijama svoje sposobnosti poput zdravog načina života, obavljanja svakodnevnih aktivnosti i financijske neovisnosti te sposobnosti pozitivnog pristupa i sudjelovanja u obiteljskom životu sudionici procjenjuju vrlo dobrim ili odličnim u odnosu na svoj doprinos zajednici. Međutim, u usporedbi s njihovim individualnim doprinosom grupnim i kolektivnim aktivnostima vidljivo je da unatoč tome što u maloj mjeri aktivno sudjeluju u volontiranju i aktivnostima zajednice, četvrtina ispitanih umirovljenika vrlo dobrim i odličnim procjenjuju svoj doprinos zajednici (kroz rad ili volontiranje). Drugim riječima, iako podaci ukazuju na njihovu slabu uključenost u rad udruga i u volontiranje, većina ih procjenjuje da su više ili manje sposobni doprinositi zajednici (*Grafički prikaz: Doprinos zajednici (rad/volontiranje)*).

Grafički prikaz: Doprinos zajednici (rad/volontiranje)



Međutim, podaci pokazuju da njihovi osjećaji zadovoljstva nisu bili stabilni od trenutka odlaska u mirovinu. Drugim riječima, kod procjena (ne)zadovoljstva uočavamo kako je nezadovoljstvo među ispitanim umirovljenicima bilo prisutnije u trenutku umirovljenja nego tijekom mirovine. S druge strane, osjećaj zadovoljstva među umirovljenicima u većim distribucijama je prisutniji tijekom mirovine nego u trenutku odlaska u mirovinu. Ukoliko navedeno usporedimo s procjenama fizičkog i psihičkog zdravlja i aspekata zadovoljstva vidljivo je kako zadovoljstvo umirovljenika proizlazi iz aktivnosti koje su uglavnom usmjerene na zadovoljavanje njihovih vlastitih potreba te da su im primarni interesi razbibriga i zabava, a manje doprinosi društvu i aktivni radni angažman u kolektivu. Također se u tom smislu ističu i pokazuju da su sposobni obavljati sve one (uglavnom svakodnevne) aktivnosti koje su isključivo vezane uz njih same ili najbližu okolinu. Dakle, slika o sebi je izrazito pozitivna kao i sposobnosti zadovoljenja vlastitih potreba.

Sukladno tome, umirovljenici svoje slobodno vrijeme uglavnom usmjeravaju na aktivnosti unutar doma ili u užem krugu obitelji i prijatelja. Drugim riječima, najviše se orijentiraju na aktivnosti koje obavljaju s članovima obitelji, partnerom/partnericom ili prijateljima, a u manjoj mjeri i s susjedima i kućnim ljubimcima. S druge strane, velika većina rijetko/nikada ne odlazi u kino, koncerte ili sportske manifestacije, a također rijetko posjećuju muzeje ili sportske manifestacije. Svoje slobodno vrijeme gotovo svi svakodnevno provode gledajući televiziju i često čitajući. Oko polovice ih se nekoliko puta tjedno rekreativno bavi sportom, a nešto malo manje od polovice ih surfa internetom. Međutim, vrlo rijetko putuju u toplice, wellnesse ili lječilišta. Također, više od polovice ih ne koristi ni društvene mreže, a ono što je značajno je visoki postotak onih koji ne odlaze u crkvu (malo više od trećine). Dakle, podaci upućuju na zaključak o slabim socijalnim mrežama i kontaktima izvan obitelji, kao i o motivacijama za održavanjem istih.

S obzirom da je istraživanje provođeno u prvih nekoliko mjeseci pandemije COVID-19 očekivalo se da će podaci upućivati na smanjene fizičke interakcije umirovljenika s okolinom, ali i povećane interakcije putem tehnologija. Podaci idu tome u prilog te pokazuju značajnu razinu informacijske pismenost, a što posljedično može pridonijeti povećanju njihovog samopouzdanja, samostalnosti i osjećaja vrijednosti, kao i manjem osjećaju izoliranosti i isključenosti, posebice u vrijeme pandemije. Naime, velika većina umirovljenika posjeduje mobitel, ali ih manje posjeduje prijenosno računalo, stolno računalo ili tablet. Međutim ukoliko uzmemo u obzir postotak onih koji koriste različite tehnologije, radi se od oko polovice koji imaju pristup internetu. Tome u prilog

idu i podaci o korištenju društvenih mreža prema kojima skoro polovica sudionika ima profil na Facebook-u, Instagram-u te Twitter-u. Podaci su naravno puno povoljniji nego podaci (iz Popisa stanovništva 2011.) za cijelu RH, prema kojima se tek 6,5% osoba starijih od 65 služi internetom.

Ispitivanje grupne i kolektivne dimenzije kvalitete života umirovljenika operacionalizirano je kroz upoznatost s aktivnostima (kao što su učenje stranog jezika, pohađanje satova informatike, sudjelovanje na raznim predavanjima i radionicama, fizičke i sportske aktivnosti i grupne zabavne aktivnosti, kulturne i glazbene aktivnosti, aktivnosti na otvorenome, sudjelovanje u radu grupa koje djeluju pri crkvi, te aktivnosti volontiranja i humanitarnog rada), korištenje istih i želju za uključivanjem. Iz navedenog je proizašlo pet kategorija umirovljenika: oni koji nisu upoznati s aktivnostima i ne žele sudjelovati u njima, oni koji nisu upoznati s aktivnostima, ali bi željeli sudjelovati, oni koji su upoznati s aktivnostima, ali ne sudjeluju i oni koji su upoznati i sudjeluju te konačno oni koji se nisu izjasnili (ne znaju ili ne mogu procijeniti). Udio posljednje skupine umirovljenika se kretao od 5,4-7,5% po svim aktivnostima.

Analiza prikupljenih podataka je pokazala da se udio onih koji nisu upoznati i ne žele sudjelovati kreće od 47-73,9%. Pritom, više od polovice umirovljenika nije upoznato i ne želi sudjelovati u radionicama učenja stranog jezika, satovima informatike, predavanjima o zdravlju i starenju, kreativnim radionicama i radionicama šivanja, heklanja i pletenja, fotografskim radionicama i kulinarskim radionicama. Također ih više od polovice nije upoznato, a ni zainteresirano za sudjelovanje u satovima plesa i rekreativnim i sportskim radionicama. Analizirajući zabavne i kulturne aktivnosti, najmanje su upoznati i zainteresirani za sudjelovanje u kartaškim igrama i tomboli i zboru i glazbenim aktivnostima. U nešto manjim distribucijama (manje od polovice) pokazuju nepoznavanje i nezainteresiranost za kulturne aktivnosti poput čitaonica, izložbi i pjesničkih večeri. Nadalje, vezano za aktivnosti na otvorenom u značajnom postotku nisu upoznati niti žele sudjelovati u organiziranim berbama voća i povrća i nešto manjoj mjeri u organiziranim planinarenjima i izletima u prirodu. Konačno, podaci pokazuju i da više od polovice umirovljenika nije upoznato s aktivnostima grupa pri vlastitoj crkvi niti u njima želi sudjelovati, kao ni s aktivnostima volontiranja i humanitarnog rada za koje također ne pokazuju želju za sudjelovanjem.

Značajno manji postotak umirovljenika (od 4,8 – 12,5% po aktivnostima) nije upoznat s navedenim aktivnostima, ali pokazuju želju za uključivanjem u navedene aktivnosti. Tako primjerice najviše želje pokazuju za pohađanjem predavanja o zdravlju i starenju, sudjelovanjem u

kulinarskim radionicama, zatim za sudjelovanjem u organiziranim berbama voća i povrća i organiziranim planinarenjima i izletima u prirodu, kao i za sudjelovanjem u rekreativnim i sportskim radionicama. Najmanju želju za sudjelovanjem pokazuju za radionice šivanja, pletenja i heklanja, fotografske radionice, zbor i glazbene aktivnosti kao i za sudjelovanjem u aktivnostima grupe koja djeluje pri njihovoj crkvi.

Nadalje, postotak umirovljenika koji su upoznati s navedenim aktivnostima, ali u njima ne sudjeluju kreće se od 12,3 - 27,6% po aktivnostima. Najviše ih je upoznato (ali u njima ne sudjeluju) s aktivnostima učenja stranog jezika, organiziranim planinarenjima i izletima u prirodu, volonterskim aktivnostima i humanitarnim radom, rekreativnim i sportskim radionicama, satovima informatike i predavanjima o zdravlju i starenju. Najmanje ih je upoznato s fotografskim radionicama i organiziranim berbama voća i povrća.

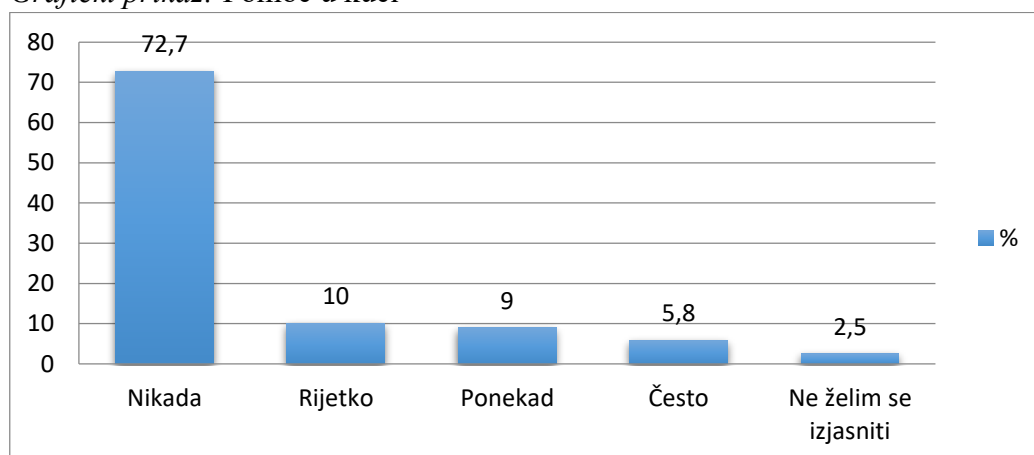
Posljednja skupina uključuje one umirovljenike koji aktivno sudjeluju u navedenim aktivnostima. Udio njihovog sudjelovanja u pojedinim aktivnostima se kreće od 1-16,9%. Sukladno tome umirovljenici najmanje pohađaju satove informatike i satove plesa, sudjeluju u fotografskim radionicama, uče strani jezik, sudjeluju u zboru i glazbenim aktivnostima, u kulinarskim radionicama i radionicama šivanja, pletenja i heklanja, zatim u organiziranim berbama voća i povrća, aktivnostima grupe pri njihovoj crkvi, te volonterskim aktivnostima i humanitarnom radu. Nešto veći udio umirovljenika sudjeluje u rekreativnim i sportskim radionicama, kreativnim likovnim radionicama slikanja, crtanja i izrade nakite, pohađa predavanja o zdravlju i starenju, sudjeluje u organiziranom planinarenju i izletima u prirodu, te kartaškim igrama i tomboli, dok ih najviše sudjeluje u kulturnim aktivnostima poput organiziranih čitaonica, izložbi i pjesničkih večeri.

Navedeni podaci također su u skladu s ponudom koju je pokazala analiza mapiranja usluga udruga civilnog društva u sklopu ovog projekta. Tako je anketa s predstavnicima udruga pokazala da najviše udruga (preko 20%) provodi rekreativnu gimnastiku i kreativne i umjetničke radionice. Međutim, ponuda edukativnih programa (kao što su tečajevi jezika i informatičke radionice) je veća unatoč jako malom broju umirovljenika koji u njima sudjeluje. Podaci navode na zaključak da su umirovljenici u najvećoj mjeri usmjereni na rekreativne i zabavne aktivnosti koje uključuju razbibrigu i zabavu (a manje učenje), kao i na aktivnosti na otvorenom.

S obzirom na činjenicu da se s dobi smanjuje funkcionalna aktivnost starijih osoba, zanimalo nas je u kojoj mjeri umirovljenici koriste određene usluge. Naime, u Hrvatskoj su izvaninstitucionalni modeli skrbi za starije ljude (kao što su patronažna sestrinska skrb, zdravstvena

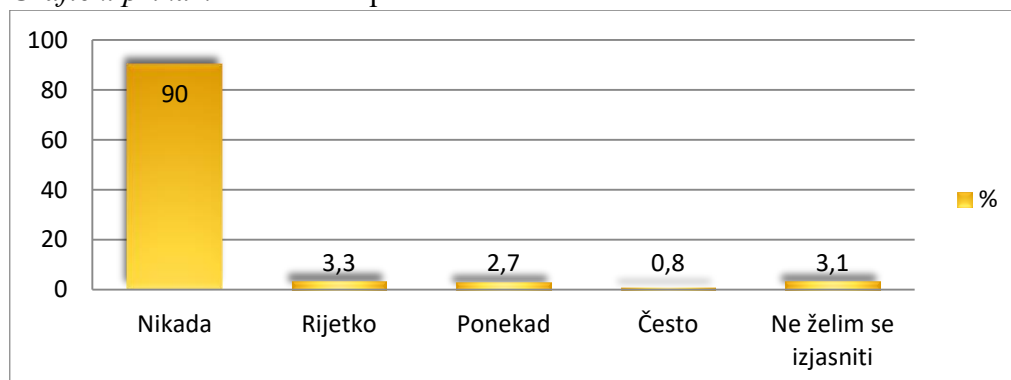
njega u kući, usluge pomoći u kući, usluge smještaja i sl.) slabije razvijeni za razliku od ostalih zapadnim zemljama u kojima su poznati, preporučuju se i temelj su svakodnevne skrbi. S tim u skladu su i dobiveni podaci koji pokazuju da se uslugama pomoći u kući učestalo koristi 5,8% umirovljenika, dok se po 4,4% umirovljenika koristi uslugama dostave hrane i potrepština i uslugama zdravstvene njege.

Grafički prikaz: Pomoć u kući

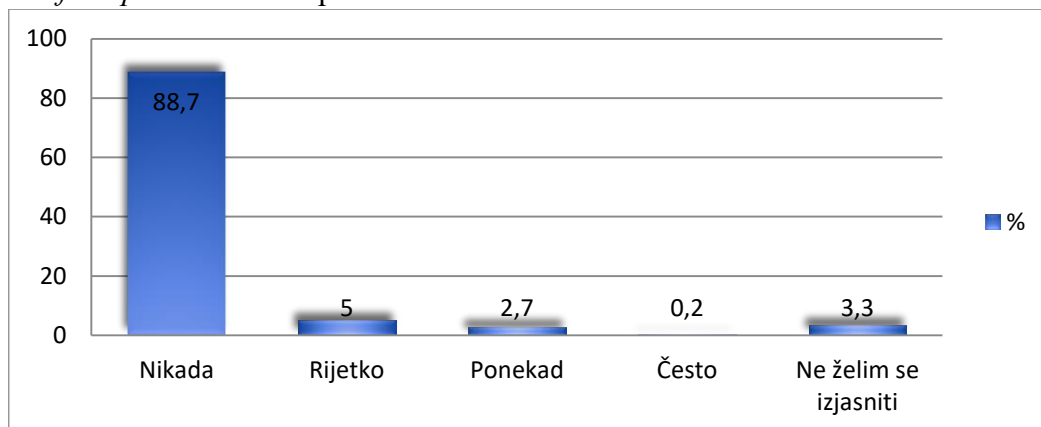


Najmanji postotak umirovljenika (manje od 1%) koristi usluge psihološke pomoći i usluge pravne pomoći. Osim nedostatno razvijenog sustava, kao jedan od razloga slabijeg korištenja usluga je zasigurno i nedovoljna informiranost starijih osoba o mogućnosti i pravima koja imaju.

Grafički prikaz: Psihološka podrška

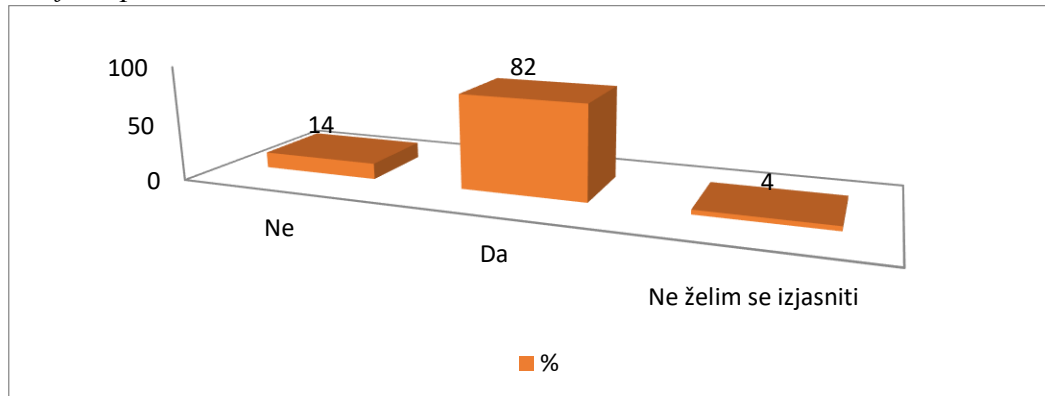


Grafički prikaz: Pravna pomoć



Analizirajući vlastitu kvalitetu života, umirovljenici su upitani da procjene koliko su im određena materijalna dobra, usluge i aktivnosti potrebne za poboljšanje kvalitete života u mirovini. Najveći postotak umirovljenika (82%) se slaže da je veća mirovina ono što im je najpotrebnije (*Grafički prikaz: Veća mirovina*).

Grafički prikaz: Veća mirovina



Također gotovo podjednak broj umirovljenika ističe da su im potrebna intenzivnija organizirana druženja s vršnjacima i više kulturnih aktivnosti. Međutim, u manjoj mjeri pokazuju interes za druženjima s djecom i mladima. Procjenjujući potrebe besplatnih usluga dostave hrane i potrepština te psihološke i pravne pomoći, oko polovice umirovljenika ističe da im takve usluge uopće nisu potrebne. Ujedno tako, više od polovice ih smatra da im ni sudjelovanje u edukativnim i rekreativnim radionicama, te dodatne aktivnosti volontiranja u zajednici ne bi poboljšale kvalitetu života.

Konačno, analiza prikupljenih podataka pokazuje nevoljkost umirovljenika za društveni angažman bez obzira na procjene važnosti vlastitih znanja i vještina koja posjeduju, a koji bi mogao biti koristan ostalim članovima društva i mlađim generacijama. Također, osobne procjene fizičke aktivnosti, sposobnosti i vještina značajno su visoke, kao i opća slika o sebi koja je kod većine ispitanih umirovljenika pozitivna. Međutim, motivacija za usvajanjem novih znanja i razvijanje vještina poprilično je niska. Ujedno tako, umirovljenici jako malo koriste inžvaninstitucijske usluge skrbi koje bi im značajno mogle olakšati i unaprijediti neke aspekte kvalitete života. Razlozi tome mogu biti neinformiranost i neosviještenost samih umirovljenika, zatim nedovoljno razvijen sustav usklađen s njihovim potrebama, ali i ostaci tradicionalnih načina razmišljanja o brizi i skrbi za starije po kojima je to dužnost njihove vlastite obitelji.

U skladu s rezultatima istraživanja preporuča se snažnija zaštita i promicanje prava starijih osoba, a u svrhu buđenja i jačanja svijesti o korisnosti usluga koje nude institucije i udruge, kao i o njihovoj dostupnosti. Pri tome je nužno mijenjati tradicionalne pretpostavke o ulozi obitelji u skrbi za starije osobe. Također, kao pretpostavku osiguranja njihova kvalitetnijeg života, preporuča se izrada i sistematizacija pokazatelja kvalitete života starijih osoba koji bi omogućili kontinuirano praćenje i vrednovanje učinka određenih politika i usluga. Pri tome je potrebno razmotriti opća sociodemografska, ali i kulturno specifična obilježja starije populacije grada Splita i okolice. Naravno, to bi zahtijevalo i periodično provođenje istraživanja o životu, potrebama i problemima starijih osoba u gradu Splitu. Tu je potrebno naglasiti važnost provođenja i kvalitativnih istraživanja, kao i nužnost primjene mješovite metodologije kako bi se utvrdili uzočno posljedični odnosi, ali i razumjela značenja i potrebe svakodnevnog života osoba starije životne dobi.

Također predlažemo prikupljanje i analizu primjera dobre prakse promicanja i zaštite prava starijih osoba, kao i promicanja i unaprjeđenja kvalitete njihova života koji su provedeni u drugim gradovima Hrvatske pa i u drugim članicama EU.

Nadalje, potrebno je i revidirati programe i usluge koje nude udruge u gradu Splitu te razvijati nove sukladno interesima starijih osoba. S jedne strane, potrebno je osmišljavati radionice za članove njihovih obitelji koji npr. skrbe o starijim osobama kako bi im se olakšala skrb i pružila konkretna potpora. S druge strane, nužno je organizirati i radionice u kojima bi se i kod mlađih članova, a i kod starijih razvijala svjesnost o potrebi većeg društvenog angažmana i vlastitoj korisnosti starijih osoba za zajednicu. U tom smislu važno je poticati npr. volonterski rad u svim dobnim skupinama po načelu uzajamne pomoći i osigurati odgovarajuće uvjete za volonterske

aktivnosti usmjerene dobrobiti starijih osoba. Također je važno i dalje razvijati radionice koje nude rekreaciju i razbibrigu (naravno, sukladno sposobnostima starijih osoba) kako bi se preveniralo i usporilo procese starenja na svim razinama (psihičkim, fizičkim i društvenim), a omogućilo više zabave, radosti i veselja, kao i razvijanja novih prijateljstava i širenja društvenih kontakata.

S tim u vezi slažemo se s Brajković (2010) kada ističe da su za uspješno starenje nužne djelotvorne tehnike suočavanja sa stresnim situacijama, učenje načina prilagodbe na nove životne izazove i zahtjeve, održavanje sustava socijalnih mreža i potpore te nadomješanje izgubljenih socijalnih kontakata novima. Uspješno starenje podrazumijeva pozitivnu sliku sebe jer "nije bitno koliko je netko star, nego kako je star". Dakle, pozitivna slika sebe koju su naši sudionici pokazali (prema dobivenim podacima) predstavlja svakako preduvjet za aktivnu i kvalitetniju starost, a daljnje unaprjeđenje i poboljšanje zasigurno zahtjeva praćenje, procjenu i periodičnu reviziju (temeljenu na istraživanju) prednosti i nedostataka rada/aktivnosti/usluga/politika na svim razinama (individualnoj, grupnoj i kolektivnoj), ali i bolju i snažniju koordinaciju svih dionika koji su uključeni u ove procese.

Više o projektu saznajte na www.seniori.hr.