

СЪЩНОСТ, СЪЗДАВАНЕ И УПРАВЛЕНИЕ НА ВРЕМЕВА БАНКА

Диана Съботинова

Бургаски свободен университет

STARTING AND RUNNING A TIME BANK

Diana Sabotnova

Burgas Free University

Abstract: *Time banking recognizes that every member of a community has something to offer others and that all of us will, from time to time, need some extra help. Unlike a traditional job - paid or voluntary - at a time bank everyone's time is equally valued and rewarded. One hour equals one time credit that can be deposit at the time bank and can then be spent on services we would like another member of the time bank to do for us. Time banking is not intended as an alternative to the mainstream economy or to our public services. It is complementary to them and rewards the everyday acts of support that happen in our communities. Time banking provides a new kind of mutual insurance scheme - we all pay in with our time and then take out the help that we need.*

Key words: *time banking, time credits, complementary currency*

За да се справим с предизвикателствата на застаряването на населението успешно, имаме нужда от нови идеи. Най-добрите идеи често са и най-простите. Времевите банки са както изключително иновативни, така и лесни за разбиране. Времевите банки са доказан начин за изграждане на устойчиви местни мрежи за подкрепа. Тези банки признават и оценяват факта, че всеки член на общността има какво да предложи на останалите, както и факта, че всички ние понякога се нуждаем от помощ. За разлика от традиционния труд – платен или доброволен – във времевата банка времето на всеки един се оценява и възнаграждава еднакво. Един час е равен на един времеви кредит – например, един час грижи за дете се равнява на един час помощ в градината. Тези спечелени часове (времеви кредити) се депозират във времева банка и могат да бъдат изразходвани за услуги, които ние желаем да получим от друг член на банката.

Времевите банки не са замислени като алтернатива на мейнстрийм икономиката или на публичните услуги. Те са допълващи и заемат уникално място, изпълнявайки роля, която за съвременната икономика не представлява интерес. Времевите банки възнаграждават тези ежедневни прояви на подкрепа, които си оказват приятели, съседи или други членове на общността. Те ни позволяват да се срещнем с хора, които обикновено не бихме познавали и ни показват, че най-добрият начин за справяне със социалните проблеми е да обединим усилията си и да работим заедно върху въпросите, свързани с общите ни интереси. Те осигуряват нов вид схема за взаимопомощ, при която всички ние заплащаме със своето собствено време, за да получим помощта, от която се нуждаем. Отделяйки по няколко часа месечно в полза на остана-

лите чрез местна времева банка, ние знаем, че това ще ни осигури нови приятели, умения и възможности – неща, които парите не могат да купят. Моделът е разумен, работи, носи удовлетворение и радост.

Митът за „времевата бомба“

Статистическите данни показват, че като нация, ние застаряваме. Семейният живот, работата и общественият живот днес са се променили значително от времето на нашите родители. Тези промени ще окажат влияние върху нашето бъдеще; те ще определят дали ще „стареем добре“ от гледна точка на качеството на живота. Постоянно се твърди, че застаряващото население е проблем; че ние стоим върху една „времевата бомба“, като прогнозите се фокусират най-вече върху „кризата с пенсиите“. Времевите банки променят начина, по който се говори за застаряването, както и негативизма към този проблем, като предлагат нова гледна точка.

Статистическата тенденция към застаряване на нацията не е нова и този факт се дискутира отдавна. Застаряването само по себе си не е проблем; истинският проблем е липсата на ново мислене в съзвучие с тази промяна. Публичните услуги и публичната политика не отговарят на нуждите на новата икономическа ситуация и начин на живот. Застаряването е линеен и прогнозируем процес. Противоположно на много доклади, икономическите и социални ефекти от застаряването на населението изобщо не са прогнозируеми: има твърде много променливи, които трябва да бъдат отчетени. Едни от най-важните променливи са нашите идеали и възможността да се радваме на щастливи старини в добро здраве.

Кризата не е неизбежна. Нашите собствени ценности и действия могат да променят бъдещето в зависимост от това как реагираме на социалните и икономически промени. Ние все още имаме избор, когато остаряваме. „Възрастните хора“ не са едни и същи и не могат да бъдат дефинирани и да им бъдат поставяни етикети единствено от гледна точка на техните нужди. Ние можем да изберем да се оттеглим (да се пенсионираме) в своя собствен личен живот, като се опитаме да минимизираме влиянието на външния свят. Или да бъдем активни граждани. Ние можем да използваме повечето свободно време и житейски опит, за да живеем по-добре, вместо да останем зависими от виждането на някой друг за ценностите в живота. Времевите банки са изпитан, доказан и надежден метод за използване на идеите, уменията и енергията на хората. Чрез инвестирането във времева банка чрез активна гражданска позиция, ние можем да увеличим подкрепата за мрежи, които осигуряват нашия собствен общ интерес при опита да остареем добре.

Остаряване или болест могат да ни попречат да работим във формалната икономика, но заетостта на пазара на труда не е единственият начин, по който да допринасяме за обществото. А какво би станало, ако можем да работим, но не желаем да работим повече? Работили сме усилено и сега искаме да правим нещо друго. Непрекъснато ни се казва, че трябва да работим по-дълго, за да платим за своята пенсия. Ако сме безработни, се опитваме да се върнем на работа или живеем зависим живот на помощи. Внушава ни се гледната точка, че сме ценни, когато работим единствено на пазара на труда.

Един от отговорите на пенсионната криза и културата на зависимостта е да се заличи границата между работа и пенсиониране, да се разшири определението за „работа“ и да се възприеме нов идеал за това, какво означава да си „полезен през целия живот“ – подобно на учене през целия живот (lifelong learning – lifelong usefulness). Става дума не просто за смяна на думите, които използваме, а за промяна на начина на мислене, на начина, по който гледаме на приноса, който правим през

трудова си кариера (working life) – независимо дали сме формално заети или работим за невидимата икономика, която създава до 40% от богатството на нацията.

Все пак ние не работим единствено за пари: от своята работа ние получаваме чувството на удовлетворение, на идентичност и принадлежност. Иначе защо някои хора избират да продължат да работят тогава, когато финансово нямат нужда да го правят? Иначе защо други хора избират да печелят по-малко, но да работят работа, която ги удовлетворява по друг начин? Времевите банки оценяват нашата полезност и признават нашия принос по човешка скала на ценностите – по скала, която оценява приноса на всеки един от нас към качеството на живот на другия. А всеки иска да бъде от значение за някого.

Тъй като заплахата от „времева бомба“ поради застаряване на населението не е неизбежна, нужно е да се запитаме какво можем да направим, за да променим бъдещето. Как можем да получим това, което искаме, от старостта? Отговорът на въпроса дали ще стареем добре не е в пенсионните схеми и здравното осигуряване. Той е в собствената ни способност да се справяме, желанието да се променяме и това, което ценим в живота.

Ценности, които стоят в основата на времевите банки

- Реалното богатство на всяко общество са неговите хора. Всеки индивид има ценен опит, умения и връзки, за да допринесе за благополучието на другите в местната общност.

- Дейности като отглеждане на деца, грижи за хората, поддържане на безопасност в общностите и борба със социалната несправедливост трябва да бъдат отчитани и възнаграждавани като истинска работа.

- Ние се нуждаем едни от други. Даването и получаването са основните гравитационни части на позитивни взаимоотношения и здрави общности.

Принадлежността към взаимно подпомагаща се социална мрежа носи повече смисъл в нашия живот и води до нови възможности за възобновяване на доверието помежду ни. Чрез предефинирането на термините и имайки предвид ценностите, можем да решим кои промени ще приемем и приложим на практика. Нашите ценности контролират живота ни повече, отколкото си мислим. Петдесетгодишно изследване на застаряването и личностното развитие на Харвард Медикал Скул открива, че:

- Щастлив брак на възраст 50 години е достоверен индикатор за добро качество на живота на 80 години. Ниското равнище на холестерола не е!

- Създаването на нови приятелства с по-млади хора ни носи повече радост от живота от пенсионните доходи.

- Обективното добро здраве е по-малко важно за позитивното стареене, отколкото субективното добро здраве: дали се чувстваме болни е това, което е от значение.

Успешното стареене и качество на живота не могат да бъдат прогнозирани или измерени чрез пенсионните доходи или разходите за здравеопазване. Когато сме болни, разбира се търсим професионална помощ от своите лични лекари и специалисти. Но кой е отговорен за това да бъдем здрави и да поддържаме здравето си? Превенцията е по-добра от лекуването. Прекаленото разчитане на експертна помощ подкопава нашата собствена отговорност за позитивно отношение и здравословен начин на живот, които засилват имунната система. Чувството, че си нужен предпазва от депресия и на свой ред оказва влияние върху стандарта на грижата за себе си, върху начина на хранене, честота на физическите упражнения. Времевите банки могат да имат много практически приложения в рамките на системата на здравеопазването: здравно образование в общността; взаимопомощ от самите пациенти; транспорт до болница-

та; схеми за посещения на лекари у дома. Ударението е поставено както върху превенцията, така и върху активното сътрудничество с публичния сектор чрез включването на хората в грижата за тяхното собствено здраве.

Времевите банки премахват границите между поколенията и поставят под въпрос стереотипите и прикачените етикети „Млади“ и „Стари“. Възрастните хора често биват представяни като изолирани и уязвими, но това е вярно също така и за много млади хора. Когато някой си зададе въпроса защо тийнейджъри се включват в банди, логичният отговор е, че това им дава усещане за сигурност и принадлежност. Днес изглежда разчитаме твърде много на учителите да образуват нашите деца и на полицията да налага закон и ред, но всички ние знаем, че „е нужно цяло село, за да се отгледа едно дете“ (it takes a village to raise a child). Социалната сплотеност, насърчавана и подпомагана от времевите банки, добавя неизмеримо много към качеството на живота и помага за изграждането на такова общество, което с гордост бихме оставили на своите внуци.

Как работят времевите банки?

Хората изброяват уменията и опита, който могат да предоставят, както и това, от което се нуждаят.

Всеки бива интервюиран и осигурява препоръки.

Всеки час помощ, оказана на някого, носи един времеви кредит на предоставящия я.

Приносът на всеки един е ценен, уменията на всеки се оценяват еднакво – един час е равен на един времеви кредит, независимо от типа на трансакцията.

Архив на спечелените и изразходени времеви кредити, както и списък с уменията на участниците и възможностите за предоставяне на услуги от тях се съхраняват в софтуера на компютър.

Препоръчва се всеки да изразходва своите времеви кредити, тъй като това дава възможност на останалите да се чувстват нужни. (За разлика от обикновената банкова сметка, сметката във времевата банка не се олихвява, така че е без значение дали сте на червено.)

Участниците могат да изтеглят времевите кредити, които са спечелили, за да ги „изразходват“ срещу умения и подкрепа, предоставени от останалите.

Времевите кредити се „депозират“ във времева банка.

Софтуерът се управлява от времеви брокери – лица, които изграждат връзки, срещат хората и координират всички трансакции.

Участниците получават редовни „банкови“ извлечения относно времевите си кредити.

Участниците могат да си даряват времеви кредити един на друг или да ги даряват на общностен „фонд“.

Времевите кредити не подлежат на данъчно облагане и не се отразяват на възможността за получаване на помощи от държавата. Системата не е идеална, но е доказано работеща система – и се основава на един мощен идеал: взаимодостатъчност. Даване, получаване и реципрочност са основните градивни елементи на всички взаимоотношения и здрави общности. Колкото повече даваме и получаваме, толкова по-силни и богати ставаме всички ние. Самодостатъчността предполага, че ние самите можем да подсилим своите нужди, че не се нуждаем от никого (единствено от пари в банката). Споделянето и сътрудничеството като част от взаимно подпомагане се местна социална мрежа е много по-вероятно да запази нашето здраве, щастие и благополучие за продължителен период от време. Вместо винаги да търсим извън

своите общности „експертни“ услуги и подкрепа, която ни е нужна, времевите банки разкриват огромен ресурс от умения и опит, които ние самите можем да предоставим:

- Практически умения, като: грамотност за възрастни, съвети и адвокатски услуги, грижа след училище, изкуство и занаяти, гледане на деца, банкови съвети, поправка на велосипеди, счетоводство, миене на коли, коучинг и менторинг, компютърни умения, готварство, правене на компания, уроци по танци, разхождане на куче, шофиране, спешни случаи, развлечения и събития, семеен бюджет, фитнес, попълване на формуляри, градинарство, фризьорство, холистични терапии, интериорен дизайн, гладене, молби за работа, шиене, уроци по езици, местни знания, уроци по музика, опазване на природата, странни професии, подкрепа на родители, гледане на животни, редактиране, поправки, плетене, пазаруване, спортни тренировки, помощ с телефона, машинопис, пране.

- Адаптиране, анализиране, оценка на ситуацията, общуване, изграждане на съгласие, критикуване, вземане на решение, фокусиране, независимо мислене, междуличностни умения, лидерство, слушане, медиация, менторство, мотивация, работене в група, обръщане на внимание на детайлите, планиране, организиране, поставяне на приоритети, изследване, продаване, социализиране, изграждане на стратегия, изграждане на екип, креативно мислене, различна гледна точка, визия.

Защо времевите банки работят?

Защото те успяват да свършат нещата тогава, когато другите схеми се провалят:

- те събират заедно много различни хора и ги ценят еднакво;
- те използват „Местна валута“, базирана на времето, която има свой собствен живот;
- те са модел за сътрудничество, при който хората работят заедно за общото добро;
- те осигуряват възможности за хората да изградят увереност в себе си и да докажат своите умения, тогава, когато другите гледат на тях като на бреме;
- те са средство, което организации, групи и индивиди могат да използват, за да споделят ресурси и да работят заедно;
- те подобряват използването на местни знания и ресурси, като правят общността по-силна;
- те възнаграждат участието и обвързаността в общността за дълъг период от време, не само през времето на изпълнение на дадена „инициатива“ или „проект“;
- те премахват бариерите като срещат заедно групи, които обикновено не биха се срещнали, като например млади и възрастни хора;
- те преодоляват културните проблеми, свързани с чувството за малоценност, когато искаме помощ от другите.

Тъй като времевите банки са приобщаващи, то всеки може да се присъедини към тях. Времевите банки са отворени за хора от всички възрасти, етническа и културна принадлежност. На практика, времевите банки се нуждаят от разнообразие на своите членове, за да има много различни умения, които да бъдат разменяни.

Тъй като времевите банки променят ситуацията дългосрочно, те отправят предизвикателство към културата на зависимостта. Участниците не са единствено „ползватели на услуги“ или „доброволци“, те са едновременно и двете.

Времевите банки предлагат двупосочна и равнопоставена размяна, като изграждат умения и увереност, както и мрежи, които са устойчиви, тъй като те са за местните хора, създадени са от местни хора и са собственост на местни хора.

Инструментариум за създаване на времева банка

Времевата банка е по-скоро инструментариум за постигане на целите на общността, отколкото организация или проект. Нейните главни ценности не се променят, но „инструментите“ могат да се използват в много различни случаи. Времева банка може да бъде създадена или включена в съществуваща организация: от общински център, кабинет на общопрактикуващ лекар или библиотека до социален клуб. Времевата банка може да работи в рамките на доброволческа организация, в отделите за предоставяне на здравни и социални услуги. Инструментите могат да бъдат използвани за създаването на най-различни видове времеви банки.

Най-популярният вид обикновено е базиран в определен квартал, като целта е да бъдат стимулирани местните хора да се опознаят и да се доверяват един на друг като споделят своите умения. Хора от различни възрасти, които притежават много различни умения биват включени, като така се подпомага възможността за изграждане на усещане за общност. Въпреки че повечето от членовете са отделни лица, местни групи и организации също могат да се включат. Има и по-специализирани времеви банки, които включват групи с еднакви интереси. Пример за това са времеви банки, които помагат на хората да се установят в своите местни общности след проблеми с душевното здраве; времеви банки, организирани около грижа за децата; времеви банки, работещи с бежанци; времеви банки, промотиращи здравословен начин на живот; времеви банки, осъществяващи връзка между възрастни и млади хора; времеви банки, предоставящи услуги на зависими възрастни хора. За да бъдат успешни, тези специализирани времеви банки могат да се възползват от включването на по-широка база от местни хора, не единствено членове на съответната група.

Начин, по който могат да бъдат спечелени и похарчени времевите кредити:

- Общностните времеви банки могат да оказват помощ с прости услуги, които могат да бъдат от полза, като например придружаване на някого при посещение при лекаря, обучаване в здравословен начин на живот или започване на ново хоби.

- Други времеви банки могат да предлагат помощ на своите членове, която е непосредствено видима: обучаване в нови умения или подготовка за излизане на трудовия пазар.

- Времева банка може да работи със свой собствен фонд за времеви кредити с цел да подпомага общностни събития и хора, които имат малко свои кредити.

Хората могат да си разменят умения и да печелят времеви кредити по различен начин:

Един → Един: Един участник, който предоставя услуга на друг участник.

Един → Много: Обучаващ, който предава нови умения на група.

Много → Един: Група, която се събира, за да помогне на един участник.

Много → Много: Група, която организира събитие за общността.

Стартиране на собствена времева банка

1. Огледайте се – започнете да разбирате своята общност.
2. Бъдете креативни – попитайте местните хора какво искат и заедно оформете представата за това, къде бихте искали да бъдете след пет години.
3. Създайте правилните връзки – свържете се с местни организации и фирми, за да работите с тях.
4. Намерете си база, която да бъде приветлива, удобна и на лесно достъпно място.
5. Започнете с малко – десетина души са достатъчни, за да започнете.

6. Попитайте хората какви умения и таланти притежават – а също така и от каква помощ самите те се нуждаят.

7. Бъдете активни и използвайте енергията и таланта, който предлагат, незабавно.

8. Отчитайте часовете, които хората си разменят и намерете начин за измерване на приноса на вашата времева банка към местната общност.

9. Свържете се с други времеви банки за информация и съвет.

10. Всичко, от което се нуждаете, е малко пространство/офис за срещи, компютър, телефон, и десетина единомишленици.

Заключение

Никога няма да има достатъчно ресурси в публичния сектор, за да бъдат посрещнати нуждите на всички. Времевите банки не могат да отговорят на всички нужди, както това не може да направи и правителството. Това, което времевите банки могат да направят, е да помогнат да бъдат запълнени празнините, които традиционно се изпълняват от разширеното семейство и съседите. Важен бонус е, че те ни помагат да осъзнаем, че всички ние притежаваме умения, които са ценни за останалите. Това не само създава усещане за близост между хората, но също така и увеличава индивидуалното усещане за самооценка и значимост.

Имайки предвид нарасналото търсене на социални грижи за големия брой застаряващо население и ограниченията на публичното финансиране, правителствата признават, че финансирането и предоставянето на грижи трябва да се промени. Грижите, които времевите банки предоставят, се основават на взаимност и реципрочност. Това е един от начините за допълване на относително скъпата задължително осигурявана от правителствата грижа. На времевите банки може да се гледа като на ценно и необходимо допълнение към другите форми на предоставяне на грижи. Възможен положителен сценарий може да включва подход на няколко фронта, комбиниращ адекватни, високо квалифицирани грижи, допълнени от различни доброволни и взаимни усилия, включващи времеви банки, които могат да отговорят на по-неспециализирани грижи, свързани с човешко отношение и общуване, като останалата част от грижите се осигуряват от неформални мрежи като семейството, приятелите и близките съседи.

Литература:

1. Cahn, E. (2000) No More Throw Away People. <http://www.timebank.org.nz/node/87>
2. Douthwaite, D. (1996) Short Circuit: Practical Approach to Building More Self-Reliant Communities. http://www.feasta.org/documents/shortcircuit/Short_Circuit.pdf
3. Hayashi, M. (2012) Japan's Fureai Kippu time-banking in elderly care: origins, development, challenges and impact. International Journal of community research. Vol. 16, Section A 30-A. <https://ijccr.files.wordpress.com/2012/08/ijccr-2012-hayashi.pdf>
4. Lietaer, B. (2002) The Future of Money: Creating a New Wealth, Work and a Wiser World. http://library.uniteddiversity.coop/Money_and_Economics/The_Future_of_Money-Bernard_Lietaer.pdf
5. Schermer, D. and Simon, M. (2006) A bridge to tomorrow – time banking for “baby boomers” http://www.timebanking.org/wordpress/wp-content/uploads/2011/09/TBUK_bridge.pdf