

# Trávení volného času klientů v domově pro seniory

Bc. Marie Šmirausová

---

Diplomová práce  
2011



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2010/2011

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Marie ŠMIRAUŠOVÁ**

Osobní číslo: **H09469**

Studijní program: **N 7507 Specializace v pedagogice**

Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Trávení volného času klientů v domově pro seniory**

Zásady pro vypracování:

**Zpracování rešerše a studium odborné literatury.**

**Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti volný čas.**

**Příprava metodiky výzkumné části.**

**Realizace výzkumu na téma využití volného času klientů v domově pro seniory.**

**Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.**

**Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.**

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**HAMILTON, I.S. Psychologie stárnutí. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.**

**HRDLIČKOVÁ, V., PAVLÍKOVÁ, A. Pedagogika volného času. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.**

**MATOUŠEK, O. a kol. Sociální služby. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-310-9.**

**MÜLLER, O.a kol. Terapie ve speciální pedagogice. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. ISBN 80-244-1075-3.**

**RHEINWALDOVÁ, E. Novodobá péče o seniory. Praha: Grada Publishing a.s., 1999. ISBN 80-7169-828-8.**

Vedoucí diplomové práce: **PhDr. Pavel Opatrný**  
Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce: **20. ledna 2011**

Termín odevzdání diplomové práce: **29. dubna 2011**

Ve Zlíně dne 20. ledna 2011



prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.  
*děkan*



Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.  
*ředitelka ústavu*

## PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

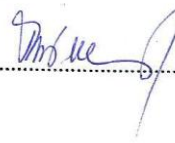
Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby<sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3<sup>2)</sup>;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 21. 4. 2011



1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídí k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Volný čas zaujímá v životě člověka důležité místo. Svůj význam má také volný čas seniora, zejména toho, který se rozhodl strávit svůj podzim života v sociálním zařízení. Způsob využití volného času seniora se liší, závisí na různých okolnostech. Cílem této diplomové práce je ukázat možnosti trávení volného času seniorů, kteří žijí v domově pro seniory. Nejenom nabídka, možnosti a chuť seniorů ovlivňují jejich volný čas, důležitý je i přístup a kreativita pracovníků. Praktická část seznamuje s výsledky výzkumu, který byl proveden v Domově pro seniory Lukov a byl zaměřen na zmapování trávení volného času seniorů, kteří zde žijí.

Klíčová slova: volný čas, senior, domov pro seniory, pracovník v sociálních službách, terapie, aktivizační činnosti

## **ABSTRACT**

The Leisure time takes important place in human's life. Its meaning has leisure time for the elderly, especially for those who decided to spend his/her autumn of life in the social facility. The way how the Elderly use their leisure time depends on many circumstances. The aim of this Master's work is to show possibilities of leisure activities for the Elderly who live in the Homes for the Elderly. Not only offer of possibilities affects their leisure time, important is the approach and the creativity of social workers. The practical part presents results of the research which was conducted in Home for the Elderly Lukov and was focused on mapping leisure activities of the Elderly who live there.

Keywords: leisure time, the Elderly, Home for the Elderly, Social worker, therapy, activating activities

## **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat panu PhDr. Pavlu Opatrnému za čas, odbornou pomoc a cenné rady při řešení problémů spojených s diplomovou prací.

## **Motto**

*„Ničeho se stáří nemusí vystříhat více než nečinnosti.“*

*Marcus Tullius Cicero*

## OBSAH

<b>ÚVOD.....</b>	<b>10</b>
<b>1 TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>13</b>
<b>1 ZÁKLADNÍ POJMY DANÉ PROBLEMATIKY .....</b>	<b>14</b>
1.1 VOLNÝ ČAS .....	14
1.2 SENIOR .....	14
<b>2 STÁŘÍ.....</b>	<b>15</b>
2.1 VYMEZENÍ STÁŘÍ.....	15
2.2 ZMĚNY VE STÁŘÍ .....	16
2.2.1 Fyzické známky stárnutí.....	16
2.2.2 Změny v psychické oblasti .....	16
2.2.3 Změny v sociální oblasti.....	17
<b>3 DOMOV PRO SENIORY.....</b>	<b>18</b>
3.1 INDIVIDUÁLNÍ PLÁNOVÁNÍ SLUŽBY.....	19
<b>4 TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU SENIORŮ V DOMOVĚ PRO SENIORY .....</b>	<b>20</b>
4.1 VÝZNAM VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT.....	20
<b>5 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ NABÍDKU AKTIVIZAČNÍCH PROGRAMŮ .....</b>	<b>22</b>
5.1 MOŽNOSTI DOMOVA .....	22
5.2 PROSTORY DOMOVA .....	22
5.3 LIDÉ, KTERÍ PRACUJÍ SE SENIORY.....	23
5.3.1 Pracovníci, kteří vykonávají odbornou činnost, jsou: .....	23
5.3.2 Dobrovolníci .....	25
5.4 MOTIVACE KLIENTA .....	27
<b>6 AKTIVIZAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ČINNOSTI V DOMOVECH PRO SENIORY.....</b>	<b>28</b>
6.1 TERAPIE .....	28
6.1.1 Terapie hrou .....	29
6.1.2 Činnostní a pracovní terapie.....	29
6.1.2.1 Ergoterapie .....	29
6.1.3 Psychomotorické terapie .....	30
6.1.3.1 Taneční terapie.....	30
6.1.4 Expresivní terapie.....	30
6.1.4.1 Arteterapie.....	30
6.1.4.2 Biblioterapie, Poetoterapie.....	31
6.1.4.3 Muzikoterapie .....	32
6.1.4.4 Dramaterapie.....	32
6.1.4.5 Teatroterapie .....	33
6.1.4.6 Psychodrama .....	33
6.1.5 Terapie s účastí zvířete.....	33



6.2	JINÉ AKTIVIZAČNÍ METODY UŽÍVANÉ V DOMOVECH PRO SENIORY .....	34
6.2.1	Reminiscence .....	35
6.2.2	Bazální stimulace .....	35
6.2.3	Aromaterapie .....	36
6.2.4	Cvičení paměti .....	36
6.2.5	Sportovní aktivity .....	37
6.3	RIZIKA A NÁSLEDKY U SENIORŮ, PŘI NEPROVÁDĚNÍ AKTIVIZAČNÍCH A RELAXAČNÍCH TECHNIK .....	38
<b>II</b>	<b>PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>39</b>
<b>7</b>	<b>VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....</b>	<b>40</b>
7.1	CÍL VÝZKUMU .....	40
7.2	VYMEZENÍ VÝZKUMNÉHO PROBLÉMU.....	41
7.3	VÝZKUMNÝ VZOREK .....	41
7.4	TYP VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ .....	42
7.5	METODY VÝZKUMU.....	43
7.6	ZÁKLADNÍ SCÉNÁŘE POLOSTRUKTUROVANÝCH ROZHOVORŮ A DOTAZNÍKU.....	43
7.6.1	Základní scénář polostrukturovaného rozhovoru pro uživatele .....	43
7.6.2	Základní scénář polostrukturovaného rozhovoru pro pracovníky ve výchovné péči.....	44
7.6.3	Výzkumné otázky uvedené v dotazníku pro rodinné příslušníky a známé uživatelů Domova pro seniory Lukov.....	45
7.7	PRŮBĚHY A ZPRACOVÁNÍ ROZHOVORŮ .....	47
7.7.1	Příklad přepsaného rozhovoru.....	47
7.7.2	Zpracování rozhovorů .....	48
7.7.2.1	Zpracování rozhovorů vedených s uživateli Domova pro seniory Lukov 48	
7.7.2.2	Zobecněné závěry vyplývající z rozhovorů vedených s uživateli Domova pro seniory Lukov .....	67
7.7.2.3	Zpracování rozhovorů vedených s pracovníky Domova pro seniory Lukov, kteří pracují ve výchovné péči.....	69
7.7.2.4	Zobecněné závěry vyplývající z rozhovorů vedených s pracovníky Domova pro seniory Lukov, pracující ve výchovné péči.....	84
7.8	PRŮBĚH A ZPRACOVÁNÍ DOTAZNÍKŮ .....	86
7.8.1.1	Zpracování dotazníků.....	86
7.8.1.2	Zobecněné závěry vyplývající z dotazníkového šetření, provedeného s příbuznými a známými seniorů z Domova pro seniory Lukov .....	93
7.9	SHRNUTÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....	95
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>98</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>	<b>101</b>
	<b>SEZNAM GRAFŮ .....</b>	<b>103</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>104</b>

## ÚVOD

Pojem volný čas označuje určitou dobu, kterou trávíme nejen mimo práci, ale i mimo další povinnosti. Je to čas, který máme k dispozici, abychom se věnovali svým zájmům a zálibám.

Každý člověk má jinou představu o trávení volného času, ať už pasivně, nebo aktivně. Někdo tráví volný čas spíše v kolektivu, jiný upřednostňuje samotu. Obecně lze říci, že většina lidí pociťuje spíše nedostatek volného času, neboť jim den vyplňuje práce či jiné povinnosti. O seniorech se naopak tvrdí, že mají tolik volného času, že nevědí co s ním.

*„Učinit ze stáří šanci k novému začátku, k využití všech tvořivých sil, které máme všichni k dispozici i v pokročilém věku. Je proto třeba se bez otálení umět rozhodnout: být obětí stárnutí, anebo stáří využít jako šanci. Využít času, který je nám dán navíc k moudré péči o sebe sama, o svou celistvou schránku, abychom mohli žít nejen s uspokojujícím zdravím, ale abychom dosáhli vyšší kvality života, žili smysluplně a vděčně za každou prožitou minutu v tomto pozemském světě“ (Kubičková, 1994, s.9).*

Jako téma své diplomové práce jsem si zvolila trávení volného času klientů v domově pro seniory. Sama pracuji v domově pro seniory, kde se setkávám, a částečně pomáhám zajišťovat, kulturní akce pro seniory. Vzhledem k tomu, že v našem domově nepracuje žádný cíleně vyškolený profesionál, chtěla jsem i touto cestou získat nové a podnětné informace, které by se daly využít pro praxi v našem zařízení.

Jako každá věková skupina, tak i senioři mají určité zvyky i požadavky na to, jak naložit se svým volným časem. Svůj význam, a to značný, má i to, jestli se senior nachází ve svém přirozeném domácím prostředí, nebo zda je v zařízení sociálních služeb.

Samozřejmě, že senior musí mít na paměti, a jistě si v nějaké míře uvědomuje, že možnosti trávení volného času jsou pro něj určitým způsobem omezené. Je to dáno mnoha faktory.

Senioři jsou ovlivněni nejen věkem, finanční situací, neboť už nejsou ekonomicky aktivní, zdravotním stavem, ale i nabídkou aktivit.

Ráda bych se ve své práci zaměřila na trávení volného času seniorů, kteří žijí v pobytovém zařízení - v domově pro seniory. Tito senioři odchází do domovů pro seniory převážně ze zdravotních důvodů. Stupeň jejich dřívější soběstačnosti se v určitém ohledu snižuje a senioři, alespoň částečně, zůstávají závislí na pomoci ostatních.

Diplomová práce se člení na dvě hlavní části, teoretickou a praktickou. V teoretické části popisují stáří a jeho změny, domovy pro seniory a jejich možnou nabídku volnočasových aktivit. Domovy pro seniory poskytují seniorům nejen pomoc v oblasti zdravotní, zejména možnosti celodenní péče, ale zajišťují péči i v dalších oblastech potřeb seniora. Je třeba počítat i s psychickými a sociálními potřebami, které ovlivňují život i aktivizaci klientů.

Domovy pro seniory nabízí svým klientům různé možnosti využití volného času s cílem zachování dobré duševní kondice. Pracovníci domova pro seniory by měli nabízet a organizovat pro své klienty takové aktivity, které by byly smysluplné a klientům přinášely pocit určitého naplnění. Senioři by měly především motivovat k takovému stupni aktivity, jaké jsou schopni. Měly by ukazovat, že senior může ještě něco dokázat, s někým se podělit o své zkušenosti a dovednosti.

Práce s klienty však vyžaduje nejen znalost dané věkové skupiny, znalost specifik v práci se seniory, ale zahrnuje také různé dovednosti pracovníků, kteří s klienty pracují. Jedná se zejména o schopnost motivace a komunikace s klientem. To, jestli se seniora podaří zaujmout, nebo nadchnout, například pro něj novou a neznámou činnost, závisí ve velké míře především na lidech, kteří se seniory pracují, ať už se jedná o pracovníky zařízení či dobrovolníky.

Druhou velkou oblastí je také nabídka aktivit, zejména její šíře a rozmanitost. V řadě domovů pro seniory dnes probíhá velké množství terapií, nebo aktivizačních činností, které mohou být terapiemi inspirovány. Nejen toto různé množství, ale i tvořivost pracovníků ve volnočasových aktivitách přispívá k fyzické a duševní pohodě seniorů.

V neposlední řadě je třeba také vnímat možnosti a schopnosti seniorů, jejich zájmy, ale také stupeň jejich soběstačnosti. Každý klient je jinak schopný, jak po stránce fyzické tak psychické. I podle tohoto je třeba vymýšlet, plánovat a organizovat akce uzpůsobené jednotlivým skupinám seniorů.

Praktická část popisuje realizaci výzkumu, který probíhal v Domově pro seniory Lukov a byl zaměřen na zmapování situace seniorů v oblasti trávení volného času. Jaké mají senioři v domově pro seniory možnosti? Jak tyto možnosti využívají a zda nabídka aktivit vychází z jejich potřeb? Výzkum byl kombinací metod kvantitativního a kvalitativního šetření. Byly využity polostrukturované rozhovory, které byly provedeny se seniory i s pracovníky zařízení, kteří působí v oblasti aktivizace a trávení volného času seniorů. Na dokreslení celé situace byla použita metoda dotazníku, který vyplňovali příbuzní a známí seniorů.

Realizovaný výzkum bude využit v Domově pro seniory Lukov, nejen ke zjištění stávající situace, nalezení kladných i záporných stránek v konaných aktivizačních programech, ale zároveň by měl přinést pracovníkům domova náměty ke zlepšení a ke zkvalitnění poskytovaných služeb.

Cíle předkládané v diplomové práci lze tedy shrnout do následujících bodů:

- 1) Vymezení základních pojmů související s oblastí trávení volného času seniorů v domovech pro seniory
- 2) Analýza faktorů, které ovlivňují nabídku aktivizačních programů v domovech pro seniory
- 3) Seznámení s nabídkou aktivizačních a terapeutických činností, které mohou být využity, nebo jsou využívány, v domovech pro seniory
- 4) Provedení výzkumného šetření s cílem zmapovat trávení volného času seniorů v Domově pro seniory Lukov
- 5) Zjištění skutečnosti, zda Domov pro seniory Lukov nabízí svým klientům takové aktivity, které navazují na jejich předchozí činnosti a vychází z jejich potřeb

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 ZÁKLADNÍ POJMY DANÉ PROBLEMATIKY

## 1.1 Volný čas

Volný čas je prostor, kdy se můžeme věnovat činnostem, které nás baví, přinášejí nám radost a určitý pocit uspokojení. Výrazným způsobem se liší od povinností, které udělat musíme. Jak poznamenává Pávková (2002), není mezi těmito dvěma oblastmi povinností a volného času pevná a jasná hranice, neboť každý vnímá určitou činnost jinak. Co jednomu se může zdát jako povinnost, je pro druhého zábava, nebo koníček. Názory na tuto problematiku se také různí vzhledem k věku i k pohlaví. Pod slovy volný čas si něco jiného představí vysokoškolák, něco jiného matka na rodičovské dovolené a jinou představu má i senior.

## 1.2 Senior

*„Pojmem senior se označuje jakýkoli starý či starší člověk důchodového věku, tedy od 60 let výše. V tomto věku se začínají v různé míře projevovat fyzické známky stárnutí“* (Mahrová, Venglářová, 2008, s.107).

Nejen v dnešní době, ale již několik let, je značně diskutována otázka nárůstu starších lidí. Vzhledem k tomu, že populace stárne, se už dnes řada odborníků zabývá důsledky a předpokládanými dopady na společnost. Na tuto situaci je třeba se připravit tak, aby byly zajištěny služby i potřebná péče, kterou budou senioři potřebovat.

## 2 STÁŘÍ

Stáří je neodmyslitelnou součástí a etapou každého života. Je vnímáno jako přirozený vývojový proces. Problematikou stárnutí a stáří se zabývá vědní obor zvaný gerontologie, který tuto problematiku zkoumá z její celospolečenské šíře.

*„Stárnutí je závěrečnou fází lidského vývoje a je třeba ho posuzovat jako součást kontinuální proměny. Avšak právě proto, že se jedná o proměnu kontinuální, je nesnadné nalézt uspokojivou definici okamžiku, ve kterém končí střední věk a začíná stáří“* (Stuart-Hamilton, 1999, s.18).

### 2.1 Vymezení stáří

V dnešní době se setkáváme s různými formami dělení stáří. Nejčastěji se uvádí členění podle věku. Za rané stáří pokládáme obecně hranici šedesáti až šedesáti pěti let věku. V této době člověk ukončuje pracovní poměr a odchází do důchodu. Někteří gerontologové dělí stáří na mladší stáří, vymezuje jej roky 65-75 let a pokročilé stáří, jež představuje kalendářní věk 75 a více let (Stuart-Hamilton, 1999).

Bylo uvedeno, že určitou hranicí stárnutí je důchod. Okamžik odchodu do důchodu berou lidé jako zlomový. Tato nová situace přináší řadu změn. Změní se status osoby z dřívějšího mistra výroby, zedníka, zdravotní sestry na „pouhého“ důchodce či důchodkyni. Mizí dřívější individuální postavení, člověk se cítí neprospěšně, chybí pocit dřívějšího uznání. Zde vzniká nový prostor pro to, aby si člověk našel, nebo znovu objevil aktivity, jimiž se dříve zabýval, či se zabývat chtěl. Otevírají se mu nové možnosti, kterým se může věnovat.

K tomu zda člověk využije těchto možností, přispívá řada faktorů, které musí brát v potaz. Jedná se nejen o to, objevit v sobě zájem, motivaci, ale také musí přihlídnout ke svým individuálním možnostem a zdravotnímu stavu, který se s přibývajícím věkem mění.

## 2.2 Změny ve stáří

K tomu, abychom věděli, jak naplňovat volný čas seniora, jaké aktivity jsou pro něj vhodné, je třeba vědět něco o změnách, které s sebou stáří přináší. Tyto změny jsou obecně nezanedbatelné a velmi rozsáhlé, postihují všechny oblasti. Jedná se o změny biologické, které jsou na tělesné úrovni, dále změny v oblasti psychické. Ubývají intelektové schopnosti, mění se emoce a emoční prožívání člověka.

### 2.2.1 Fyzické známky stárnutí

Po stránce fyzické dochází k několika změnám. Tělesné tkáně, zejména svaly a pokožka začínají ztrácet elasticitu, dochází k úbytku svalové hmoty. V závislosti na tomto úbytku se zhoršuje jemná i hrubá motorika. Orgánové soustavy, jako vylučovací a trávicí soustava ztrácí svoji výkonnost, nejsou schopny vstřebávání živin jako dříve. Dýchací a Oběhová soustava potřebují daleko více energie k tomu, aby mohly rozvádět krev a kyslík. Stárnou i smyslové orgány, jejichž fungování přímo ovlivňuje mozek. Zhoršuje se zrak, ztrácí se zraková ostrost. Starší člověk nevidí ostře předměty v určité vzdálenosti, není schopný zaostřit na určitý detail, hůře vnímá intenzitu světla. Celkově senioři zpracovávají zrakové podněty pomaleji, případně je potřebují pozorovat delší dobu tak, aby je mohli přesně identifikovat. Změny přicházejí i v oblasti sluchu, který v dospělosti slábne a senior může trpět nedoslýchavostí. V dalších oblastech fungování smyslových orgánů jakými jsou chuť, čich, hmat, je zaznamenáván také pokles. Člověk se cítí unavenější, má menší výdrž, je pomalejší. Pocit vnitřní energie se pomalu vytrácí (Mahrová, Venglářová, 2008).

### 2.2.2 Změny v psychické oblasti

V závislosti na probíhajících změnách ve fyzické oblasti, se mění i psychika. Začínají potíže s pamětí, pro seniora se stává obtížné vybavit si nebo zapamatovat si informace. Funkce krátkodobé paměti bývá zhoršena, dlouhodobá paměť bývá zachována. Senioři si tak spíše vybavují události ze svého dětství a mládí, než to, co se stalo včera či před týdnem.



Zapomínání se bere jako jeden z projevů stáří, často však bývá podceňováno. Někdy neznamená zapomínání přirozený proces, nýbrž začátek rozvoje nemoci, jako je demence, či Alzheimerova choroba. Nejen z tohoto důvodu je třeba u seniorů sledovat zhoršování paměti.

### **2.2.3 Změny v sociální oblasti**

V souvislosti se změnami ve fyzické a psychické oblasti, se mohou objevovat změny v sociální oblasti. Příkladem může být nevyhledávání kontaktů, postupné omezování aktivit a zájmů, uzavírání se do sebe, například v důsledku zhoršeného sluchu či potíží s mobilitou. Příčinou osamělosti může být nejen ztráta dosavadních sociálních kontaktů, ale také například ztráta manžela, partnera nebo odchod dětí z domova. Ovdovělost a následný pocit samoty může být pro starého člověka zlomový. Mění se nejen jeho role a společenský status, ale i ekonomická situace a způsob života.

### 3 DOMOV PRO SENIORY

Domovy pro seniory jako instituce, jsou určeny seniorům, kterým zajišťují plné zao-patření. Nabízí a zajišťují péči o klienta nejen po stránce zdravotní, ale i po stránce sociál-ní. Podle Zákona č.108/2006 Sb., o sociálních službách se v domovech pro seniory posky-tují pobytové služby, které jsou určeny osobám se sníženou soběstačností z důvodů věku. Tím se tyto osoby ocitají v situaci, kdy potřebují pravidelnou pomoc jiné osoby.

Domov pro seniory, jako služba, poskytuje podle §49 Zákona č.108/2006 Sb., o sociálních službách tyto činnosti:

- Poskytnutí ubytování
- Poskytnutí stravy
- Pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu
- Pomoc při osobní hygieně, nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu
- Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- Sociálně terapeutické činnosti

Jedná se o socio-terapeutické činnosti, jejichž poskytování vede k rozvoji nebo udržení osobních a sociálních schopností a dovedností. Tento rozvoj přispívá k sociálnímu za-čleňování osob.

- Aktivizační činnosti

Jde o volnočasové a zájmové aktivity, dále o obnovení nebo upevnění kontaktu s přirozeným sociálním prostředím a v neposlední řadě i o nácvik a upevňování psy-chických, sociálních a motorických schopností a dovedností.

- Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záleži-tostí

Tyto služby jsou klientovi – seniorovi poskytovány na základě Smlouvy o poskytování sociálních služeb, kterou senior uzavírá písemně s poskytovatelem sociálních služeb.

K tomu, aby byla poskytována péče cílená a zaměřená na individuální potřeby seniora, k tomu má přispívat individuální plánování služby.

### 3.1 Individuální plánování služby

Individuální plánování služby je zákonnou povinností poskytovatele. Požadavky na individuální plánování služeb shrnuje standard 5, který je součástí přílohy č.2 k vyhlášce 505/2006 Sb. Potřeba individuálního plánování vychází především z účelu poskytování sociálních služeb.

*„Účelem poskytování sociálních služeb je sociální začleňování a (dle §3, e) tedy proces, který zajišťuje, že osoby sociálně vyloučené nebo sociálním vyloučením ohrožené, dosáhnou příležitostí a možností, které jim napomáhají plně se zapojit do ekonomického, sociálního i kulturního života společnosti a žít způsobem, který je ve společnosti považován za běžný“ (Krutilová, Čámský, Sembdner, 2008, s.137).*

Z této definice vyplývá povinnost poskytovatele plánovat sociální službu v závislosti na osobních cílech, potřebách a schopnostech klienta. Poskytovatel s klientem nejen tuto službu plánuje, musí ji i průběžně hodnotit a vést písemné záznamy o průběhu poskytování sociální služby. K tomuto účelu slouží v organizaci pracovníci, kteří jsou klíčovými pracovníky.

Klíčový pracovník je jakýsi důvěrník, který plánuje spolu s klientem průběh poskytované služby. Individuální plán vychází tedy ze skutečných potřeb, osobních cílů a možností klienta, důležitá je i schopnost vcítit se do situace uživatele. Cílem individuálního plánování je podpora běžného (nebo co nejběžnějšího) způsobu života klienta.

## 4 TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU SENIORŮ V DOMOVĚ PRO SENIORY

*„Volnočasové aktivity je pojem, který zdaleka není rezervován jen pro třetí a čtvrtý věk. V každém věku je dobré pamatovat na hodnotný způsob trávení volného času. Konstatovali jsme, že seniori nemají čas, ale současně ho mají neskutečně mnoho. Mohou jej prožusťovat, nebo jej kvalitně využívat. Důležitá je nikoliv nahodilost, ale důrazně strukturovaný program. Zatímco mladší generace horko těžko vyšetří nějaký čas na své zájmové aktivity, seniori by z nich naopak mohli učinit páteř svého života“ (Haškovcová, 2010, s.178).*

Při zájmu seniora o nástupu do domova, je senior seznámen nejen s nabídkou poskytovaných služeb, ale i s možností trávení volného času. Senior, či jeho příbuzní se již před svým nástupem zajímají, jaké aktivity domov nabízí, informují se o kulturním a společenském životě v domově. Samozřejmě, že seniory i jejich příbuzné zajímá, jaká bude péče po stránce zdravotní. Chtějí mít jistotu určitého dohledu nad seniorem tak, aby v případě nutného lékařského zásahu byl k dispozici profesionálně vyškolený tým. Touto rychlou pomocí by se předešlo případným dlouhodobým následkům při onemocnění nebo zranění seniora.

*„Celková péče musí vycházet nejenom z hodnocení tělesných změn, ale i z chápání člověka jako celistvé bytosti, kde vše souvisí se vším, kde nezapomínáme hodnotit změny prožívání, změny sociálních rolí a životních perspektiv“ (Kleťetová, Dlabalová, 2008, s.57).*

Stejnou péči by ale zařízení mělo poskytovat ve všech oblastech, nejen po stránce zdravotní, ale i sociální a psychické. Vždyť jen takovou péči můžeme nazývat komplexní. Hlavním požadavkem je, aby vycházela z individuálních potřeb seniora.

### 4.1 Význam volnočasových aktivit

Jestliže chápeme volný čas jako dobu, při které nemusíme plnit své povinnosti a nutné práce, pak by tato doba měla být určena k načerpání nových sil. Ve volném čase si můžeme svobodně vybrat činnosti, které děláme rádi a které nám přinášejí uspokojení. Oblast

činností může být velmi široká a každý má možnost ji využít ať už aktivně, nebo pasivně. Volný čas může zahrnovat činnosti jako odpočinek, zábavu, rekreaci, zájmové činnosti, umělecké a sportovní aktivity a mnoho dalšího.

Jak uvádí Pávková a kol. (2002), je možné sledovat problematiku volného času z různých pohledů. Z ekonomického hlediska se díváme na volný čas jako na odvětví, do kterého může společnost investovat velké množství peněz. Záleží však, jaké cíle společnost sleduje, nejde li pouze o komerční záležitost, ale zda je toto odvětví využíváno i pro výchovnou a vzdělávací činnost. Do volného času zasahuje také stát. Podílí se na rozdělování finančních prostředků a také podporuje různé volnočasové aktivity. Vzniká stále více programů a organizací, které nabízí seniorům řadu aktivit. Tím stát vytváří podmínky pro kvalitní život ve stáří. To, jestli činnosti ve volném čase přispívají k utváření mezilidských vztahů, sleduje sociologické a sociálněpsychologické hledisko. Svůj význam má i sociální prostředí, ve kterém se jedinec nachází. Z pedagogického a psychologického pohledu se respektují věkové a individuální zvláštnosti každého člověka. Jeho aktivita by měla směřovat k všestrannému rozvoji osobnosti i sociálních vztahů. V neposlední řadě by mělo vyplnění volného času především sledovat a podporovat zdravý tělesný i duševní vývoj každého jedince (zdravotně-hygienický pohled).

Z pohledu vyplňování volného času mají svůj nezastupitelný význam aktivity, které jedinec vykonává. To, jaké má zájmy, vypovídá o jeho systému hodnot i o jeho životní filozofii. V případě seniorů je zvlášť důležitá oblast volnočasových aktivit.

Senior díky svým koníčkům a zájmům přichází na nové myšlenky a odpoutává se od svých starostí. Je důležité, aby aktivita, kterou vykonává, byla smysluplná, aby ho bavila a aby měla takový stupeň náročnosti, který je senior schopen zvládnout. Měla by poskytovat nutnou fyzickou činnost, přiměřenou mentální stimulaci, ale i příležitost ke společenskému životu. Možnost sociálních kontaktů přispívá k pocitu psychické pohody.

## 5 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ NABÍDKU AKTIVIZAČNÍCH PROGRAMŮ

Pestrost a rozmanitost nabízených a poskytovaných aktivit v domově pro seniory ovlivňuje mnoho faktorů. Jedná se zejména o to, jaké možnosti má domov, jaké je technické a prostorové vybavení domova, kolik pracovníků působí v oblasti volného času a jak jsou tito pracovníci tvořiví, zdali je zájem ze strany seniorů a další. Neméně důležitá je i spolupráce ze strany klientů, neboť by to měli být především oni, kteří evokují a podněcují pracovníky svými nápady a zájmem o aktivizační činnost domova.

### 5.1 Možnosti domova

Možnosti domova pro seniory jsou různé. Záleží nejen na finančních možnostech domova, ale také na prostorových možnostech, organizačních schopnostech pracovníků a jejich vynalézavosti, na podpoře vedení a dalších.

Významnou předností může být okolí a zázemí domova. Záleží, v jakém prostředí se domov pro seniory nachází. Zda je tento domov někde v centru města a seniorům se tak otvírají daleko větší možnosti využití volného času a tím pádem menší závislost na poskytovaných aktivitách v domově. Mají možnost se účastnit kulturního života, které nabízí další okolní instituce působící ve městě, jako je divadlo, kavárny, muzea apod. Své výhody stejně tak může mít domov, který je zasazen do menší obce, s pěkným upraveným okolím, které skýtá možnosti procházek a pobytu v klidné přírodě.

Důležitá je i infrastruktura, která ovlivňuje dostupnost domova. Pro seniory je důležité, zda se v okolí domova nachází tramvajová či autobusová zastávka, která skýtá nejen možnost odchodu z domova, ale i to, aby příbuzní a přátelé mohli kdykoliv seniora navštívit.

### 5.2 Prostory domova

V samotném domově je také důležité, jaké prostory má domov k dispozici, zda k domovu patří například zahrada či jiný prostor, který mohou klienti využívat k odpočinku, nebo ke společenskému setkávání. V domovech, se také můžeme setkat

s vytvořeným sportovním zázemím, které také podporuje seniory v jejich aktivitě a může navazovat na jejich dřívější koníčky. Domovy mohou disponovat vybudovaným prostorem na hraní kuželek, dráhou na pétanque, více či méně vybavenou tělocvičnou nebo rehabilitační, pingpongovým stolem a dalšími sportovními aktivitami.

Neméně důležité jsou také další prostory v domově. Jedná se o prostory, které nabízí zázemí pro různé kroužky a terapie, které se v domovech konají. Může se tak jednat o společenskou místnost, o dílnu ergoterapie, o různé klubovny, ve kterých se mohou konat akce s menší účastí klientů, o soukromou kapli, ve které se konají pravidelné náboženské aktivity apod.

### **5.3 Lidé, kteří pracují se seniory**

V domovech pro seniory působí několik skupin pracovníků, kteří mají za úkol nejen péči, ale i podporu klienta, jako uživatele služeb. V sociálních službách působí dva okruhy pracovníků. Jednak jsou to pracovníci, kteří vykonávají odbornou činnost, ale také dobrovolníci, jejichž působení upravuje zvláštní předpis.

#### **5.3.1 Pracovníci, kteří vykonávají odbornou činnost, jsou:**

- Sociální pracovníci
- Pracovníci v sociálních službách
- Zdravotničtí pracovníci
- Pedagogičtí pracovníci
- Manželští a rodinní poradci a další odborní pracovníci

V souvislosti s aktivizací klientů, se zaměříme pouze na pracovníka v sociálních službách. Povinnosti tohoto pracovníka definuje přímo Zákon č.106/2008 Sb., o sociálních službách v §116. Jedná se zejména o tyto činnosti:

- přímou obslužnou péči o osoby v ambulantních nebo pobytových zařízeních sociálních služeb spočívající v nácviku jednoduchých denních činností, pomoci při osobní hygieně a oblékání, manipulaci s přístroji, pomůckami, prádlem, udržování čisto-

ty a osobní hygieny, podporu soběstačnosti, posilování životní aktivizace, vytváření základních sociálních a společenských kontaktů a uspokojování psychosociálních potřeb

- základní výchovnou nepedagogickou činnost spočívající v prohlubování a upevnování základních hygienických a společenských návyků, působení na vytváření a rozvíjení pracovních návyků, manuální zručnosti a pracovní aktivity, provádění volnočasových aktivit zaměřených na rozvíjení osobnosti, zájmů, znalostí a tvořivých schopností formou výtvarné, hudební a pohybové výchovy, zabezpečování zájmové a kulturní činnosti
- pečovatelskou činnost v domácnosti osoby spočívající ve vykonávání prací spojených s přímým stykem s osobami s fyzickými a psychickými obtížemi, komplexní péči o jejich domácnost, zajišťování sociální pomoci, provádění sociálních depistáží pod vedením sociálního pracovníka, poskytování pomoci při vytváření sociálních a společenských kontaktů a psychické aktivizaci, organizační zabezpečování a komplexní koordinování pečovatelské činnosti a provádění osobní asistence,
- pod dohledem sociálního pracovníka činnosti při základním sociálním poradenství, depistážní činnosti, výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti, činnosti při zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, činnosti při poskytování pomoci při uplatňování práv a oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Podmínkami pro výkon činnosti pracovníka v sociálních službách je způsobilost k právním úkonům, bezúhonnost, zdravotní a odborná způsobilost. Požadavkem odborné způsobilosti je minimálně ukončené základní vzdělání a absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu. Zákon dále stanoví, u kterých osob se absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu nevyžaduje.

Pracovník v sociálních službách má zákonnou povinnost dalšího průběžného vzdělávání v minimálním rozsahu 24 hodin ročně, kterou mu zabezpečuje zaměstnavatel. Tímto vzděláváním si tak pracovník obnovuje, doplňuje a prohlubuje svoji kvalifikaci.

Tito pracovníci mohou být děleni dle katalogů prací, zpravidla v závislosti na jejich vzdělání. Obvykle v domovech pro seniory působí v aktivizační oblasti pracovníci sociální péče ve výchovné činnosti a instruktoři sociální péče. Odborné terapie provádí vyškolení terape-



uti, jako je ergoterapeut, arteterapeut apod., ti však jsou dle katalogu prací řazeni mezi zdravotnické pracovníky.

Vedle zákonných požadavků, které jsou na tyto pracovníky kladeny, musí tito pracovníci disponovat obecnými předpoklady a dovednostmi.

U pracovníka se předpokládá nejen dobrá fyzická kondice, ale také dobrá inteligence. Pracovník cítí potřebu a chuť se nadále vzdělávat, čte odbornou literaturu a tím obohacuje své znalosti.

Jak uvádí Matoušek (2003), klient nevnímá pracovníka jen po stránce fyzického vzhledu, ale také sleduje určitou názorovou a myšlenkovou příbuznost. Pracovník se tak může stát pro klienta přitažlivým pro svůj styl jednání, profesionalitu a odbornost.

K důvěryhodnosti pracovníka přispívá mlčenlivost, kdy si klient může být jistý tím, že co pracovníkovi sdělí, bude důvěrné. Pravidlem by mělo být, aby byl pracovník spolehlivý, podával klientovi pravdivé informace, aby byl schopen klientovi porozumět.

Komunikace, je základním stavebním kamenem práce s klientem. Pracovník by měl ovládat nejen verbální, ale také neverbální složku komunikace. Pracovník pomáhající profesi by však měl jít dál, než zvládnout jen „pouhé umění komunikace“. Zejména při práci se seniory je nezbytné, aby byl pracovník schopen analyzovat klientovy prožitky, aby uměl naslouchat, aby byl schopen sledovat veškeré projevy klienta. Vcítit se do uvažování a pocitů klienta by měla být pro pracovníka přirozená schopnost, neboť empatie je spolu s opravdovostí a vřelostí jednou z nejdůležitějších podmínek při práci s klientem. Pracovník by měl umět komunikovat s různými druhy klientů, se kterými se při své práci setkává. U seniorů jde například o to, znát specifika komunikace osob s demencí apod.

### 5.3.2 Dobrovolníci

V sociálních službách se dnes setkáváme i s množstvím dobrovolníků, Jsou to lidé, kteří ve svém volném čase a nad rámec svých každodenních povinností využívají svých znalostí a zkušeností k prospěchu ostatním.

Působením dobrovolníků v organizaci předchází řada příprav. Poté, co zařízení dospěje k rozhodnutí spolupracovat s dobrovolníky, je nutná příprava pracovníků zařízení. Ta probíhá formou komunikačních schůzek, kdy je třeba pracovníky informovat o přínosech dobrovolnické práce. Je třeba určit koordinátora dobrovolníků, který bude mít na starosti jejich řízení, hodnocení a bude pro ně jakousi kontaktní osobou.

Dalším důležitým krokem je získávání dobrovolníků, jejich výběr a výcvik pro práci v organizaci. Neméně důležité je i seznámení klientů s dobrovolníky, vysvětlení kladů, které přináší jejich práce. Dobrovolníci přináší sami návrhy pomoci v jednotlivých oblastech, případně jsou jim vybrány vhodné činnosti, při kterých mohou být v zařízení nápomocni (Tošnerová, 2009).

Velký prostor pro využití dobrovolníků je oblast volného času seniorů. Dobrovolníci mohou organizovat různé besedy se seniory, vést kroužky ručních prací, cvičení paměti, organizačně zajišťovat kulturní akce, případně připravit taneční či hudební vystoupení. Mohou se věnovat duchovní činnosti, zajišťovat klientům drobné nákupy, pomoci jim při psaní dopisů, hraní společenských her, práci na počítači a s internetem. Klientům se tedy mohou věnovat skupinově i individuálně. Někteří mohou upřednostňovat povídání se seniorem, předčítání literatury, doprovodu seniora při procházce, či vzít imobilního seniora na vozíku ven do přírody. Dále mohou zajišťovat třeba doprovod k odbornému lékaři. Možností je mnoho. Dobrovolníky může napadnout mnoho nových myšlenek, jak trávit čas se seniorem, jak ho povzbudit a vést k aktivitě. Dobrovolník se tak stává pro seniora dalším pojítkem s okolním světem.

Důležité však je, aby si zařízení i jednotliví pracovníci uvědomovali, že dobrovolník v žádném případě nenahrazuje práci zaměstnanců profesionálů, kteří pracují v zařízení.

Senior potřebuje a očekává zájem druhého člověka. Chce, aby někdo naslouchal jeho životnímu příběhu. Znalost a pochopení jeho osobního příběhu pomáhá pracovníkům objevit způsob komunikace a tím navázat spolupráci se seniorem.

*„Je velké umění profesionálů podporovat hledání potřeb a přání u těch seniorů, kteří sami nevědí a již si nevěří, a hledat příčiny jejich chování, proč nechtějí. Celková péče musí vycházet nejenom z hodnocení tělesných změn, ale i z chápání člověka jako celistvé bytosti,*

*kde vše souvisí se vším, kde nezapomínáme hodnotit změny prožívání, změny sociálních rolí a životních perspektiv. Abychom dokázali získat nemocného člověka pro nějakou aktivitu, potřebujeme mít znalost o struktuře programování jeho dosavadního života a mít schopnost vytvořit empatický vztah – to znamená naladit se na prožívání seniora, nekritizovat a neodsuzovat“ (Kleveltová, Dlabalová, 2008, s.44).*

## **5.4 Motivace klienta**

Důležitou hnací silou a podstatou zapojení seniora do jakékoliv pro něj přínosné činnosti je motivace. Autorky Kleveltová a Dlabajová (2008) označují motivaci za hybnou páku lidského chování, která nás nutí uspokojovat své vlastní potřeby. Uvádí tři klíče k motivaci klientů: touha dosáhnout cíle, důvěra ve vlastní schopnosti a vlastní představu dosažené změny. Důležité je především umět povzbudit seniora ve správném postoji, společně hledat a plánovat aktivity, které povedou k dosažení soběstačnosti a posílení sebedůvěry ve vlastní možnosti a vlastní potenciál. Zde se ukazuje jako stěžejní práce pracovníka, zejména jeho opravdový, upřímný a osobní přístup ke každému klientovi.

## 6 AKTIVIZAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ČINNOSTI V DOMOVECH PRO SENIORY

Nabídky využití volného času v domovech pro seniory musí být přizpůsobeny seniorům. K tomu, aby byly tyto nabídky aktivizačních činností pro seniory vhodné, je třeba znát složení klientů. Je třeba zohledňovat různé faktory, které jsou důležité a ovlivňují klienty. Záleží nejen na věkové skladbě, ale také na zájmu seniorů, zmapování jejich dřívějších koníčků a zájmů, jejich dřívějších zvyklostech a v neposlední řadě také na jejich aktuálním fyzickém a psychickém zdravotním stavu. Jiné aktivity budou pracovníci nabízet klientům mobilním, jiné klientům imobilním. Nabídka aktivit a zvolených technik se bude také lišit například u klientů s psychiatrickým onemocněním, nebo tělesným postižením.

### 6.1 Terapie

V současnosti se v institucích i mimo ně využívá velké množství aktivizačních terapií a relaxačních metod.

*„Terapeutické přístupy lze obecně vymezit jako takové způsoby odborného a cíleného jednání člověka s člověkem, jež směřují od odstranění či zmírnění nežádoucích potíží, nebo odstranění jejich příčin, k jisté prospěšné změně (např. v prožívání, chování, fyzickém výkonu)“ (Müller, 2007, s.13).*

Ne všechny terapie jsou používány při práci se seniory, avšak pracovník si z nich může vybrat určité pozitivní součásti a aplikovat je v nějaké obměně.

Vzhledem k různosti používaných terapeutických prostředků se terapie dle Müllera (2007) třídí do těchto základních skupin:

- Terapie hrou
- Činnostní a pracovní terapie
- Psychomotorické terapie
- Expresivní terapie
- Terapie s účastí zvířete

### 6.1.1 Terapie hrou

Terapie hrou spočívá v aplikaci prostředků hry s cílem pomoci lidem ať už ve změně chování, osobnostní struktury, emocí a myšlení tak, aby tato změna byla společensky i individuálně přijatelná. Tak jako každou terapii provádí vyškolený odborník, tak i zde můžeme hovořit o odborníkovi - herním specialistovi.

### 6.1.2 Činnostní a pracovní terapie.

Při této terapii se klade důraz na manipulaci s materiálním okolím. Přestože se jedná o dvě terapie, vzájemně se tyto terapie překrývají. Významnějším rozdílem těchto terapií může být to, že pracovní terapie, často nazývaná jako ergoterapie, má směřovat ke konkrétnímu výsledku či výrobku. Při těchto terapiích pracují klienti s konkrétními surovinami a materiály, manipulují s určitými předměty. V případě rukodělných činností se může jednat o práci se dřevem, kovem, textilem, keramickou hlinou, s papírem a jinými přírodními materiály. Druhou oblastí může být praktický výcvik činností, které mapují oblast běžného života, jako péči o domácnost, práci na zahrádce apod.

#### 6.1.2.1 Ergoterapie

Hlavní myšlenkou ergoterapie, je nabídka aktivní pomoci lidem bez rozdílu věku, kteří mají psychické, intelektové či fyzické postižení. Řadí se mezi zdravotnické disciplíny, které využívají specifické diagnostické a následně léčebné postupy a metody. Použití těchto metod přispívá k zachování či zlepšení soběstačnosti, pracovních činností a aktivit volného času. Cílem by mělo být zlepšení kvality života těchto osob. Ergoterapie používá aktivitu jako léčebný prostředek. Důležité pro zvolení aktivity je, aby měla smysl, byla náročná do té míry, aby ji klient zvládl dokončit a aby ho bavila. Ergoterapie se zaměřuje na čtyři oblasti: je cílená na postiženou oblast, zaměřuje se na výchovu soběstačnosti, předpracovní rehabilitaci a poslední oblastí je naplnění volného času. Podle zaměření na určitou oblast volí ergoterapeut takové prostředky a činnosti, které by nejvíce odpovídaly potřebám jednotlivce. V zařízeních pro seniory se soustřeďuje práce ergoterapeuta především na zvyšování psychické a fyzické kondice seniorů a jejich celkovou aktivizaci. Soustředí se na kvalitu života, s důrazem na udržení samostatnosti, vhodnými technikami aktivizuje organismus po stránce psychické i fyzické. Ergoterapeut pomáhá seniorovi zachovávat pově-

domí o jeho osobě, věnuje se tréninku kognitivních funkcí, práci v dílnách, podněcuje a prohlubuje zájem seniora o současné dění i o sebe sama.

### **6.1.3 Psychomotorické terapie**

Tato terapie si klade za cíl ovlivnění člověka především pomocí rozvoje psychomotoriky. Psychomotoriku, postavenou na specifických pohybových nebo tělesně stimulujících metodách, chápe jako základní kámen v podpoře vedoucí k pozitivní změně. Mezi nejznámější techniky spadající do psychomotorické terapie, řadíme pohybové hry, improvizaci s pohybem, tanec, relaxaci i pantomimu.

#### **6.1.3.1 Taneční terapie**

Při této terapii jde především o rozvoj psychomotorické koordinace a rytmického a hudebního citění. Skrze pohyb prohlubuje sebepoznání a tělesné sebepojetí. Rozšiřuje sociální kontakty a zasahuje do emocí každého jednotlivce. Díky tanečním pohybům se probouzejí, nebo vyjadřují skryté emoce. Používá se jak skupinově, tak individuálně, dá se provádět i s handicapovanými klienty, kteří jsou připoutaní k invalidnímu vozíku.

### **6.1.4 Expresivní terapie**

Pojem exprese je v této terapii vnímána jako určitý druh lidské aktivity, jejímž prostřednictvím může člověk vyjádřit své vnitřní pocity a nálady. Probíhá na nejrůznějších úrovních, od málo uvědomovaných výrazů s emocionálním podtextem, až po osobitou uměleckou tvorbu. Zahrnuje širokou škálu použití uměleckých prostředků v závislosti na jednotlivých druzích umění. Může se tak jednat od výtvarného umění, přes literární, hudební až po dramatické. Podle zvoleného druhu umění rozlišujeme terapie na arteterapii, biblioterapii, muzikoterapii, dramaterapii, teatroterapii a psychodrama.

#### **6.1.4.1 Arteterapie**

Arteterapie, jako terapie výtvarně zaměřená, je nejvíce používanou expresivní terapií. Za hlavní komunikační prostředek této terapie bývá označovaná kresba, dále je to mal-

ba a koláž. Díky tomuto výtvarnému umění mohou být přirozeně odhalovány skryté psychické stavy, nálady a vnitřní pocity. Nejen z těchto důvodů je kresba významným diagnostickým prostředkem. Ve výtvarné terapii se používá několik metod. První metodou je volný výtvarný projev, jehož hlavním prvkem je spontaneita. V případě, kdy je třeba zaměřit se na konkrétní konfliktní téma, užívá se tematického výtvarného projevu. Ve spojitosti s hudbou mluvíme buď o muzikomalbě, kdy se ztvárňuje hudba, nebo o asociativním výtvarném projevu, kdy prostřednictvím hudby ztvárňují asociace, které hudba vyvolává. Předposlední metodou jsou skupinové výtvarné činnosti, které rozvíjejí sociální vztahy prostřednictvím sociální dynamiky. Poslední metodou, kdy terapeut přímo intervenuje do výtvarné činnosti klienta, se nazývá řízený výtvarný projev. Důležitou úlohu hrají v arteterapii zvolené materiály, se kterými klient pracuje. Materiály, které využívá tato výtvarná terapie, se dělí na křehké, zde se jedná zejména o sklo, tvrdé, jako dřevo, kámen, pastelky a měkké. Měkké materiály se dále dělí na dvojdimenzionální, zejména vodové, temperové, prstové a olejové barvy a pastel a trojdimenzionální materiály, jako hlína, písek, plastelína a modurit.

Arteterapie jako léčebná metoda posiluje vlastní hodnotu, stimuluje kreativitu, posiluje vitalitu, flexibilitu, rozvíjí jemnou motoriku atd. Tím vším přispívá k posilování vlastní důstojnosti.

#### **6.1.4.2 Biblioterapie, Poetoterapie**

Centrem biblioterapie je jednak vlastní čtení a předčítání již vytvořeného textu, nebo tvorba nového literárního textu, či dokončování textu rozepsaného. Klienti této terapie se tak mohou účastnit pasivně, pouze poslechem, nebo naopak aktivně, kdy se sami zapojí do tvorby literárních děl.

K biblioterapii má blízký vztah především poetoterapie, která využívá poezii k pozitivnímu ovlivnění prožívání člověka. Zlepšuje tak nebo upravuje především psychosomatické nebo sociálně narušené osobnostní složky jedince. Obě tyto terapie lze provádět individuálně i skupinově. Někteří autoři považují poetoterapii za součást biblioterapie, jiní ji vyčleňují. Hlavním rozdílem je, že u biblioterapie pracuje terapeut s prózou, kdežto u poetoterapie s básní. V případě, kdy je mluvené slovo doprovázeno hudbou nebo pohybem, mluvíme o poeziterapii.

### **6.1.4.3 Muzikoterapie**

Jak již napovídá název muzikoterapie, jedná se o využití hudby, melodie, rytmu, tempa, dynamiky, zvukové barvy a dalších prvků vztahujících se k hudebnímu umění. Hudba vždy působila na člověka a na jeho psychiku a emoce bezprostředně a intenzivně, vždy byla nositelem významů, které nemohly být jasně sdělitelné. Hudba, jako terapie, byla využívána již od pradávna, například při rituálech. Muzikoterapie se nevztahuje pouze na vnímání hudby. Jednou složkou je poslech hudby, ať už se jedná o živou či reprodukovanou hudbu. Druhou složku tvoří vyvíjení hudební aktivity, která se soustředí se na projev vokální nebo instrumentální. Tato složka bývá označována jako aktivní muzikoterapie, mezi její prostředky se řadí práce s lidským tělem, používají se především dechové techniky, práce s hlasem, včetně experimentů se zvukovými možnostmi hlasu a hrou na hudební nástroj. Muzikoterapii můžeme dělit podle počtu zúčastněných klientů a to buď na individuální, nebo skupinovou.

Vliv muzikoterapie na člověka je prokázán v mnoha oblastech. Jedná se o rozvoj a zlepšení v oblastech vnímání a pozornosti, motoriky a senzomotoriky, v emoční oblasti, v oblasti sociální interakce s druhými lidmi, chování a komunikace, ale také v pomoci při učení, v relaxačních dovednostech i oblasti volnočasových aktivit.

V dnešní době není muzikoterapie chápána pouze jako specifická forma psychoterapie, ale také jako součást léčebného či rehabilitačního procesu a psychohygieny.

### **6.1.4.4 Dramaterapie**

Využití dramaterapie zahrnuje rozličnou škálu klientů. Nejedná se o metodu zaměřenou pouze na reálná psychická traumata jednotlivých klientů, ale může se využít u klientů s rozličnými diagnózami. Ať se jedná o skupinu jedinců s mentálním postižením, autisty, jedince s psychotickými poruchami až po gerontologické klienty. Zaměřuje se spíše na symptomy a doléčování. Cílem je vyhledávání alternativních zdrojů, které mohou pomoci při překonávání problémů. Nejvyužívanější metodou je skupinová práce, při které se využívá mnoha technik. Mezi nejvíce využívané se řadí živé obrazy, videozáznamy, zvukové obrazy, kostýmy a rekvizity, masky, rituály, simulace, alter ego (využití dvojníka, který vyjadřuje vnitřní svět postavy) ad.



#### **6.1.4.5 Teatroterapie**

Jedná se o vytvoření terapeutické komunity, která se svou prací stává specifickou divadelní společností. Na rozdíl od expresivních terapií, kdy nás především zajímá spíše léčebný postup, než konečný výstup, se může zdát, že teatroterapie je orientovaná především na konečný výsledek, čímž je interpretace představení před diváky. Cílem není však pouze prezentovat tuto formu umění, ale pro celý amatérský divadelní tým, kam patří nejen herci, ale i scénáristi, hudebníci, zvukaři, švadleny, kulisáci a další, se díky této práci, dostává všem účinné léčebné terapie. Nejen co se týče činností, ale i rozmanitých sociálních interakcí. Celý tým musí vzájemně spolupracovat, řešit nové úkoly, nacházet a zapojovat svoji fantazii a kreativitu. Dalšími pozitivními prvky, které přináší teatroterapie těmto jakkoli znevýhodněným jedincům, jsou snížení společenské izolace, pocit seberealizace a dosažení úspěchu.

#### **6.1.4.6 Psychodrama**

Za zakladatele psychodrama bývá považován J.L. Moreno. Tato metoda se využívá převážně v psychiatrických institucích, kde se jedná o řízenou dramatickou improvizaci vedenou terapeutem. V terapeutické skupině se vytváří model konkrétní životní reality, která pomáhá klientovi pochopit svou vlastní situaci, jeho postoje, přání, ale i vnitřní konflikty. To vše za přispění terapeuta jako režiséra dané situace a dalších členů terapeutické skupiny, kteří se snaží pomoci klientovi najít určité optimální východisko v dané situaci.

#### **6.1.5 Terapie s účastí zvířete**

Hlavním terapeutickým prostředkem v této terapii, jinak nazývané jako zooterapie či animoterapie, je jakékoliv společenské zvíře. Nejčastěji využívaná zvířata jsou v praxi psi a koně. Dnes se již využívá i řada dalších zvířat, jako kočky, papoušci, myši, morčata a jiná zvířata, která se dají ochočit. Posloužit pro terapeutické účely mohou také želvy a rybičky, které slouží většinou k pozorování a mají zklidňující účinky na psychiku člověka.

Tato terapii zaujímá vyjímečné postavení, zejména pro příznivé působení na člověka jiným živým tvorem. Zvířata napomáhají k uspokojování potřeby bezpečí a jistoty, rozvíjí sociální komunikaci a přispívají k jistému stupni samostatnosti. Terapie pomocí zvířete se pou-

žívá pro svoji schopnost vyvolání silných emocí, které mohou napomoci komunikaci s uzavřenými klienty. Ti se tak učí vyjadřovat emoce, rozvíjí fantazii, díky interakci se zvířetem je posilováno jejich sebehodnocení. Nezbytnou podmínkou při jakékoli terapii s účastí zvířete, je vhodně zvolené zvíře, které absolvuje výcvik, který vede zkušený cvičitel. Na výběru plemene se důsledně netrvá, rozhodujícími znaky jsou vlastnosti samotného zvířete.

V domovech pro seniory bývá často využívána canisterapie. Tato terapie vychází ze známého předpokladu: pes je nejlepším přítelem člověka. Chování psa v domácnosti je možno označit za canisterapii v širším slova smyslu. V užším pojetí vnímáme canisterapii jako terapii, která pomáhá ve vzájemném kontaktu mezi terapeutem a klientem prostřednictvím psa. Ten je výrazným motivačním činitelem různých vzájemných interakcí i katalyzátorem stresu. Při canisterapii rozlišujeme, zda jde o terapii za účasti psa, nebo zda se jedná o terapii pomocí psa. Terapií za účasti psa rozumíme spontánní aktivitu v přítomnosti psa. Klient si hraje se psem, mazlí se s ním, může ho krmit, stará se o něj. Při terapii pomocí psa se jedná o záměrnou a cílenou intervenci, kterou garantuje vyškolený profesionál. Sleduje již stanovené cíle, za předchozí diagnostiky, které objektivně pozoruje, měří a průběžně evaluuje. U imobilních klientů se preferuje individuální forma canisterapie.

## 6.2 Jiné aktivizační metody užívané v domovech pro seniory

V dnešní době se mimo těchto odborných terapií provádí také řada dalších aktivizačních metod, které jsou vhodné pro seniory. Jejich praktikování se zakládá spíše na možnostech domova, než na praxi odborníků.

Všechny tyto aktivizační metody pomáhají seniorům udržovat životní vitalitu, jejich soběstačnost, ať už je zachovaná v jakékoli míře, a tím přispívají k pozitivnímu náhledu na sebe sama.

Mezi aktivizační metody, používané v domovech pro seniory, můžeme zařadit například reminiscenci, bazální stimulaci, aromaterapii, hry zaměřené na cvičení paměti a sportovně laděné aktivity.

### 6.2.1 Reminiscence

Je technika řízeného a záměrného vyvolávání a vedení vzpomínek klienta. Jak uvádí Müller (2007) je reminiscenční metoda vhodná u klientů, kteří mají zachované některé kognitivní funkce. Doporučuje se provádět nejen u klientů s demencí, ale také u klientů nesoběstačných a dlouhodobě ležících. Tato technika podporuje vybavení a rozvoj vzpomínek u klientů, kteří jsou schopni si částečně vybavit svoji minulost a své dřívější zážitky. Klient tak vzpomíná na všechny pro něj, životně důležité události, jako jsou rodinný život, manželství, výchova dětí, na své přátele, práci, své zájmy apod. Prostředky, které jsou vhodné při užití reminiscenční terapie, jsou zejména alba, staré fotografie, osobní vzpomínkové předměty klienta, staré časopisy i symbolika významných svátků jako jsou vánoce či velikonoce.

### 6.2.2 Bazální stimulace

Jedná se o vědecký pedagogicko-ošetrovatelský koncept, který podporuje lidské vnímání, pohybové schopnosti a komunikaci. Okolní svět i sebe sama vnímá jednatel pomocí smyslů. Těm je třeba dávat různé podněty z různých oblastí. Podněty mohou být somatické (tělesné), vibrační, čichové, chuťové, hmatové, sluchové, zrakové a další. Významným prostředkem užívaným při bazální stimulaci je dotek. Cílem je podpora zachovalých schopností, ať už pohybových nebo komunikačních. Předpokladem je práce s autobiografií klienta a začlenění příbuzných do procesu bazální stimulace (Müller, 2007).

V domovech pro seniory se tato technika doporučuje užívat u klientů s různým akutním a chronickým onemocněním, po úrazech mozku nebo u dementních klientů. Tuto techniku by měli provádět vyškolení pracovníci, kteří absolvovali akreditovaný kurz Bazální stimulace.

### 6.2.3 Aromaterapie

Aromaterapie využívá účinků esenciálních neboli éterických olejů. Tyto oleje se získávají ze silic rostlin, jsou tedy přírodního původu. Aromaterapie je terapií univerzální, používané esenciální oleje můžeme používat několika způsoby. Jejich využití je možné buď přímým fyzickým působením oleje podle jeho účinku přímo na kůži, nebo vdechováním výparů z esenciálních olejů. Další způsoby použití olejů jsou skrze odpařovače, zvlhčovače vzduchu, koupele, vonné svíčky a tyčinky. Všechny tyto způsoby aplikace mají pozitivní vliv na psychiku člověka, některé zklidňují, pomáhají při nespavosti, depresi, jiné podporují koncentraci, další mohou povzbudit k aktivitě.

### 6.2.4 Cvičení paměti

S přibývajícím věkem dochází k poklesu výkonnosti mozkové činnosti. Úbytku těchto duševních schopností je možné se bránit a to především trénováním mozku pomocí duševních cvičení. Aktivní posilování paměti by mělo být automatické nejen v seniorském věku. Cvičení paměti může mít řadu forem, jakým způsobem nedovolit mozku stárnout. Některé mohou klienti dělat skupinově, jiné individuálně. Trénování mozku se zaměřuje nejen na paměť, ale také na zlepšení pozornosti, na rychlost úsudku, efektivní zpracování informací a schopnost učit se. Klienti si mohou sami trénovat paměť například tím, že se zajímají o dění kolem sebe, čtou knihy, časopisy, luští křížovky. Trénovat mozek lze i pomocí psaní dopisů. Při skupinových aktivitách, které by měly mít zábavnou formu, se cvičení zaměřují na posílení krátkodobé i dlouhodobé paměti. Klienti se v těchto cvičeních mohou učit určitým technikám pro lepší zapamatování informací, které mohou využívat v každodenním životě.

Cílem skupinového procvičování paměti není pouze v samotném cvičení mozku, ale i ve společném setkání klientů, které má také pozitivní vliv. Samotná cvičení by měla být koncipována tak, aby zapojovala všechny smysly. Při cvičení paměti se používají jednoduché pomůcky, jako obrázky, rébusy, tužka a papír, hrací kostky, může se poznávat koření, drobné předměty a další. V dnešní době existuje řada publikací a seminářů, které se zabývají procvičováním paměti, mnohdy také záleží na vynalézavosti a tvořivosti pracovníků i klientů (Bragdon, Gamon, 2002).

### 6.2.5 Sportovní aktivity

Pohyb je důležitý v každém věku a měl by být jeho přirozenou součástí. Samozřejmě, že ve stáří budou hrát roli faktory, které ovlivňují výdrž i výkon jedince. Je brán ohled zejména na jeho fyzické schopnosti a zdravotní stav. Přesto je pohyb pro starší organismus životně důležitý. Pravidelný pohyb a cvičení přispívají k zvýšení pocitu sebevědomí, jsou účinnou prevencí onemocnění a zpomalují proces stárnutí.. Senioři se snadněji pohybují, mají lepší koordinaci pohybů, jsou zdravější a vitálnější. Cítí se nejen fyzicky, ale i duševně lépe.

Domovy pro seniory by neměli zanedbávat význam této oblasti. Pohyb a sportovní aktivity by měly být seniorům umožňovány a přizpůsobovány jejich zdravotnímu stavu. Při nabídce aktivizačních činností by měli pracovníci pravidelně zařazovat pohybové cvičení. Ty mohou mít různé podoby. Může se jednat o pravidelná týdenní cvičení, každodenní ranní rozcvičky, jejíž součástí mohou být dechová cvičení v podobě zpívání písniček. Sportovní aktivity mohou být provozovány zábavnou formou, jako např. hraní kuželek, hraní míčových her jako je košíková, pin-pong, zahradničení, ale i obyčejná procházka je forma aktivního pohybu.

Při provádění sportovních aktivit je důležité nejen seniory motivovat, ale také nacházet nové, tvořivé a zábavné formy cvičení tak, aby se zapojoval co největší počet seniorů s různým typem soběstačnosti.

Mezi aktivizační metody můžeme částečně zařadit také řadu relaxačních technik, které mají příznivý vliv na celkový organismus, psychiku i emoce seniora. Všechny tyto techniky vedou k částečné, nebo celkové aktivizaci klienta a jsou používány v závislosti na jeho zdravotním stavu a schopnostech. Mezi neznámější a nejpoužívanější patří dechová cvičení, jóga, jóga prstů, techniky koncentrace, masáže apod.

*„Všechny profesní skupiny se musí podílet na plánu péče, který je vypracován na každého jednotlivce. Terapeuticko-zábavné činnosti se zaměřují především na silné stránky jedince,*

*které se snaží podporovat a využívat. Snižují úzkost, depresi a frustraci ze zdravotních či sociálních situací, ve kterých se starý člověk nachází“ (Rheinwaldová, 1999, s.13).*

Provádění těchto aktivit je závislé na tvořivosti stávajících pracovníků či dobrovolníků a jejich škála vychází zejména z potřeb seniorů. Velmi důležité je pro seniory mít možnost spolurozhodovat o programech a tím se na realizaci aktivně podílet. Nabídka by měla být dostatečně pestrá, všestranně zaměřená a smysluplná. Důležité však není pouze aktivity pro seniory plánovat a uskutečňovat, ale také vyhodnocovat a získávat zpětnou vazbu ze strany seniorů.

### **6.3 Rizika a následky u seniorů, při neprovádění aktivizačních a relaxačních technik**

Jak již bylo uvedeno, každá technika a terapie má svůj pozitivní vliv na zdraví a psychickou pohodu jednotlivce. Senioři, kteří neprovádí žádnou aktivizační a relaxační techniku, bývají zpravidla více ohroženi, prohlubuje se o nich nesoběstačnost a tím se výrazně ovlivňuje rychlost procesu stárnutí.

Po fyzické stránce se zhoršuje především jemná motorika, pohybová koncentrace a tím klesá výkonnost svalů. Soběstačnost seniora, který nemá aktivizační podněty, stagnuje a následně klesá.

Z psychického hlediska se zvyšuje apatie a pasivita klienta, ztrácí zájem o své okolí i o sebe, ztrácí zájem o komunikaci. Zhoršuje se paměť, snižuje se pozornost, klesá rychlost i výkonnost myšlení. Snižuje se touha celkově uspokojovat své potřeby. Klient setrvává spíše v negativních psychických stavech, zaobírá se samými problémy a nemá žádnou aktivitu, která by ho rozptýlila a přivedla ho na jiné myšlenky. Tento negativní přístup by mohl vést i ke zhoršování jeho případných nemocí.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 7 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

### 7.1 Cíl výzkumu

Volný čas je nedílnou a poměrně velkou částí dne seniora, zejména pokud je v nějaké instituci. Již od útlého věku si každý nějakým způsobem organizoval a vyplňoval volný čas. Tyto návyky si postupně každý člověk během života rozvíjí. Záleží nejen na využití volného času, ale také zorganizování povinností a času tak, aby se každý mohl věnovat tomu, co ho baví.

Se vstupem do důchodu se zvětšuje i prostor pro volný čas. Každý, kdo předtím chodil do práce, má najednou větší prostor pro své zájmy, které pokud si pěstoval, může zúročit v tomto důchodovém věku. Se vstupem seniora do domova pro seniory přichází další nová změna. Domov jako instituce nabízí seniorovi spoustu kulturního a společenského vyžití. Nabídka aktivizační činnosti vyplývá, pro instituce typu domov pro seniory, přímo jako zákonná povinnost. Využití volného času přispívá ke zkvalitnění života seniora. Měla by zachovávat a podporovat ho v jeho dosavadních zájmech.

#### **Cíl výzkumu jsem stanovila následovně:**

Zmapování trávení volného času seniorů v Domově pro seniory Lukov z pohledu samotných seniorů, zaměstnanců, kteří připravují a provádějí programy pro seniory, i z pohledu příbuzných a známých seniorů.

Úkolem je zjistit nejen podíl volného času, ale zejména možnosti, jaké má senior při jeho využití. Zajímavé bude i porovnání trávení volného času seniora doma a trávení volného času v domově pro seniory. Závěrem by mělo být určité srovnání ve vnímání volného času seniorů jednotlivými skupinami dotazovaných.

Hlavním hlediskem v trávení volného času seniorů budou pro tento výzkum názory nejen samotných seniorů, ale i zaměstnanců, příbuzných a známých seniorů.

Vedení domova pro seniory umožnilo provést tento výzkum, vést rozhovory se seniory, jako uživateli služby i se zaměstnanci. Za pomoci dotazníku byly získány odpovědi těch, kteří jsou zpravidla seniorům nejbližší – rodinní příslušníci a známí seniorů.



Výsledky výzkumu poslouží Domovu pro seniory Lukov, jako zpětná vazba pro zřizovatele, vedení domova a pro zaměstnance, kteří se seniory pracují a připravují pro ně aktivity. Konkrétně se jedná o pracovníky ve výchovné péči a sociální pracovníky, kteří si uvědomují důležitost smysluplného trávení volného času. Výsledky výzkumného šetření by mohly dále vést ke zkvalitnění poskytovaných služeb v aktivizační oblasti.

## 7.2 Vymezení výzkumného problému

Výzkum začíná stanovením výzkumného problému, který výzkumník přesně zformuluje a stanoví si, co chce zkoumat. Od tohoto základu se odvíjí další výzkumné kroky, jako - koho chce výzkumník zkoumat, v jakých situacích, kdy, apod. (Gavora, 2000).

### **Výzkumný problém jsem vymezila následovně:**

Jaké aktivity nabízí Domov pro seniory Lukov svým uživatelům a jsou tyto aktivity vhodné z hlediska zachování jejich soběstačnosti a jejich potřeb?

### **Výzkumný problém jsem rozdělila do několika dílčích otázek:**

- a) Jak senior trávil volný čas v době, když byl doma, jaké měl zájmy
- b) Jaké měl senior představy o režimu a trávení volného času v domově pro seniory
- c) Jak senioři tráví volný čas v domově pro seniory
- d) Zmapování stávající situace v oblasti aktivizační činnosti
- e) Hodnocení akcí, které nabízí a koná domov pro seniory

## 7.3 Výzkumný vzorek

Pro tento výzkum byly zvoleny dvě metody získání informací a to metoda rozhovorů a dotazníku. Tyto metody byly zvoleny vzhledem ke třem různým skupinám respondentů.

V Domově pro seniory Lukov bylo požádáno o rozhovor třináct seniorů. Rozhovory byly vedeny s devíti ženami a jedním mužem, dva muži a jedna žena rozhovor odmítli.

Kritériem pro vedení rozhovorů byl mentální stav seniorů, kteří jsou orientovaní a schopni odpovědět seriózně a pravdivě na všechny uvedené otázky. Dalším kritériem byla doba pobytu v zařízení, která byla stanovena hranicí od jednoho do deseti let. Tato minimální hranice jednoho roku byla stanovena proto, aby měli senioři dostatečný prostor získat náhled a potřebné zkušenosti s pobytem v zařízení. Horní hranice deseti let vycházela z předpokladu, že senioři, kteří žijí v zařízení delší dobu, by si nemuseli přesně uvědomovat a vybavovat skutečnosti potřebné pro výzkum.

Vzhledem k tomu, že je třeba zaznamenat názory co nejrozmanitější skupiny seniorů, nebyla stanovena další kritéria pro výzkumný vzorek. Rozhovory byly vedeny se seniory, kteří bydlí na jednolůžkových, dvoulůžkových, třílůžkových i čtyřlůžkových pokojích. Stejný požadavek na rozmanitost byl využit i v oblasti mobility seniorů. Byli osloveni čtyři zcela mobilní senioři, čtyři senioři, kteří jsou mobilní pouze částečně a dvě seniorky byly zcela imobilní.

Dále byly osloveny všechny tři pracovnice, které mají v náplni práce organizovat, zajišťovat a provádět aktivizační programy pro seniory.

Ve výzkumném vzorku z řad příbuzných a známých uživatelů bylo získáno 46 dotazníků.

## 7.4 Typ výzkumného šetření

Vzhledem k výzkumnému problému a k výzkumnému vzorku tří typů respondentů byla zvolena kombinace kvalitativního a kvantitativního výzkumu.

Kvalitativním výzkumem bylo možno docílit podrobnějších informací od seniorů i zaměstnanců, které mapovaly nejen volný čas v domácím prostředí, ale také například vnímání seniorů při přechodu do zařízení. Možnost seniora svobodně se rozhodnout, jak využije svůj volný čas, čemu se bude věnovat. Názory seniorů dávají podnět k zamyšlení nad využitím volného času v seniorském věku a mohou také být podnětem pro lepší plánování aktivit pro seniory. Rovněž u otázek pokládaných zaměstnancům nám otevírají možnost zamyslet se a pochopit specifika práce se seniory, motivaci těchto zaměstnanců a návrhy na zlepšení z pozice pracovníka zařízení.

Kvantitativním typem výzkumu bylo docíleno oslovení většího počtu respondentů – v tomto případě z řad příbuzných a známých seniorů.

## 7.5 Metody výzkumu

Pro účely tohoto výzkumu byla použita metoda polostrukturovaného rozhovoru. Tato metoda byla použita zejména z důvodu možnosti vyjádření pocitů a přání seniorů, případně objasnění některých otázek tak, aby nebyly mylně vyloženy nebo špatně pochopeny. Respondentům byly pokládány základní otázky, které byly v průběhu rozhovoru upřesňovány, či doplňovány dalšími otázkami (Gavora, 2000). Tyto polostrukturované rozhovory probíhaly v délce od 20 – 40 minut.

Pro získání odpovědí z řad příbuzných a známých jsem použila metodu dotazníku. Jedná se o nejznámější metodu kvantitativního výzkumu, která umožňuje oslovení většího počtu respondentů. Dotazník je tvořen kombinací otevřených, polozavřených a uzavřených otázek (Punch, 2008).

## 7.6 Základní scénáře polostrukturovaných rozhovorů a dotazníku

### 7.6.1 Základní scénář polostrukturovaného rozhovoru pro uživatele

1. V době, kdy jste ještě bydlel/a doma, jak jste trávil/a den? Měl/a jste volný čas? A případně jakým jste se věnoval/a koníčkům.
2. Představovala jste si, jak bude probíhat, běžný den, v domově pro seniory? A představovala jste si tak režim dne, jak ho máte dnes?
3. Jak trávíte den v domově pro seniory v současnosti? Věnujete se nějaké zájmové činnosti, koníčku, kterému jste se věnovala dříve?
4. Myslíte si, že tady máte dostatek volného času?
5. Jste schopný/á naplnit si volný čas sám/sama, nebo Vám s tím musí někdo pomoci?
6. Myslíte si, že zde působí dostatečný počet pracovníků, dobrovolníků, kteří organizují akce v domově pro seniory?

7. Zúčastňujete se akcí, které se v domově pro seniory konají?
8. Co se Vám zde v domově z pořádaných akcí nejvíce líbí a proč?
9. Která z akcí, které se v domově konají, se Vám zdá nevhodná a proč?
10. A jaké akce zde, v domově pro seniory, v kulturním programu postrádáte?

### **7.6.2 Základní scénář polostrukturovaného rozhovoru pro pracovníky ve výchovné péči**

1. Máte nějakou představu, jak trávili svůj volný čas senioři, kteří bydlí zde, v domově pro seniory? Případně jakým koníčkům se doma věnovali?
2. Myslíte si, že se jejich představy blížily tomu, jak tráví volný čas dnes v domově?
3. Věnují se zde, v domově pro seniory, nějakým činnostem, koníčku, kterým se věnovali dříve, když byli doma? Navazujete nějakým způsobem na jejich předchozí koníčky?
4. Myslíte si, že v domově pro seniory, mají senioři dostatek volného času?
5. Myslíte si, že jsou senioři schopni naplnit svůj volný čas sami, nebo jim s ním musí někdo pomoci?
6. Myslíte si, že tady působí dostatečný počet pracovníků, včetně dobrovolníků, kteří připravují akce pro seniory?
7. Zapojují se senioři do akcí, které se v domově pro seniory, pořádají? A v případě, že ano, tak do jakých akcí se zapojují nejčastěji?
8. Co se Vám, jako pracovníkům, v domově z pořádaných akcí, které se tu konají, nejvíce líbí a proč?
9. Co se Vám, jako pracovníkům, na pořádaných akcích nelíbí a proč?
10. Co zde podle Vás v programu pro seniory chybí?
11. Co Vám přináší práce se seniory? Případně, kde se inspirujete při vytváření programů pro seniory?

### 7.6.3 Výzkumné otázky uvedené v dotazníku pro rodinné příslušníky a známé uživatelů Domova pro seniory Lukov

1. Myslíte si, že váš příbuzný (známý) vyplňuje svůj volný čas v domově stejným způsobem, jak ho vyplňoval doma?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nedovedu posoudit

2. Myslíte si, že se jeho představy před nástupem do domova blížily tomu, jak tráví volný čas v domově pro seniory v současnosti?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nedovedu posoudit

3. Věnuje se nějakým činnostem, koníčku, kterému se věnoval dříve?

- a) Ano. Uveďte jakému:
- b) Ne
- c) Nevím

4. Myslíte si, že zde mají senioři dostatek volného času?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nedovedu posoudit

5. Myslíte si, že jsou senioři schopni naplnit svůj volný čas sami, nebo jim s ním musí někdo pomoci?

- a) Ano, jsou schopni si ho naplnit sami
- b) Ne, musí jim s naplněním volného času někdo pomoci

c) Nedovedu posoudit

6. Myslíte si, že zde působí dostatečný počet pracovníků, kteří připravují kulturní a aktivizační program pro seniory?

a) Ano

b) Ne

c) Nedovedu posoudit

7. Zúčastňuje se váš příbuzný (známý) akcí, které se v domově pro seniory konají?

a) Ano. Uveďte jakých:

b) Ne

c) Nevím

8. Co se Vám, jako rodinným příslušníkům, v domově z akcí, které se zde konají, nejvíce líbí?

Uveďte:

9. Jaká akce, která se zde v domově pro seniory konala, se Vám nelíbila?

Uveďte:

10. Myslíte si, že je zde nějaký program pro seniory nadbytečný?

a) Ano. Uveďte jaký:

b) Ne

c) Nedovedu posoudit

11. Myslíte si, že váš příbuzný (známý) něco postrádá v nabídce realizovaných akcí zde, v domově pro seniory?

Uveďte:

## 7.7 Průběhy a zpracování rozhovorů

Rozhovory byly vedeny se seniory žijící v Domově pro seniory Lukov a pracovníky Domova pro seniory Lukov, kteří působí ve výchovné péči. Všichni tito senioři i pracovníci odpovídali na uvedené výzkumné otázky. S každým seniorem byl dohodnut termín a místo tak, aby mu vyhovoval a byl dostatečný prostor na vedení rozhovorů. U seniorů, kteří bydlí sami, byl proveden rozhovor na jejich pokoji. Senioři ze dvou a více lůžkových pokojů, navrhli ve většině případů, jako místo schůzky klubovnu, nebo malou kuchyňku, kterou mají k dispozici na svém oddělení. Někteří senioři z vícelůžkových pokojů si přáli učinit rozhovor na pokoji za přítomnosti a souhlasu svých spolubydlících.

Rozhovory s pracovníky ve výchovné péči byly vedeny v soukromí v jejich kanceláři, dopředu byl domluven termín a čas rozhovoru.

Všechny rozhovory proběhly v přátelské atmosféře, byly nahrávány na diktafon a pečlivě přepsány, délka jednoho rozhovoru byla v době trvání od 20-40 minut. Všichni senioři i pracovníci s rozhovorem souhlasili, byli ubezpečeni o anonymitě a důvěrnosti sdělených údajů. Svůj souhlas potvrdili i podpisem. Seznam jmen respondentů s jejich podpisy jsou k dispozici u autorky práce.

Přepisy několika rozhovorů jsou uvedeny v Příloze č.I.

### 7.7.1 Příklad přepsaného rozhovoru

*„V době, kdy jste ještě bydlela doma, popište mi, jak jste trávila den a jestli jste měla volný čas?“*

*„Když jsem byla doma ještě, tak sem měla osmdesátiletou maminku. Když už jsem byla v důchodu tak jsem se starala o ni ...a starala jsem se o ni do třidevadesáti roků. Tak byli jsme doma s manželem už a... on taky onemocněl Aizhamrem, takže jsem měla pokračování v ošetřování s ním. Ze začátku to šlo, všechno dobré, to sem se mohla věnovat vaření,*

které ráda mám a měla jsem. Ve čtyřiceti letech jsem si dělala výuční list na kuchařku, abych mohla pro děti vařit a... věnovala jsem se taky zahrádce, zelenině, kytkám a to mi přinášelo pohodu a radost. Dělala jsem to ráda a bavilo mě to.“ „*A měla jste ještě nějaké jiné koníčky kromě té zahrádky a vaření?*“ „No tak na večerku nebo když bylo škaredě, tak jsem si vzala buď knížku a četla, a nebo něco...šila a pletla. Jak kdy přišlo taky na to, co by mě bavilo víc.“ „*Aha.*“ „Jo. Co se jako mi zdálo...no a...to všechno jsem dělala ráda, protože mě to bavilo a že tak dopadnu, a dostanu se do domova důchodců, to sem nikdy nepočítala...“

### 7.7.2 Zpracování rozhovorů

Všechny rozhovory byly nahrány na diktafon a důsledně přepsány, čímž vznikl rozsáhlejší textový materiál. Všechny rozhovory byly pečlivě přečteny a byly z nich abstrahovány signifikantní slovní spojení, které se vztahovaly k výzkumným otázkám. K takto vzniklým skupinám podobných signifikantních spojení byly přiřazeny určité významy.

#### 7.7.2.1 Zpracování rozhovorů vedených s uživateli Domova pro seniory Lukov

1. V době, kdy jste ještě bydlel/a doma, jak jste trávil/a den? Měl/a jste volný čas? A případně jakým jste se věnoval/a koníčkům.

Výzkumná otázka a)

Jak jste trávil den?

- tak to jsme bydleli s manželem, sami bez dětí... teprv jsme si toho užili, že jsme bývali sami dva jako
- ráno jsem musel uklidit, v jedenáct hodin sem šel na oběd. V případě, kdy jsem potřeboval něco koupit tak jsem dopoledne sem to koupil si. To už sem byl sám doma.
- když rostly houby, tak jsme chodili jednou týdně do lesa, vždycky se projít
- ve středu jsem chodil za kamarádama na hřiště odpoledne a v pátek jsme se scházeli vždycky dvě hodinky u piva
- Zvykl jsem si, že musím být sám, to jsem zapomněl, když jsem musel prát, když jsem musel to, tak ... sem se aj musel naučit s pračkou zacházet...



- Když jsem byla doma ještě, tak sem měla osmdesátiletou maminku... tak jsem se starala o ni
- Tak byli jsme doma s manželem už a... on taky onemocněl Aizhamrem, takže jsem měla pokračování v ošetřování s ním.
- když jsem šla do důchodu, tak jsem si pořídila drůbež, králíky a tak jsem s nimi živila celou rodinu... Měla jsem zahrádku, na zahrádce jsem si pěstovala zeleniny, brambory nějaké...
- Volný den jsem trávila tak jako...sem hodně četla, luštila křížovky... jsem měla hodně známých eště z pracoviště, takže sme dycky měli sraz, sme se scházeli dycky ve čtvrtek jedenkrát u jedné, u druhé, u třetí.
- No, já jsem měla psíka, ten mi dělal radost... to bylo moje, jak sa řekne, čtvrté děcko. My jsme byli spolu tak zžití, že já jsem při něm opravdu neměla dlouhou chvíli... no tak to bylo všecko moje...při tom sem šla, při tom sem byla jsem teď sama deset roků že, manžel už nebyl, takže sem to tak trávila.
- Moc toho času nebylo, protože bylo práce moc doma a do práce sem potom mosela chodit.. Já sem dělala ještě přesčas.
- Toš záliby? Mosela sem dělat všecko, taky jsem si pomalučky dělala ale toš mi to pak operovali a to se otevřelo, hnisalo... stal se mi úraz, sem spa...bolela mne velice noha a oni mi operovali kyčel...
- Domácíma pracema. Vaření, úklid, přepírání, starání o manžela...
- Ráno jak sem vstala hned jsem cvičila a šla jsem na procházku hned po ránu... jo a odpoledne...ze začátku sem si vařila sama všecko a potom sem chodila, vyřídili mě, že sem mohla chodit do ZPS na obědy, tak sem toho využila a byla jsem ráda, že sem si pro sebe sama nemusela vařit a... A odpoledne jsem chodila taky ven na procházky, pak sem si uvařila kávu a chodily za mnou aj některé ty sousedky, tak jsme vykládaly a uběhl den. Večer jsem se modlila a šla jsem spát. A k televizi jsem šla samozřejmě.
- Největší radost sem měla z vnuků a z děcek. Mám dva syny a každý má dvě děcka jako...
- chodila sem akorát do toho kostela a na ty procházky, říkám, nic sem tak neměla nějakých těch ...poseděli jsme na lavičce, co jiného ten důchodce může dělat?

- s partnerem, bez dětí
- práce v domácnosti – úklid, nákup, vaření, praní (obsluha domácnosti)
- procházky v okolí
- setkání, komunikace s přáteli, bývalými spolupracovníky
- péče o rodiče, péče o nemocného manžela
- chov domácích zvířat, pes
- pěstování zeleniny
- koníčky a zájmy
- pracovní proces
- rekonvalescence po operaci, rehabilitace, cvičení
- duchovní život – modlitba, návštěva kostela
- rodina, vnuci

#### Měl jste volný čas?

- Tak měla sem aj dostatek volného času, ale aj práce dost.
- v důchodu jsem den měla rozdělený na domácí práce a volný čas...
- Já, vůbec ne! (smích) Já jsem si dycky tu práci našla.

#### *Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením*

- pracovní povinnosti i volný čas
- nerozlišování volného času
- bez odpovědi

#### Jakým koníčkům jste se věnoval?

- Koníčky jsem neměla nějaké výrazně žádné, akorát jsem ráda chodila na zahrádku,... no a v domácnosti to znáte...vaření, praní, uklízení, kolem dokola. No, s tím manželem jsme si rozuměli a tak jsme si to spolu užívali. Zašli jsme si do...na ten na oběd někde, do supermarketu jsme zajeli...
- Po obědě ...jsem ... zase chvíli jsem dělal třeba tu intarzii, nebo...jed... s jedním kamarádem jsem chodil na vycházky

- Pak mě bavilo hrávat kdysi to ragby a zůstal jsem tam jako pořád jako pozorovatel a s kamarádama jsme se pobavili, povykládali... francouzi nás naučili hrát ten...pétanque!
- ...to sem se mohla věnovat vaření, které ráda mám a měla jsem... věnovala jsem se taky zahrádce, zelenině, kytkám a to mi přinášelo pohodu a radost.
- No tak na večerku nebo když bylo škaredě, tak jsem si vzala buď knížku a četla, a nebo něco...šila a pletla.
- Tak čtení jsem měla vždycky velice ráda
- měla jsem ráda eh...čtení, knížky, dějepisy, to mě bavilo a...Pletla sem.
- jsem se pak věnovala literatuře, divadlu a účastnila se na společenských akcích. Největší radost mi však dělala práce na zahradě na naší chalupě.
- No tak doma, říkám, to sem hlavně ty procházky... Pořád sem tam měla něco známé místo na procházky
- No tak koníčkům, já sem měla to šití svoje, šití, pletení, háčkování, ale nevyšival jsem.
- Pékla sem pagáčky... Toš susedka, ona pékávala a ona byla tak chytrá a dycky mi říkala, pojď za mnů na besedu, to ale ona to, abych já jí pomáhala, pomohla... To sem se tak trochu naučila a potom sem to začla dělat já. Knihu, podkovu, srdce... Ano, jenom ty dorty, dorty...drobné néé.
- No tak jediné televizu... No v důchodě když jsme byli tak na fotbal. Na fotbal a na hřbitov...
- Zajeli jsme si do Luhačovic, na Hostýn, na Velehrad, na výlety...někdy...podle toho, jak to ukazovalo finančně
- Věnovala jsem se, že sem šila, pletla a... chodila na procházky a cvičila, hlavně sem cvičila.

### **Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- práce na zahrádce, péče o květiny, chata
- věnoval jsem se partnerovi, rozvíjeli jsme společné aktivity
- vyrábění obrázků (intarzie)
- Procházky přírodou, městem
- sportovní aktivity – aktivně, pasivně (ragby, pétanque, fotbal)
- domácí práce (vaření, pečení dortů)

- ruční práce (šití, pletení, háčkování)
- četba literatury, historická beletrie
- televize
- výlety do okolí

2. Představovala jste si, jak bude probíhat, běžný den, v domově pro seniory? A představovala jste si tak režim dne jak ho máte dnes?

Výzkumná otázka b)

- No tak představu o tom domově sem neměla vůbec žádnou. To sem si vůbec nedovedla představit.
- Byli jsme se tady podívat jedenkrát jak to tady je, jak to tady vypadá, ale představu jsem žádnou neměla o domově, nikdo z mých známých nebyl v domově, tak sem se neměla koho zeptat
- jediné co já za sebe můžu říct, že mi tady vadí, že se tady brzo vstává... ale to se musím přizpůsobit kolektivu, to jinak nejde...
- Já jsem si vůbec nepředstavoval, že tady budu. Poněvadž manželka byla o dvanáct let mladší a já jsem si myslel, kdoví kde budu,
- Takže představu jsem nějakou neměl, ale když na tým uvažuju, tak vlastně ono se velice nic nestalo.
- To sem tu musela jít s manželem a byla jsem tu s ním, že sem jako se o něho taky ... chtěla sem prostě být s ním a abych ho nenechávala na starost druhým .
- Tak jsem šla tady, že už sem to doma nemohla zvládat s ním, tak ...pečovatelská služba, která k nám chodívala, tak už řekli, že už se to nedá tak, že musíme...a měli sme požádané do domova, kdyby náhodou, a ono se to sešlo, že to bylo potřeba.
- Tak představovala jsem si to trochu jinak, ale celkem tak ...tak asi stejně. Tak su mezi samýma stejnýma lidima, jak su já a každý má nějakou tu bolístku a každý má aj svoje radosti...
- Tak ...myslím, že to mám aj tak trochu...tak sem si to představovala, jak žiju.
- V televizi jsem se ráda...jsem ráda sledovala pořady o seniorech, ale při své činnosti jsem si nepřipouštěla vůbec, že k tomu jednou budu pa... že k tomu jednou budu patřit já.

- No tak, tak sem jako už slyšela o tom a právě sem se dověděla, že Lukov je nejlepší s tím, že tady mám možnost být sama.
- hlavně tím dobře, že já jako su chodící, takže si tak můžu občas, občas zajít domů. A důležité tady při tom všem je, mít styk s rodinou.
- Ne! Vůbec sem si to, ani sem nikdy netoužila po domově důchodců.
- Ne. Když jsem...ona dala tu žádost tady v to září, nebo kdy to bylo, no a já sem sa koncem to bylo srpen, koncem září sem sa vrátila z té nemocnice dom jako... No a toš tak to dopadlo, že sem sa tady octla.
- No já sem si myslela že tu budu chvílu a půjdu dom. A co tu budu dělat? Toš, když budu moct, tak jim budu pomáhat a když nebudu moct, tak ne...
- Tak vědět sem nevěděla nic. Akorát při návštěvě sociálních pracovníc co jsme si proh..., popovídali, prohodily slova, tak se..., tak to sem věděla já i manžel, protože jsme to slyšeli od nich, tak zhruba co měly, co mohly nám řekly... My jsme se nikde neinformovali.
- To jsem si vůbec nepředstavovala, protože jsem vůbec s tím ještě nepočítala, že bych musela jít někde, až potom, když jsem spadla tak sem si zlomila krčky, krček a s tím sem marodovala dost dlouho...

#### **Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Neměla představu o režimu v domově pro seniory
- Neinformovanost z žádné strany (známí, rodina)
- Různé představy o režimu dne
- Nikdy jsem si nemyslela, že půjdu do domova
- Režim je stejný jako doma
- Musela jít s manželem – nemoc
- Budu se stejnou generací
- Informace z médií
- Pomoc personálu při sebeobsluze
- Výhodou bude samostatný pokoj
- Budu mít častější kontakt s rodinou (bydlí blízko domova pro seniory)
- Přejížděná doba pobytu
- Informace od zaměstnanců domova pro seniory
- Zdravotní problémy mě donutily jít do domova pro seniory

3. Jak trávíte den v domově pro seniory v současnosti? Věnujete se nějaké zájmové činnosti, koníčku, kterému jste se věnovala dříve?

Výzkumná otázka c)

Jak trávíte den v domově pro seniory?

- za celý den nepustím televizi, nepustím rádio a su strašně ráda, když mám ticho a klid. Čtením, křížovky jako, ale žádné rádio, žádná televize. Prostě ticho(!).
- Mě nějaký ten volný čas...mě třeba i zabere tím, že tady dělám tu předsedkyni, že se zajišťují různé akce, píšu i ty články...
- Hlavně, když není pěkné počasí, ale když je pěkně, tak idu ven.
- Teď v zimě zase dá se říct, kamarádi ze závodu, hrají kuželky, tak já se tam v pondělí občas idu podívat, no.
- tak odpoledne hlavně teď v zimě, já často idu do hospůdky, na hodinku, hodinku a půl maximálně odpoledne,
- už nejsou schopná tak...chodit na procházky nemožu, bolí mě nohy, kolena a ...hrozně...ale mám pěkný výhled z pokoje, takže se vyžívám... díváním se z okna. Pozoruju co se děje v okolí, no...
- Chodím cvičit a ráda. A tam se taky zazpívá, takže je to hned ten den pestřejší a lepší.
- Já nějak tak, když něco dělám, tak mám ráda klid. Tak když zase se chcu pobavit, tak stačí vyjít na chodbu a pobavím se s každým...
- a třeba chodím cvičit každý den a to je ...není záliba, ale to je potřebí, aby člověk ... No baví mě to, protože se tam vždycky zasmějeme (smích), vždycky se něco nového dozvíme
- ...jelikož jsem v domově s mým těžce nemocným manželem, takže se mu v prvé řadě věnuji...
- Volný čas trávím procházkami se svými přáteli, hezkou přírodou v okolí Lukova. Celý den mám naplněný nějakou prací nebo nějakou zábavou.
- ...dobře, tím začínám tělocvikem, tam se pěkně rozcvičíme a hlavně zazpíváme, dycky tři písničky zpíváme.

- No tak odpoledne,...teďka je to horší, jinak sem dycky chodívala ven, já ráda chodím ven, že jako jenom chodit a chodit, neunavovat se, že a tady je bohužel, že sou samé kopce. Takže to mě jako dost dělá potíže, že musím odpočívat ale velice...toto k těm koním tady k tomu zas na ty kačenky a...tak už znám tady, procházím to. Takže tady toto teďka už se těším, až zas začnu chodit, chodit ven s tů Julinků H. To jako to už si po cestě povykládáme
- Přijdu z té vycházky, tak teďka mám volný čas. Tak si chvilku třeba natáhnu, přečtu si, nebo tady toto si dělám (ukazuje na několik křížovkářských knížek), nebo volám taky hodně. Mám mobil, tak jako se známýma a opravdu je tady, je tady... může si každý dělat, má dost času.
- Zavřu se a ještě dobře když chodím, takže sednu do autobusu, nebo kluk když přijede tak autem. I když přijde, tak si...on tady nerada, nerad tady chodí moc, tak to dycky vyjedeme si tady k svatému Jánů, tam si sedneme, rozhlížíme se po krajině a já mám ráda, ano v přírodě jsme a ty dálkové pohledy. Já říkám pěkné, velice pěkné okolí i ten Lukov, to už se těším ty procházky, to mám ráda a tím se zabavím
- Takže su ráda, že jako hlavně su pohyblivá, že můžu chodit takže to je pro mě velká výhoda a to je jako to je jediné dobře, že mám pořád styk s tou rodinou, no.
- chodím cvičit ráno, idu do toho kostela, na tu, na tu mšu, na ten růženec, prostě to sů...abych nebyla na ten na tom pokoji s tou paní P.porád.
- říkám, vyšla jsem si na chodbu, sedla jsem si s děvčatama a hodně tam mám hore už známých, hodně...takže mě ten den, jak se říká, nebyl tak dlouhý, a tím vyšíváním sem ztratila hodně, nebo ne ztratila, ale zabila hodně času.
- Toš, nekdy rozmýšlám a přemýšlám jak bysem ještě, estli by se to šlo toho něčeho se zbavit, abych ještě mohla, víte, chodit. ...eště v tom chodítku chodím, anebo, sestřička mě dycky ... někde ideme a buď eště jdeme, nebo mě posadí odpočinůt. Potom eště dojdeme nazpátek a lebo dá mě na vozík a tak.
- Tak jenomže rozmýšlám co a jak anebo ještě přemýšlám od malička, co všecko za to mládí...si víc pamatuju jak včilka. Včilka zapomínám všecko.
- *Čemu se nejvíce věnujete?* Manželovi. Je ochrnutý na půl těla a leží a 17. března to bude šest roků co leží, co se mu to stalo... Akorát co s ním posedím, chvilčku, co ho nazvednu pod lopatky. Na záda...Celý den se věnuju jako manželovi a takové té pokojové práci... Chvilka si člověk odpočine, těch deset minut, a zas něco potřebuje manžel podat, napít...podaj mi vodu, podaj mi kapesník, pozvedni mě...

- Do společenské místnosti, když sů tam... je tam nějaké posezení, nebo schůze, tak navštěvuju to. Chodíme. Jako já enom sama, bez manžela, protože manžel nemůže, on enom leží.
- Tak lesti to možu říct, tak do kapličky chodím, na mšu svatů a na svatý růženec. V pátek.
- Cvičení se hlavně teď věnuju, protože to potřebuju, abych se z toho dostala, protože mám nohu jednu pryč, to sem nemělal, když sem sem přišla. To sem chodila. Snažím se cvičit a rehabilitovat a jezdím na tom, mám vozíku, na kerém se teďka učím, abych se sama nasedala a vysedala, takže teďka mi chodí ta rehabilitační aj dvakrát za den tu nohu zpevňovat, abych se na ňu postavila a udržela se a dostala se na ten vozík.
- No a hlavně taky na procházky jsem tady chodila, ráno tak hned po snídani a po obědě taky hned sem chodila na procházky. Pak jsme si vařily se spolubydlící kávu a povykládali jsme a televizi jsem tehdy ještě neměla, jen rádio jsem poslouchala, ale mě to tehdy stačilo, protože paní S., s kerou sem bydlela, měla televizu, tak jsem se vždycky dívala.
- Ale dívám se na televizi
- Protože číst velice nemožu, ty oči šetřím, špatně aj vidím, takže nečtu. Nečtu vlastně vůbec. Já píšu dopisy, co potřebuju a to je všechno. Přečtu si dopisy.
- Už sem si říkala kolikrát, tak že bych se aj mohla vrátit tam a sem si říkala dyť, já tak, říkám, su schopná, ale už kolikrát třeba jenom tu postel než dám popořádku, už su unavená, jo. Čili vím, že už bych nestačila sama jako, takže su vděčná, že su tady a že mám všechno, co potřebuju. Nemusím vařit, nemusím uklízet, nemusím to...a dělám si opravdu...

### *Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením*

- Četba literatury
- Ticho, klid
- Příprava kulturních akcí, psaní článků, psaní dopisů
- Procházky po okolí
- Výlety do Zlína, setkání se známými
- Hospoda
- Pozorování okolí



- Ranní rozcvička, cvičení v tělocvičně
- Hudba, zpěv
- Komunikace s personálem, vrstevníky
- Kontakt s rodinou, známými
- Partnerský život
- Duchovní život, náboženství
- Ruční práce, koníčky
- Společenský život
- Zdravotní stav, rehabilitace, soběstačnost, sebeobsluha
- Vzpomínání
- Sledování televize, rádia

#### Jakým koníčkům se v domově pro seniory věnujete?

- Ne. Koníček žádný nemám, tady žádný koníček nemám.
- když je moc sněhu a je to takové ne..., ne moc dobré, tak nejdu ven a bavím se... tady s tím (ukazuje na rozpracované intarzie), aj když je, aj když je pěkně. No.
- Věnuju se hrozně ráda křížovkám, ty ráda luštím, děti mě ji kupují...
- Ano, pokračuju (v pletení a ručních pracích), když mě tak něco popadne, a i do šití, do kroužku ručních prací, že se tam vyrábějí třeba na vánoce různé ty věci a to je taky pěkné a potom aj na velikonoce ty vý...ozdoby a takové věci, zajíček a tak, když se motají vlny, a v tom já se vyžívám (úsměv) rozsukovávat, hrozně ráda si na tom uvolním nervy. No a jinak – zábavy...
- Pletla sem ponožky aj tady pro domov sem udělala několik párů (smích).
- Tak dneska... sem chvílku sem luštila křížovky, to je moja záliba a ... a chvílku jsem četla a mám ráda ty časopisy takové všelijaké (smích, ukazuje na časopisy na stole), a těch se mi tady dycky dostane dost že...to posíláme jedna druhé (smích). Třeba tady mám jednu sousedku, ta mě nosí křížovky na vyluštění
- navštěvuji kroužky bystření paměti, hrajeme kuželky, zúčastňujeme se zábavných pořadů, které jsou dobře připravené a velmi oblíbené.
- To mě taky drží zpěv, já ráda zpívám, já všechno řeším, když je mi nejhůř tak si zazpívám něco.

- Tak to je, a pak už to začne...určité dny co jako máme to šití, to je výborné, sem na to hleděla, co sem dřív vůbec nic neuměla a se tomu nevěnovala. Já třeba udělám něco a ony to dodělají jo...a čili taková spolupráce a já dobře jako pletu tak já zas něco upletu a zas potom dostanu něco, něco zas co neumím
- a potom taky keramika, do keramiky sem se pustila, tak tam taky ta vedoucí je moc šikovná, moc pomáhá... i ten kdo nic jako moc neumí, tak má tam zábavu a přitom si tam povykládáme a je tam dobře.
- už se těším, už přijdu sem a tady už si říkám jednak jako mám pěkné knížky, mě pořád nosijou a jinak ty křížovky... Vidíte, teďka vůbec nevím, jak to všecko stihnu
- Jak trávím? Vyšíváním! A chodím na procházky a tak. To je vše.
- Na ruční práci chodím a když je vystoupení, toš sem ráda šla dycky, protože sem měla muziku ráda a děti když tu byli.

#### *Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením*

- Procházky (po vesnici, v přírodě)
- Ruční práce
- Křížovky, četba literatury, časopisů
- Výrobě dekorací pro domov
- Hry zaměřené na procvičení paměti
- Sportovní hry, kuželky
- Zábavné akce a vystoupení
- Zpěv
- Keramika

#### 4. Myslíte si, že tady máte dostatek volného času?

##### Výzkumná otázka c)

- Určitě. Určitě dost.
- Já určitě!
- Jéééj! Až moc. Ale co s ním, když už nejsu schopná tak...
- Já si myslím, že jo. Že si s ním možu nakládat jak chci.
- Ano.

- No tak ano. Volný čas, tak ano. Já nevím, tak volný čas. To já volný čas považuju, že si můžu dělat co chcu jo...
- Až moc! (smích) Až moc!
- No toš samozřejmě že mám!
- No, tak to se tak vyrovnává.
- Já mám volného času až moc! Až mi to vadí.

### Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením

- Ano
- Ano, limitováno zdravotním stavem

### 5. Jste schopný/á naplnit si volný čas sám/sama, nebo Vám s tím musí někdo pomoci?

#### Výzkumná otázka c)

- Ne, nemusí. V tom mě nemusí nikdo pomáhat.
- Ne. Zatím ho naplňuju sám...
- No, su ráda, když se někdo najde. Ale v nejhorším lehnu na lůžko a spím.
- Já si jsem schopná... si jako pobavit se jak chcu a s kým chcu.
- Nemusí. Volný čas si umím naplnit sama.
- Sama, sama. Já mám ráda...já si sama udělám, říkám, to musím dopředu, co a někdy to ani nestačím všechno.
- To si sama nenachystám nic... tady na ležačku jako, ležela jsem a toš tak možu. Rukama hore nemožu, protože když jsem si sedla a ty ruky tak , toš oni mi...já nevím
- Jo... No tak to su ráda, když si z deset minut na chvilku lehnu, odpočinu nohám, rukám, hlavě, celému tělu...
- No tak volný čas, já mám takový velice, že tady ho ani nepotřebuju, protože su zaujatá s tím cvičením na posteli a to mě uběhne ten čas dobře... Takže v převážné většině si to vyplníte sama, podle toho jak potřebujete? Sama, ano. Případně pokud potřebujete pomoc, aby Vám sestřička, nebo rehabilitační...pomohla, tak to mě udělají, ano.

Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením

- Jsem schopen sám
- Potřebuji pomoc
- Musím si to naplánovat

6. Myslíte si, že zde působí dostatečný počet pracovníků, dobrovolníků, kteří organizují akce v domově pro seniory?

Výzkumná otázka d)

Působí v domově pro seniory dostatečný počet pracovníků domova, kteří organizují akce v domově pro seniory?

- Tak to já nemůžu posoudit, protože vždycky když tady máme ty akce, tak jsou vždycky ochotné sociální pracovnice nám pomoci, vždycky jsou ochotní, ale je pravda, že to mají mnohdy po pracovní době.
- Tak to já nemůžu tak nějak, já myslím, že to stíhají, že to už jsou určené děvčata, které to dělají v ručních pracích, že když mají volno, tak dělají ty hry. Já myslím, že už každý má určenou svoji činnost jakousi. To by musely posoudit děvčata, jestli to stíhají.
- Podle mě, si myslím ano, ale já do toho zas tak nevidím do toho všeho, ale když máme akci, tak...tak se to vždycky dá dohromady, všechno klape...a nemám připomínky.
- No těch pracovníků, kteří by nám byli tak nějak víc k ruce, by mohlo být víc. Mají toho hodně a nemůžou se věnovat tak, jak bysme si to představovali třeba my, ale toš...na to sme my malí páni.
- No tak...možná že by se aj zešlo víc. Ale jsou tady šikovné děvčata
- Akce v domově jsou jistě velmi náročné na personál, který má své po...své pracovní povinnosti. Toto se všechno s... toto všechno zvládá tak úplně na..., řekla bych, na jedničku.
- Ale ano. Určitě ano. Je tady, enom je potřeba aby to využívali. Já říkám, já opravdu na plné pecky...
- Já myslím, že je... šak samozřejmě! Šak každé to oddělení má své.
- Toš někdy ani ne, někdy ano. Jak kdy je to náročnější.

- Tak ta pomoc, když to vidím, aj do té kapličky, že sestřičky se snaží ty pacienty dovézt, na vozíčkách, ve vodítkách tak já si myslím, že... je to dobré, no.
- Tak to já nemůžu říct, to já nevím. Já to nepozoruju. Když něco je, tak jedu. Já sem myslela, že se ani nedostanu, protože nebyly k mání, ale potom přišla...

### *Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením*

- Ano
- Ano, je zde ochotný personál
- Ano, jde o pracovní povinnost
- Bylo by zapotřebí více pracovníků
- Uvítala bych více pozornosti
- Ano, musí zvládnout náročné pracovní povinnosti
- Neposoudím, jak kdy

### Působí v domově pro seniory dostatečný počet dobrovolníků, kteří organizují akce v domově pro seniory?

- Já myslím že ne. Já si myslím, já si myslím že ne. Já teda ani v těch dobrovolnících nevidím nějaký přínos. Že oni dělají akorát myslím ty hodiny té... paměti, ale mě, mě to nepřipadá, že by.
- Já v tom nevidím něco záporného. Já si myslím, že to není špatné.
- Eště sem dobrovolníka dobrého neviděla (úsměv).
- Ano. Mimo pracovníky domova pomáhají i dobrovolníci. A účastníte se programů, které vytváří? Ano.

### *Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením*

- Ne, mohlo by jich být víc
- nevidím v působení dobrovolníků přínos
- Ano
- Bez odpovědi

7. Zúčastňujete se akcí, které se v domově pro seniory konají?Výzkumná otázka c)

- No určitě, protože jich většinu zajišťuju...
- Ano. Kulturních akcí, skoro... dá se říct všechny. Co se týče ale těch akcí... jako zábavných, paměť a to tak... mě stačí to moje, já se s tím zabavím...
- Říkám všech. Jak přednášky, tak zábavné divadla a ty koncerty a různé dětské vystoupení. Říkám si, když už su tady,... dřív sem si toho neužila, tak se snažím, když se to pro nás tady dělá, aby se to.
- Tak mimo zájezdy, ...ale co se týče domova, co nejradši mám, je dětské vystoupení!
- Takže se zúčastňuji akcí. Ráda. Velmi ráda.
- Ano, ano, to se zúčastňuju. Su ráda, je dobré a potřebné, když třeba sem jezdí nějakí ti žáci s nějakým tím zpěvem, nebo vykládáním, to je dobré, nebo ta kapela. Ale je tady těch akcí plno a nemůže nikdo říct, že by tady se mohl nudit, nebo že by neměl co dělat, nebo že by si ho nikdo nevšimal. Ty možnosti tady sou.
- Všecko, ještě sem nevynechala (smích)...toš co to doposud jaká aktivita, tak to chodím do toho šití, rozumíte a co je všude za ...snažím zúčastnit toho, no. Přeca člověk ztratí chvíli, aj mezi lidi, aj...
- Toš to ano. Když je možné, toš ano. Podle možností , když možu , du, když nemožu, nejdu nikde.
- Tak zúčastním... A tak já to беру tak...všecko v normě, no. Takže když můžete, tak se zúčastníte? Všeho!
- Zúčastňuju. Ano. Všecko.

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Ano
- Záleží na nabídce akcí
- Snažím se využít všechno
- Ano, vyplní mi to čas
- Ano, je široká a pestrá nabídka akcí
- Zúčastňuji se dle zdravotního stavu

8. Co se Vám zde v domově z pořádaných akcí nejvíce líbí a proč?

Výzkumná otázka e)

- No tak myslím, že je to tedy ten pan Mikl. Jako ta hudba, že si tam zazpíváme ty staré písničky, které neslyšíme ani v rádiu, třeba že. Je to ta dechovka našeho věku by se řeklo. No tak jezdí tady ten Tlumačov, ty čtyři zpěvačky tady jezdily, jenomže teďka už nám dost zabránilo, že si ty akce musíme jako éé...platit vlastně, že, že už by třeba sme o... přemýšleli o tom Tlumačově, ale to by nás vyšlo na takových patnáct set korun, protože se pro ně musí jet a jsou to čtyři cesty vlastně. Ale je pravda, že všichni si to pochvali, ten Tlumačov byl velice dobrý.
- Mě se líbí..., mě se líbí teda ta kapela toho pana Mikla, mě se líbí i z těch Napajedel ty čtyři ženy, ty to mají dycky velmi krásné, líbí se mi Radost, která tady přide z té Štípy... A mě se líbí vystoupení dětí. To je prostě takové, že oni se snaží, že jak kdyby prostě bylo...byli reprezentanti a líbí se mi to.
- Tak...bývají pěkné ty operetky, co tady jezdí a ty dětské besídky bývají taky moc pěkné. A jak říkám, nejvíc je to pro nás, pro starší dechovka, při které si pěkně zakrácáme (smích), zazpíváme. No a jinak...v kulturním programu, já myslím, že je jich tu celkem dost, že...dost často tady chodí jak děti, tak ...i různí.
- Tak na ty hudební vystoupení také chodím, ale nejvíc mě baví ty dětské vystoupení když mají třeba k svátkům...vánočním, nebo velikonočním...ty děcka sou takové upřímné a vždycky ten nejmenší je nejšikovnější (smích). Mě se nejvíc líbí ty děcka. Vystoupení dětí.
- Nechci upřednostňovat žádnou akci...protože všechny jsou svým způsobem zajímavé a zábavné.
- Kromě koncertů a jiných zábavných pořadů jsou velmi zajímavé výstavky, výstavky keramiky a ručních prací.
- Taky já si ráda zazpívám a zvlášť se mě líbí, ta, bohužel to je jenom jednou za rok, ty tři učitelky co jezdí tady z těch Slušovic, nebo odkud'si. To se mě ohromně... a vím, že hodně tak jako mojich vrstevnic, protože to vzpomínáme vlastně před půl stoletím, co jsme zpívaly my.

- No tak říkám, já mám ráda takové nějaké ty zpěvy, když přijdou nějaké ty skupiny, nebo i ti žáci. Tak zas ve škole to vypadá taky.
- Ty hudby, a když to tady s těma děckama je, tak to je takové milé...takové, takové srdečné, víte...že člověk...až mě kolikrát cupkajů slzičky. Jinak co tady, že...no.
- Už jen ruční práci, bez ní ta výzdoba není taková pěkná.
- Tak mám ráda zpěv...jako tu hudbu, takže, když je nějaká hudba, tak to mám nejradši! Protože chodily sem aj z Tlumačova, takové ty tři ženy, to sem měla taky ráda.

### **Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Hudební vystoupení, živá hudba, zpěv
- Dechovka, pěvecký soubor
- Vystoupení dětí
- Výstavky keramiky a ručních prací
- Kroužky ručních prací

### 9. Která z akcí, které se v domově konají, se Vám zdá nevhodná a proč?

#### Výzkumná otázka e)

- Víte, že si nevzpomínám, že by bylo...ale oni jsou všechny...Berte si ty děcka z té mateřské školky přijdou ty děcka ze školy a každý je tam tak nějak jinak, každý se předvede aj ty děcky jsou pro nás zábavné když se to tak vezme. Je to takové oživení tady. Ale já tady nevidím...nevzpomenu si, že by tu byly nějaké nevhodné akce...
- Ne, ne. Nevím o žádné...Co, co sme nebo jestli si nepamatuju, ale nevím o žádné. Mě se líbily všechny. Některé víc a některé míň, no...takže to, to je vždycky.
- Já myslím, že každý má jiný názor a že pro každého je zajímavého něco jiného... a že nemůžu posuzovat, co mě se třeba nelíbí, že se to nemůže třeba líbit zase druhým. Spokojená su tu se vším a děkuju, že su tady.
- Když je nevhodná, tak tam nejdu. A takové tu nejsou pokud...



- Tak (pauza)...třeba ty...taková ta velká muzika, to se mě zdá takové dost... No to je dost hlučné a ta místnost není na takovou muziku...ale jinač, tak hrají pěkně, lidé se pobavijou, tak nemusí mě všechno bavit
- Nevhodné akce, řekla bych, neznám. Ale nelíbí se mi věčné nespokojení a kritizování těch obyvatel, kteří mají ke všemu nějaké výhrady a připomínky.
- byla jsem na některých těch akcích, třeba co bych tak řekla, třeba co bych tak řekla...ten básník, co bývá tam první co pořád taky spisuje a vykládá...na prvním oddělení co bydlí ten pán? No. Tak ten, tam sem byla jednou, jo a vím že to jako nemá...jednak tam čte, čte tu nějakou knížku, zajímavou, stejně to tak žužle, že to nikdo neslyší a on potom vykládá o sobě, takže to, to mě jako...pro mě nic není, čili tam nechodím.
- Nevím, myslím, že ne. Nevhodná ne. Říkám, tady je možnost, každý kdo jako chce nějaké tady tyto akce, zpěv, nějakou tu kulturu a i ty obyčejné, tady přeci to člověče, karty...to je tak něco.. Takže to opravdu to zabaví každého, prostě tady jenom musí být zájem, že? A nerada vidím a to bych někdy jak tady sedijů to já říkám jak slepiče jedny vedle druhého, nebo i v létě před tím...hledět do prázdna a přemýšlet a naříkat...
- No šak není jich tady zas až tak strašně moc. A u toho, co tady je...zdá se Vám něco, že není úplně vhodného? No tak co by tady tak mohlo být nevhodného? Co mňa akorát když tam dole, sem byla dvakrát, co hlásili, že bude přednášky, čtení, ... to...tak sem byla dvakrát a já nevím, mňa to tam a neupoutalo...
- Já se přizpůsobím ke všemu. Co se mně líbí, tak jaksi to neberu v úvahu, a co se mi líbí, toš to mě zase zajímá.
- Toš já myslím, že neéé. Že se koná všechno to, co je potřeba.
- To ne, to nemůžu říct. Žádnou takovou jsem nezažila.

### **Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Nemůžu uvést
- Všechny jsou vhodné pro seniory
- Hlučná hudba
- Nelíbí se mi netolerance ostatních seniorů
- Recitační kroužek

- Malá účast

10. A jaké akce, zde, v domově pro seniory, v kulturním programu postrádáte?

Výzkumná otázka d)

- No, já už sem se třeba aj zajímala, že bysme si tady třeba si pozvali aj nějakého zábavného umělce. Měla jsem slíbené toho Pavla Zedníčka, protože vlastně to rodák ze Zlína, jenomže finance nám v tom nedovolily, protože oni mají hrozně hrozně velké požadavky finanční.
- ...nepostrádám nic... Podle mě těch akcí je tady dost. Samozřejmě, jak je takové období jak teď, tak je to dycky míň, že? To jsou problémy se vším, ale...jinak...já nevidím, že by to... muselo být víc akcí. Aspoň mě nenapadá nic.
- No tak máme televizi na pokoji tak, když bych se nudila, můžu si pustit televizi, což moc nedělám.
- Já myslím, že ne. Každého baví něco jiného, ale já si myslím, že je tady dost takových radovánek
- No...akce jsou různé...ale všechny jsou něčím zajímavé. Určitě bychom se mohli rovnat nápaditostí i jiným domovům.
- No já myslím, no tak jistě že tak vím, že není těch peněz, že to stojí peněz všecho ale, ...ale je to dobré a oživneme všichni, když přijde nějaký...co se tady těší na tu kapelu jak to je ten toho a... Říkám, je to, člověk musí žít sám a já náhodou sem se připravila na to stáří, čili já jsem spokojená. Slevila sem hodně a tady taky co je ta společnost, no tak s tím moc...říkám...Dobře je mně. A hlavně že tu rodinu mám po ruce, takže...
- Když já nevím co asi, co tak navrhnout...
- Toš, ...jak nemožete, toš co můžete postrádat? Nic! Toš postrádáte, toš můžete všecho postrádat, toš to je takové těžké...
- A tak néé. Ne. Nechybí nám tu nic. No. Co potřebujem, tak požádáme sestřičky, anebo sociální pracovnice, koho je potřeba a dycky nám vyjdů vstříct...
- Ne. Nevím.

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Vystoupení známé osobnosti
- Jsme limitováni finančními možnostmi
- Další nejsou potřeba, nabídka je rozmanitá
- Více akcí v zimním období
- Nejsem závislá na nabídce programů, umím si vyplnit volný čas sama
- Nevím, co bych doporučila

**7.7.2.2 *Zobecněné závěry vyplývající z rozhovorů vedených s uživateli Domova pro seniory Lukov***

Z výzkumu vyplynulo, že senioři kladou velký důraz na možnost volby vyplňování volného času. To, jakým způsobem ho tráví, ovlivňuje několik faktorů. Především záleží na tom, jak svůj volný čas vyplňovali v době, kdy ještě bydleli doma. Jaké měli možnosti, osobní záliby a koníčky.

Z rozhovorů vyplynulo, že senioři trávili ve svém, domácím prostředí den nejčastěji domácími pracemi, jako je vaření, úklid, praní a nákupy. Věnovali se svým partnerům, často se o ně starali v nemoci, případně se starali o jiné nemocné členy domácnosti. Rozvíjeli a posilovali své sociální kontakty především setkáváním se s přáteli a bývalými spolupracovníky. Senioři také často bydleli spolu s rodinou svého syna či dcery, případně s nimi udržovali častý kontakt. Rozdílné trávení dne bylo zaznamenáno u seniorů žijících ve městě a seniorů, kteří pochází z vesnice. Řada jich bydlela na venkově, kde bylo běžnou i většinou náplní dne pracovat na zahradě a chovat domácí zvířata. Vždy však záleželo na zdravotním stavu seniora, jak mohl tyto každodenní činnosti zvládat. Senioři žijící ve městě trávili den především rozvíjením svých koníčků a zájmů, procházkami v okolí.

Koníčky měli různé, některé souvisely s každodenní aktivitou, jako byla práce na zahradě, péče o květiny, trávení volného času spolu s partnerem, se kterým například podnikali výlety do okolí a procházky do přírody. Ženy seniorky nejčastěji uváděly ruční práce, konkrétně šití, pletení, háčkování, četbu literatury. Muži se věnovali spíše sportovním aktivitám.

Většina seniorů se při otázce: jak jste si představoval/a běžný den v domově pro seniory? odpověděla, že si nikdy nemyslela a ani nepředstavovala, že půjde do domova pro seniory. Představy neměli žádné, neboť si tuto myšlenku odchodu z vlastního domova nepřipouštěli. Někteří senioři se při podání žádosti informovali o službách a aktivitách v domově a to především prostřednictvím pracovníků domova pro seniory, nebo svých známých, kteří bydleli v podobném zařízení.

Všichni dotázaní senioři se shodli, že v domově mají dostatek volného času, což je dáno i tím, že se nemusí starat o zajištění chodu domácnosti, o úklid, praní, nákupy aj. Tyto činnosti za ně obstarává domov, neboť to je součástí poskytovaných služeb. Trávení volného času seniorů nyní nejvíce ovlivňuje jejich aktuální zdravotní stav. Snaží se věnovat svým dřívějším koníčkům, nejčastěji četbě, luštění křížovek, ručním pracím a procházkám. Někteří senioři se, s příchodem do domova, pustili do aktivit, které předtím nedělali. Někteří našli oblibu ve výrobě dekorací, jiní chodí hrát kuželky, další se pustili do tvoření keramických výrobků. Senioři jsou také rádi, že se v domově koná mnoho kulturních a společenských akcí, kterých se s oblibou účastní. K nejoblíbenějším řadí senioři nejčastěji živá hudební vystoupení, především dechovku, při které si rádi zavzpomínají na své mládí. Velmi oblíbené jsou hudební či divadelní vystoupení dětí, které působí bezprostředně a jsou pro ně oživením. Senioři v rámci vyplnění svého volného času navštěvují také různé kroužky, které se v domově konají.

Aktivity a programy, které se v domově konají, se zdají seniorům vhodné, přesto vyjádřili několik nápadů na zlepšení, organizaci či doplnění programů. Senioři poukazovali na netoleranci ostatních klientů při pořádaných akcích, někteří uváděli konkrétní kroužek, který se jim osobně nelíbil a nezaujal je. Rádi by obohatili stávající program, ale nejvíce je limitují finanční možnosti. Rádi by viděli v domově zábavné vystoupení známých osobností, více akcí v zimních měsících, neboť jsou omezováni tím, že se nemohou vydat na procházku, při které jim nejen uběhne čas, ale zároveň se odreagují a uvolní.

Volný čas jsou soběstační senioři schopni naplnit si sami, někdy však i oni ocení pomoc pracovníků zařízení, kteří jim buď hromadně zorganizují nějakou aktivitu, nebo se jim věnují individuálně. U částečně nebo úplně imobilních seniorů je situace jiná, neboť sami uznávají, že potřebují (někdy jen minimální) výpomoc ze strany pracovníků. Co se týká počtu pracovníků, většinou senioři odpovídali, že pracovníce, které mají v domově na

starost aktivizaci, jsou šikovné a svoji práci zvládají ve stávajícím počtu. Senioři zaznamenávají, že v domově působí i několik dobrovolníků, názory na ně se však různí.

Při rozhovorech se seniory jsem si uvědomila, že senioři nejsou zcela závislí na nabídce aktivit v domově. Všichni senioři, ať už jakéhokoliv zdravotního stavu, stupni mobility či soběstačnosti, mají své zájmy a aktivity, kterými tráví volný čas. Někomu by se mohlo zdát, že některé aktivity by nepovažoval za vhodné trávení volného času, jako například pozorování přírody a okolí z okna, luštění křížovek by se mohlo zdát jako „stereotypní zabíjení času.“ Přesto jsou i tyto činnosti pro seniory z jistého pohledu aktivizující a přínosné.

Z výzkumu vyplynulo, že se senioři, v době, kdy ještě bydleli doma, realizovali nejvíce v oblasti péči o domácnost, pečováním o jiného člena rodiny, jejich pozornost vyžadoval domácí mazlíček či jiná zvířata. Přirozenou prací i zálibou pro ně byla zahrádka. Tato aktivní práce podporovala a udržovala jejich soběstačnost. V těchto činnostech se realizovali. S příchodem do domova se jim otevřely nové možnosti využití volného času. Senioři se nově setkávají v domově s aktivizací v podobě ranního cvičení včetně zpěvu, rehabilitace, kulturních a společenských akcí. Jedna seniorka uvedla, že se realizuje pomocí psaní krátkých článků do novin, rovněž zastává funkci spoluorganizátorky společenského života v domově. Účast na těchto činnostech však nevyžaduje tak aktivní podíl přístupu ze strany klienta.

Klienti uvedli, že s organizovanými činnostmi jsou v podstatě spokojeni, účast na těchto aktivitách si volí sami dle svých potřeb a také v závislosti na tom, jak se momentálně cítí po zdravotní stránce.

### ***7.7.2.3 Zpracování rozhovorů vedených s pracovníky Domova pro seniory Lukov, kteří pracují ve výchovné péči***

1. Máte nějakou představu, jak trávili svůj volný čas senioři, kteří bydlí zde, v domově pro seniory? Případně jakým koníčkům se doma věnovali?

Výzkumná otázka a)

Jak senioři trávili svůj volný čas?

- Lidé, kteří bydleli na venkově většinou teda, nebo... ne většinou ale určitě jedna skupina trávila venku na zahradě a pěstovali kytičky, starali se o domácí zvířata, chodili na pole...to by byla tak jedna skupina a druhá skupina, nebo spíš aj ti z města, se věnovali spíš těm koníčkům, ručním pracem...
- Já si myslím, že každý člověk ve svém životě, má buď nějakého koníčka nebo nějaké zájmy už od mládí... a v tom věku určitě, jak se říká seniorském, tak to, ten čas mají a tímto se tím koníčkům a zájmům se věnují daleko více
- Jako ženy vlastně myslím, chodí do toho klubu důchodců, někde chodí i muži,
- No, já si teda rozhodně myslím, že trávili svůj volný čas daleko smysluplněji, dokud se nedostali do tohoto zařízení, protože, jednak byli určitě, než přišli sem, daleko soběstačnější, mohli se také více rozvíjet, protože bydleli ve vlastním obydlí
- Jestli celý život byli činorodí, tak vlastně v tom pokračují i tady v domově, ale pokud nebyli zvyklí pracovat, nebo mět své koníčky a zájmy, tak je nedokážou rozvíjet ani nyní
- no určitě se věnovali daleko víc těm svým koníčkům a zábavám než, než mají možnost tady...ale je, ale je to dáno také tím, že toto zařízení je zařízení pro lidi nemocné a staré a...toto je hlavní důvod, že nemůžou pokračovat, v čem by rádi

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- koníčky a zájmy
- práce na zahradce, poli
- chov zvířat
- setkávání s vrstevníky, sousedy
- klub důchodců
- péče o domácnost, domov
- rozvoj osobnosti

- zdravotní problémy, nesoběstačnost
- úzký kontakt s rodinou

#### Jakým koníčkům se doma senioři věnovali?

- rád chodí na zahrádku, na fotbal, sportovní různé takové záležitosti co sou, někdo rád vyšívá, plete, někdo si zajde rád s přáteli, posedí.

#### **Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- sport, procházky
- komunikace, setkání se známými
- ruční práce (vyšívání, pletení)

#### 2. Myslíte si, že se jejich představy blížily tomu, jak tráví volný čas dnes v domově?

##### Výzkumná otázka b)

- Já si myslím, že teda určitě, protože my se snažíme jim tady fakt nabídnout...
- ptáme se, co dělali doma tak to samé jim nabízíme tady... Určitě se každému snažíme vyhovět, co vlastně by dělat chtěl... Určitě se přizpůsobíme.
- No, představy mají, jako většina si myslí, že bude pokračovat. Ale bohužel, ten zdravotní stav, jako jim někdy nedovoluje, jo..., že sou ...někdy to je vlastně nepřekonatelné
- ...jako i komunikace je důležitá s těmato lidima, teda se seniorka, ale vůbec, přístup člověka k člověku. A zase ho tak motivovat tady k tomu, jak byl doma, aby to tady přizpůsobit co nejvíce, co to půjde. Ne na silu, ale tak opatrně, no
- U některých se to dá naplnit, zejména když se jedná o ženy, které se věnovaly ručním pracem, tak ty můžou nadále navázat, pokračovat v této práci

- Můžou tady tu zahrádku nebo opečovávat záhonky,...ale už to není ono, protože těch sil ubývá a ty schopnosti taky už neslouží.
- co se týká pánů, tak ti většinou měli sportovní ambice a jiné tak těm zůstávají už jenom takové hry jako hry v karty a...hlavně vlastně...ti co byli zvyklí chodit, tak mají možnost třeba vycházek do okolí

### Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením

- ano, možnosti domova pro seniory jsou velké
- je zde široká nabídka kulturních akcí
- záleží na jejich zdravotním stavu
- přizpůsobení nabídky trávení volného času možnostem seniora
- klademe důraz na individuální práci se seniorem, motivaci seniora
- záleží na osobnosti seniora a jeho zvyklostech
- neumožňuje naplnění představ seniora
- mnozí senioři si nepředstavovali režim dne

### 3. Věnují se zde, v domově pro seniory, nějakým činnostem, koníčku, kterým se věnovali dříve, když byli doma? Navazujete nějakým způsobem na jejich předchozí koníčky?

#### Výzkumná otázka c)

Pokračují senioři i nadále, v domově pro seniory, ve svých dřívějších činnostech a koníčcích? (V jakých činnostech pokračují?)

- Určitě ano. Máme tady hodně lidí, kteří to co doma dělali si ...nebo co si... ne, které návyky si přinesli, tak určitě dělají. Tady paní se stará o skalku – vzorně, kytičky, které doma, nebo...o které se doma starala, tak to je na jejím prvním místě. Určitě kdo co dělal, tady může dělat



- takže... říkám, jak kdo. Někteří navazují, některým se už nechce, říkám je to tak, ten zdravotní stav, ale navazují a my samozřejmě je k tomu motivujeme.
- máme tu vlastně zářné příklady lidí, kteří, jak jim to počasí dovolí a zdraví jejich, chodí pravidelně ven na vycházky, nenechají nic náhodě, využívají tady možnosti, které jim domov nabízí, všechny akce... nebo vybírají si podle svého vlastně vkusu, nebo své potřeby a myslím si, že je to opravdu v lidech, že někdo se zachová tak, že opravdu... nechce se zúčastňovat a z toho máte lidi, že opravdu vezmou za vděk vším, co se jim nabídne.
- Samozřejmě, všichni si ten program vytváří. Schopnější jako si podle svého, klienti s Alzheimerovou chorobou a tady víceméně i imobilní klienti tak těm se snažíme taky, že i tou četbou nebo komunikací také zpříjemnit takovou... ten volný čas

#### *Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením*

- Ano, někteří jsou samostatní, sami si plánují program, jsou aktivní
- Aktivita seniora se odvíjí od předchozího způsobu trávení volného času
- Ano, někteří potřebují pomoc personálu
- Ano, musím s každým pracovat individuálně
- Záleží na osobnosti a zájmu seniora
- Ano, záleží na jejich motivaci
- Jsou limitováni zdravotním stavem
- Někteří senioři nepokračují v činnostech, nechtějí se ničeho účastnit
- Zahrádka
- Vycházky (příroda, okolí domova)
- Četba

Jakým způsobem navazují pracovníci domova pro seniory na předchozí koníčky a zájmy seniorů?

- Tak po přijetí do domova určitě s každým udělám rozhovor, zeptáme se, co ho baví, nabídnou naše programy, do čeho se může zapojit.
- když už není zrovna tak zdravotně zdatný, tak... za ním chodím s prací na pokoj, pracují na lůžku a určitě se mu to, co by ho zajímalo, k němu dostane...na pokoji teda děláme všechno. Děláme cvičení paměti, kde máme předtisklé různé úkoly, pak děláme ruční práce, některé taky doneseme vlnu, háček, háčkujeme, pleteme, hrajem hry – pexeso, člověče, nezlob se, žolika. Čteme na pokoji
- komunikujeme přímo se seniorama, nebo s jejima...rodiny, blízcí, přátele jejich vůbec...oni se svěří jako i spolubydlícím jako co by rádi... Mají obavy se svěřit třeba
- Určitě navazujeme. První, když přijde člověk do našeho domova pro seniory, musíme zjistit vlastně, kde ten člověk žil, z jakého prostředí pocházel, čím se zabýval a k tomu samozřejmě musíme usměrnit i naše požadavky, nebo navázat na tu jeho činnost, abychom ho vtahli do kolektivu, abychom mu usnadnili ten přechod z domácího ošetřování tady do tohoto ústavního
- a samozřejmě se vyptáváme jaké měli původní zaměstnání, jak ten svůj volný čas, jak ho vlastně dokázali naplnit a snažíme se individuálně pro ně nějakou činnost vytvořit, pokud je to v našich silách a možnostech našeho domova.
- chodíme, nabízíme akce, nabízíme určité činnosti, spíš se setkávám s negativním ohlasem, než že by nás chtěli, nebo chtěli se zapojit a chceme to, my to chceme vlastně pro ty lidi dělat z toho důvodu, že jim to přináší i zdravotní úlevu, aby byli soběstační, aby si zachovali tu svoji schopnost té sebeobsluhy

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- komunikace se seniorem
- zájem seniora o společenský život
- nabízí účast na kroužcích, které pořádají

- přihlíží ke zdravotnímu stavu seniora
- práce s mobilními i imobilními seniory
- komunikace s rodinou, přáteli
- vzájemná důvěra pracovníka se seniorem
- zapojení do kolektivu
- nutnost znát životní příběh seniora
- individuální práce
- pokračování v činnosti jakou dělali doma

4. Myslíte si, že v domově pro seniory, mají senioři dostatek volného času?

Výzkumná otázka c)

- Já si myslím, že určitě. Každý si svůj čas může řídit sám
- No to si myslím, že určitě mají. Mají tu svobodu volnosti... Já si myslím, tady jako když si něco chtějí, vlastně je tady ta pekárna koupená, že mají tady příležitost jako, že ty možnosti tady, ale říkám je to individuální... přístup ke každému
- No tak to já si myslím, že mají času habaděj, přímo! Že určitě nemusí ten svůj čas vlastně trávit jenom od jídla k jídlu, jak někteří rádi, čekají vyloženě od snídaně na oběd, od oběda k večeři a tím to končí

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- ano
- ano, mají mnoho možností jak ho využít

5. A myslíte si, že jsou senioři schopni naplnit svůj volný čas sami, nebo jim s ním musí někdo pomoci?

Výzkumná otázka c)

- No já si myslím, že určitě potřebují pomoc, protože každý už má trošku vlastně i ten věk, i ten zdravotní stav jeho je takový, aby vlastně se mu trošku pomohlo. Takže pořád se ptáme, záleží to jenom ...komunikace vlastně a dobrý přístup a vlastně úcta ke stáří a vlastně chuť, chuť pracovat
- Takže, tady je to horší jako, říkám, ta klientela se mění
- naši jako senioři vlastně spoléhají na tu pomoc tady od nás sociálních péče a tak jako... sociálních pracovníků a vedení vůbec domova.
- Já si myslím, že to taky závisí na povaze člověka. Někdo kdo je schopný se starat se o sebe celý život, tak je schopný si to smysluplně, ten svůj prostor, to volno, naplnit sám. Ale kdo byl trošičku takový odstrkovaný, nebo... to je špatné slovo, řekla bych, ...nebyl zvyklý kolem sebe si dělat všechno sám, nebo ho musel někdo postrčit, do něčeho trošku donutit, tak je potřeba, aby tento člověk byl trošku vtažen do té činnosti a pak možná se i zapojí.

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Potřeba pomoci pracovníků
  - Spoléhají na naši pomoc
  - Aktivní senioři se snaží vyplnit si volný čas sami
  - Vždy je nutný individuální přístup
  - Záleží na zdravotním stavu seniora
  - Důležitý je přístup, úcta, respektování seniora
  - Potřeba motivace seniorů
6. Myslíte si, že tady působí dostatečný počet pracovníků, včetně dobrovolníků, kteří připravují akce pro seniory?

Výzkumná otázka d)

- Tak já si teda myslím, že nás stačí, ale nikdy není dost. Každá ruka je dobrá a určitě, i když by nás bylo ještě jednou tolik, tak určitě se tím lidem budem taky věnovat a určitě dycky... každá ruka je dobrá, no. Ale myslím si že, jako... že nestrádají, že vlastně i ti co tady sme, tak že stačíme, ale...ale... pro zábavu určitě by se tu uživili i další
- No není. Já si myslím, že není. Ale bohužel ...pro lidi, kteří si, sou odkázání na pomoc druhých, nebo tak nějak, vyžadují péči a když sou i nějaké akce, že tady kolem těch lidí je spousta práce, ta komunikace je tak obrovská, těch lidí, bych řekla, je pořád nedostatek a bude
- No, z mého pohledu by možná bylo vhodnější, kdyby na každé oddělení připadala alespoň jedna pracovnice, protože vzhledem k počtu uživatelů, kterých je tady zřejmě 217, při plné kapacitě, je to dost náročné. My jsme tady tři, na tomto úseku, a dobrovolníků, kteří dochází..., vlastně se to asi mění podle, podle možností.

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Nedostatečný stávající počet
- Musíme to zvládnout ve stávajícím počtu
- Bylo by potřeba většího počtu pracovníků
- Mění se počty dobrovolníků

7. Zapojují se senioři do akcí, které se v domově pro seniory, pořádají? A v případě že ano, tak do jakých akcí se zapojují nejčastěji

Výzkumná otázka e)Zapojují se senioři do akcí pořádaných v domově?

- Takže senioři se hodně často zapojují do všeho, i když je tady skupina, která se nezapojí nikdy na nic, ale to už je asi v něm, takže asi i doma o to zájem neměl

- rádi nám pomůžou, když něco děláme, takže...ale ...pořád se musí s něma komunikovat, pozvat, zajít, říci, aby nám pomohli.
- Tady se senioři zapojují do akcí, říkám, zas je to tady individuální. Každý si může vybrat co, co ho baví a my už vlastně máme taky tady s kolegyněmi vytipované...
- Já myslím, že se zapojí, hlavně ti aktivní, se zapojují,... Říkám, ti, kteří byli aktivní, tak se zapojují ale s těmi pasivními, nebo s těmi věčnými odpůrci, negativisty, se těžko domluvíte.... v současnosti, kdy máme sestavený výbor obyvatel, tak ten je dost aktivní,... Jsou vlastně přinuceni se chápat některých věcí, že si musí vést sami své peněžní prostředky, účetnictví, svolávat si lidi, vlastně působí na to, aby se tady něco dělo, aby veškeré kulturní akce byly pro ně vhodné a aby se jim líbily

#### **Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Ano, zapojují se do všeho
- Někteří senioři se nezapojují
- Ano, někteří s námi spolupracují, musíme je neustále informovat
- Záleží na zájmu seniora
- Sdílení informací mezi pracovníky o možnostech a potřebách seniorů
- Spolupráce vedení domova s Výborem obyvatel

#### **Jaké akce si nejčastěji senioři, v domově pro seniory, volí?**

- Jako je to různorodé tady ty...nabídku mají dost velkou a můžou se přizpůsobit tady těm kroužkům
- Já si myslím, že je dost ručních prací, taky to je, potom je...procvičování paměti, to taky je oblíbené. Jak máte třeba ten literární kroužek, tam nás bývá také kolem dvaceti, někdo si poslechne tu četbu na pokračování.

- Muzikoterapie je taky je dost oblíbená, různé tady co pořádá domov. Nebo ten pan Mikl, když hraje, hudební, nebo různé koncerty atd. Mše svatá samozřejmě, svatý růženec, modlitba svatého růžence.
- A když je teplo, nebo tak procházky kolektivní

### Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením

- Vybírají si z široké nabídky kulturních programů i kroužků
- Nábožensky zaměřené aktivity
- Procházky, individuální i skupinové
- Ruční práce
- Hudební vystoupení – dechovka
- Muzikoterapie
- Ruční práce
- Cvičení paměti
- Literární kroužek

8. Co se Vám, jako pracovníkům, v domově z pořádaných akcí, které se tu konají, nejvíce líbí a proč?

### Výzkumná otázka e)

- určitě většině lidí se tady líbí hudební akce. Nejvíce oslavy jubilantů, jak tady hrají. Vlastně hudba je odjakživa vlastně jejich koníček, to bylo už... co si donesli z domu a jak je tady nějaká oslava nebo i tanec, takže to je asi jejich nejvíc oblíbené
- no tak mi se líbí celkem všechno, kde se ti lidi sejdou jako když to můžu říct, že je na nich vidět, že sou rádi, sou nadšení

- když je aj ten dole pan Mikl, orchestr pana Mikla, nebo když je tady živá hudba, zpěv, jako prostě.....vidím, že mají radost a to mě těší taky, no
- Co se týká hudby, tak ta je vždycky vtahne, přivolá, že i když o některé akci neví a uslyší tu muziku, tak opravdu se sejdou, sesednou si, rádi poslouchají

### Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením

- Hudební akce
- Posezení, oslavy jubilantů
- Radost a nadšení seniorů
- Spokojenost seniorů

### 9. Co se Vám, jako pracovníkům, na pořádaných akcích nelíbí a proč?

#### Výzkumná otázka e)

- Tak co by se mi nelíbilo, že je to zrovna taková mezi nima rivalita, že takoví už na sebe pohlížejí, že ... třeba na tom vozíčku už jim zrovna jim tam... už není ten člověk nějak milý, spíš ten věk je tam možná na překážku někdy
- No, pořád...tak dycky se, ne dycky, ale najde se něco...naši klienti někdy, senioři jsou někdy netrpěliví, ale to jim nemůžeme vyčítat. Jako už mají své místa vyhraněné a někdy se mi nelíbí, že ti schopnější neumožní, nebo když vezeme někoho na tom kolečkovém křesle a chceme tady...protože všichni mají stejné jako tady práva
- Ta tolerance jako by, ...to se začíná vytrácet, jako to se mi dost nelíbí, že... Ale to je vůbec i nejenom u nás v domově, ale je to i mezi lidima vůbec celkově. Je asi taková doba teď, že
- ...někdo řekne tak toto, na toto nejdu, nebo někdo - to já už sem viděl. Oni už to říkají tak, že sou...vlastně se jim ani nechce, nebo mají nějakou averzi, ten tam bude, tak já nepůjdu, jo, mezi sebou.



**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Chování některých seniorů
- Vzájemné vztahy mezi seniory
- Netrpělivost, vzájemná netolerance vůči ostatním seniorům

10. Co zde podle Vás v programu pro seniory chybí?Výzkumná otázka d)

- já si myslím, že bylo nevhodnější, kdyby tady některý z těch seniorů opravdu měl hudební nadání a dokázal hrát na hudební nástroj...mě tady chybí, právě říkám, víc kdyby bylo seniorů, co se tvrdí: co Čech, to muzikant, ale zatím to tady nepozoruji, že málo, málokterý senior tady hrál na nějaký hudební nástroj, nebo je dokázal opravdu takto...vtáhnou, ty svoje spolubydlící a svoje ostatní kolegy, že by se nějak scházeli sami dobrovolně u nějakého hudebního dýchánku
- Podle mě jim tady trochu chybí vlastně to domácí prostředí, že kdyby tady byly nějaké domácí zvířata, nebo nějaký ten pejsek, nebo kočička, to by určitě uvítali
- No, tak co by jim tak chybělo tady? ...mě by se tak líbilo, kdyby se něco...promítat se něco pro ně. Promítačku nějakou a nějaké větší plátno. A nějaké takové plátno větší, kde by se třeba dokumentární, nebo nějaké různé záběry, kde by se povzpomínalo, nebo něco pěkného

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Promítací sál
- Hudebně nadaný senior, hudební nástroj
- Větší aktivita seniorů, zapojení seniorů do programů
- Domácí zvířata

11. Co Vám přináší práce se seniory? Případně kde se inspirujete při vytváření programů pro seniory?

Co Vám (pracovníkům) přináší práce se seniory?

- Tak práce se seniory mě baví, protože mě baví všechna práce. Mám ráda lidi, ráda přinesu nějaké nové poznatky
- já su ráda, že můžu tady v tom, tady v těchto zařízeních pracovat, že můžu být nápomocna tady o tyto lidi se starat a ulehčovat jim, jako to, další žití, nebo tu nemožnost, že přispívám... A jako je to celkově takové...mě to uspokojuje a jsem ráda, že ten člověk...má to smysl, ano, že vidím, potěší Vás, když očka zajiskří. ...to je takové naplnění, že člověku můžu pomoci
- a mám z toho radost a jsem ráda, že vlastně ta práce, nebo jako někdo řekne je i můj koníček, ale opravdu mám z toho radost, když vidím, že jo tady sem něco udělala, má to smysl, jede to dál jako.
- ...práce se seniory, je hodně těžká, bych chtěla především naznačit. Je těžká, protože je to práce s lidmi, je to práce se starými lidmi, kteří opravdu už za celý svůj život...člověk k nim musí mít určitou vážnost, nebo vážit si jejich práce, kterou udělali pro nás, pro společnost ale říkám, přesto mají i svoje negativní vlastnosti a ty vlastnosti negativní si přinášejí samozřejmě sem, do tohoto zařízení a ony se skutečně prohlubují, nebo vyplouvají na povrch a to mě teda hodně vadí, že opravdu se starými lidmi se někdy těžko, těžko domluvíte... Je to náročnost, člověk je opravdu, jak se říká, ne vyhořelý, ale někdy, někdy po tom týdnu, po té službě se cítíte opravdu vyždímaný...takový...
- je to zase práce na druhou stranu se dovídáme spoustu nových věcí taky. Oni samozřejmě mají kladné, kladné věci se od nich dají přejímat. Mají zkušenosti.

**Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Možnost sociálních kontaktů

- Sebeuplatnění
- Vidí smysluplnost v práci se seniory
- Možnost pomáhat druhým lidem
- Psychickou zátěž
- Náročná práce, která mě vyčerpává
- Nové životní zkušenosti

#### Kde se pracovníci inspirují při vytváření programů pro seniory?

- Chodím na různé kurzy, časopisy mě zajímají, sleduji v televizi různé takové programy, takže...mám nápadů habaděj
- Je velice důležité kontakt se seniorama vůbec, přímý kontakt, individuálně, jo buď přímo s tím seniorem nebo s jeho rodinou. Toš i rodiny jako to se zeptám
- ...a přímo mě inspirují tady ti lidé, ti senioři
- Tak nejenom já, ale spolu s kolegyněmi si musíme předávat nějaké nápady a hlavně se inspirujeme: sledujeme pořady v televizi, dokonce musíme si kupovat nebo se díveme na časopisy odborné, samozřejmě internet nemůžeme opomenout, ten nám v tom napomáhá a pak s některými nápady přicházejí sami naši obyvatelé, takže...čerpáme, kde se dá.

#### **Významy přiřazené uvedeným signifikantním slovním spojením**

- Kurzy, semináře
- Odborná literatura
- Televizní pořady
- Kontakt se seniorem, rodinou seniora
- Sdílení informací v pracovním kolektivu

- Internet

#### ***7.7.2.4 Zobecněné závěry vyplývající z rozhovorů vedených s pracovníky Domova pro seniory Lukov, pracující ve výchovné péči***

Při tomto výzkumu vedenému s pracovníky Domova pro seniory Lukov, kteří mají na starosti zejména vyplnění volného času seniora, se pracovníci vzájemně shodovali v několika odpovědích. Na jedné straně vidí přínos domova v široké a pestré nabídce aktivizačních činností pro seniory, na straně druhé si uvědomují i možnosti, které skýtalo seniorům přirozené prostředí vlastního domova. Podle výpovědí pracovníků měli senioři doma společenské vyžití především formou vzájemného střetávání se se svými přáteli a sousedy, měli kontakt s kluby důchodců a tím i s místní komunitou.

Nástupem, do domova pro seniory, se pro seniora mění mnoho věcí. Nejde však pouze o změnu prostředí. Senioři ztrácí každodenní kontakt s lidmi, které znávali, místo nich se jim nabízí možnost kontaktu s lidmi úplně novými. Každý senior vnímá tuto změnu citlivě a reaguje na ni různě. Pracovníci se tak ocitají v roli jakýchsi prostředníků, či zprostředkovatelů mezi seniorem a jeho „novým domovem.“ Svou roli si však uvědomují a snaží se nejprve o navázání kontaktu s klientem. Z počátku věnují pozornost spíše individuální práci, která spočívá v komunikaci se seniorem. Naslouchají jeho představám a pozvolna se snaží o jeho zapojení do života v domově prostřednictvím toho, co mívá rád – jeho koníčků a zálib. Snaží se navazovat na jejich předchozí způsob života, který však vyžaduje informace jak ze strany seniora, tak jeho příbuzných či známých. Důležitost kladou na znalosti životního příběhu seniora a vybudování vzájemné důvěry. Za samozřejmé považují respektování klienta v závislosti na jeho aktuálním zdravotním stavu.

Všichni dotázaní pracovníci se shodli, že v domově mají senioři dostatek volného času, při kterém spoléhají především na pomoc ze strany personálu. Někdy může být pomoc i velmi minimální, přesto ji však pracovníci vnímají jako potřebnou. Všichni dotázaní pracovníci se dále shodli, že je jejich stávající počet, pro práci při aktivizaci klientů, nedostatečný, i přesto, že na poli aktivizace seniorů působí několik dobrovolníků. Zde

shledává jedna pracovnice negativním faktem nestálost a následný měnící se počet dobrovolníků.

Pozitivní je při tvorbě a realizaci programů pro seniory jejich zájem a následná účast. Samozřejmě se najdou i senioři, kteří se těchto programů neúčastní. Zde se nabízí opět prostor pro individuální práci s klientem, důležitý je přístup i respekt ze strany pracovníka.

Pracovníci uvedli, že domov, jako instituce poskytuje širokou nabídku různě zaměřených kroužků i kulturních a společenských programů. K této široké nabídce přispívá i spolupráce se seniory při jejich tvorbě, především prostřednictvím spolupráce ze strany Výboru obyvatel, ale i sdílení informací mezi pracovníky. Ti také vnímají potřeby seniorů. K nejčastěji navštěvovaným akcím ze strany seniorů patří podle pracovníků nábožensky zaměřené aktivity, ruční práce, muzikoterapie, cvičení paměti, literární kroužek i veškerá živá hudební vystoupení. Z obsahového hlediska stávajících programů neměli pracovníci připomínky, za negativní však označili vzájemné chování a vztahy mezi seniory, někdy se vyskytující netrpělivost a netoleranci vůči méně soběstačným a imobilním klientům.

Zkvalitnění nabízených programů pro seniory vidí například v rozšíření stávající nabídky aktivit, například vybudováním promítacího sálu. Ten by mohli senioři využívat zejména v zimních měsících a při nepříznivém počasí, neboť tento čas nemohou trávit senioři procházkami nebo posezením venku na lavičce. Další pracovnice uvedla, že jí v domově chybí hudebně nadaný senior, který by hrál na hudební nástroj. Také by bylo přínosem chovat některá domácí zvířata v domově, o které by se senioři starali a tím by se více přiblížili domácímu prostředí.

Oproti seniorům a jejich příbuzným a známým byla pracovníkům položena doplňující otázka, která souvisí s jejich prací – vytváření programů pro seniory. Co těmto pracovníkům přináší práce se seniory a kde se inspirují při vytváření takových programů? Přesto, že pracovníci pociťují psychickou zátěž a svoji práci vnímají jako náročné povolání, tak vidí v této práci smysl. Možnost pomáhat seniorům, jim přináší nové životní zkušenosti. Tyto získané zkušenosti pak přenáší zpět do své práce.

Důležitým faktorem i předpokladem jejich práce je vlastní kreativita. Nápady čerpají pracovníci z různých zdrojů. Mezi základní zdroje nových nápadů patří kromě rukodělných kurzů a tvořivých seminářů také televizní pořady, internet, předávání si informací

v pracovním týmu a v neposlední řadě je inspirují sami senioři. Ti pracovníky mnohdy překvapí svou šikovností, zručností, nápady a svým umem.

## 7.8 Průběh a zpracování dotazníků

Otázky dotazníky byly vytvořeny tak, aby korespondovaly s otázkami pro výzkumné polostrukturované rozhovory a vztahovaly se k vymezenému výzkumnému problému. V měsíci lednu proběhl předvýzkum, kdy byli požádáni dva příbuzní seniorů a dvě sociální pracovnice, aby vyplnili dotazník. Tento předvýzkum sloužil k ujasnění otázek, řešily se náměty a připomínky, ověřovalo se, zda respondenti pochopili dané otázky. Otázky byly poté upřesněny a lépe zformulovány.

Dotazníky byly příbuzným a známým seniorů, žijících v domově pro seniory Lukov, k dispozici buď při vstupu do zařízení u tzv. knihy návštěv, do které je každý příchozí povinen se zapsat, nebo u sociálních pracovnic, kde byl dotazník nabídnut k vyplnění. Dotazníky byly tedy volně přístupné, respondenti měli možnost zvolit si, zda dotazník vyplní. Vyplnění dotazníku bylo anonymní. Vyplněné dotazníky měli respondenti odevzdat do označené a zabezpečené schránky u vstupu do zařízení.

Sběr dat formou dotazníku probíhal od začátku měsíce února do poloviny měsíce března.

### 7.8.1.1 Zpracování dotazníků

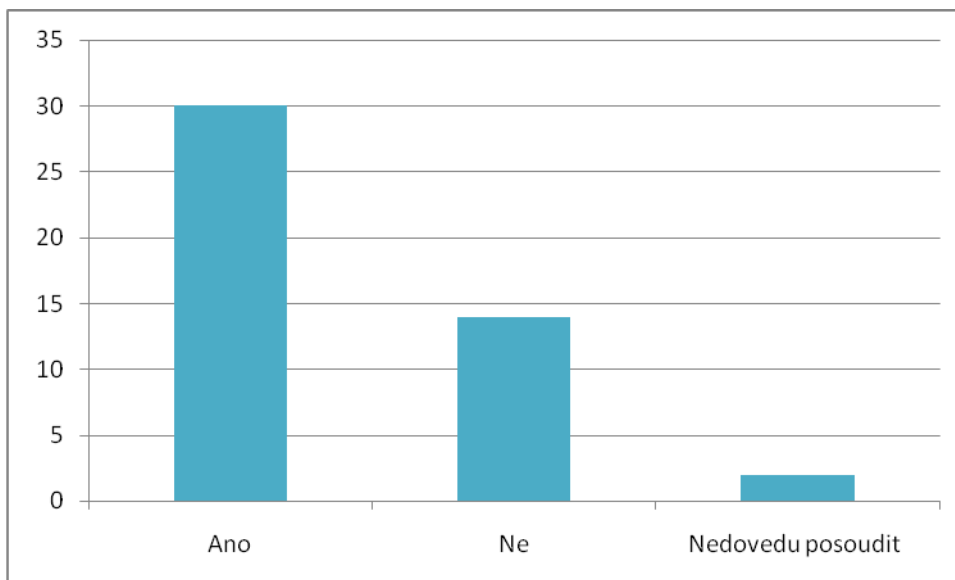
Tato metoda byla zvolena na dokreslení hlavního výzkumného problému. Uvedená čísla zaznamenaná v jednotlivých grafech označují absolutní četnost odpovědí respondentů.

Otázka č.1.

**Myslíte si, že váš příbuzný (známý) vyplňuje svůj volný čas v domově stejným způsobem, jak ho vyplňoval doma?**

30 respondentů si myslí, že jejich příbuzný či známý vyplňuje svůj volný čas stejným způsobem, jak ho vyplňoval doma, 14 respondentů si myslí, že volný čas stejným způsobem

senior nevyplňuje. 2 respondenti nedovedou posoudit, zda senior vyplňuje volný čas stejným způsobem, jakým ho doma vyplňoval.

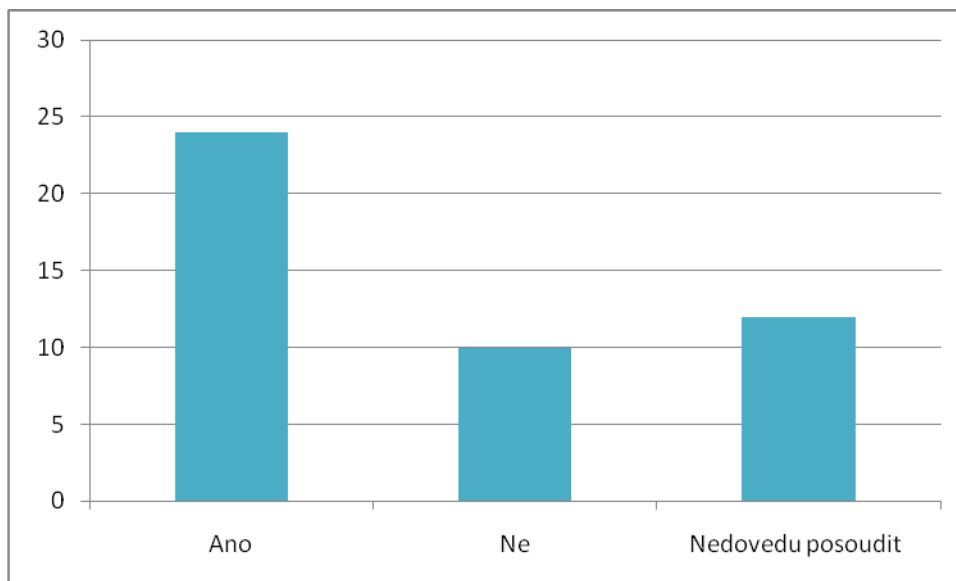


**Graf č. 1 – Vyplňuje senior volný čas v domově pro seniory stejně, jak ho vyplňoval doma?**

Otázka č.2.

**Myslíte si, že se jeho představy před nástupem do domova blížily tomu, jak tráví volný čas v domově pro seniory v současnosti?**

24 respondentů si myslí, že představy seniorů byly shodné s tím, jak nyní tráví seniory svůj volný čas v domově pro seniory. 10 respondentů uvedlo, že se představy seniorů lišily od způsobu nynějšího trávení volného času a 12 respondentů vůbec nedovedlo posoudit, jak se představy seniorů blížily současnému způsobu trávení volného času.



**Graf č. 2 – Blížily se představy seniora o trávení volného času současné realitě?**

Otázka č.3.

**Věnuje se nějakým činnostem, koníčkem, kterému se věnoval dříve?**

36 respondentů uvedlo, že senioři pokračují v nějakém dřívějším koníčku či činnosti, která ho bavila. 10 respondentů odpovědělo, že se senioři dřívějšímu koníčku nevěnují. Možnost nevím neoznačil žádný respondent.

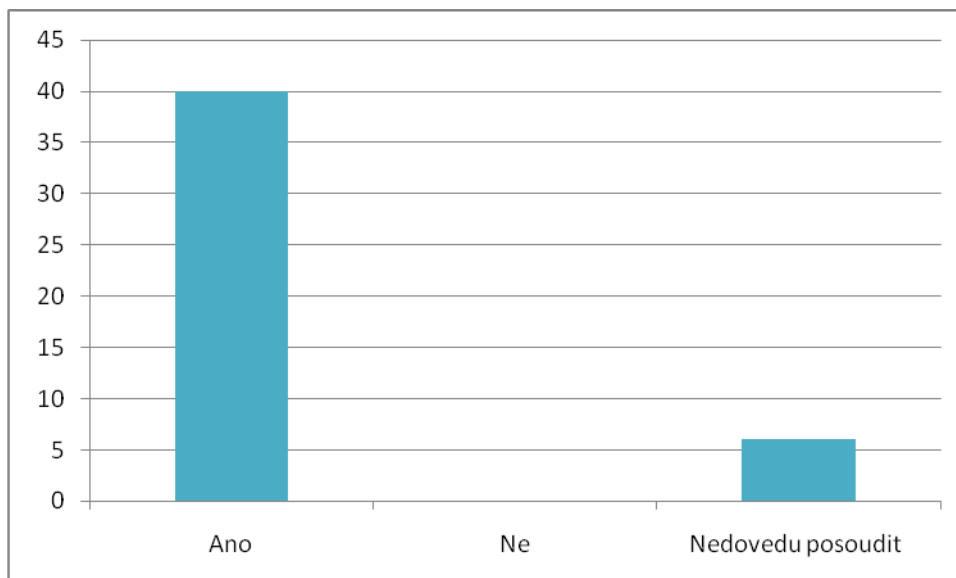
Mezi uváděné činnosti, či koníčky, ve kterých senior pokračuje, uváděli respondenti nejčastěji: ruční práce (pletení, vyšívání obrázků, ubrusů, háčkování), procházky v přírodě, luštění křížovek, četba literatury, sledování televize, poslech rádia. Další odpovědi respondentů byly: setkávání s přáteli, malování, sportovní aktivita – hraní kuželek.

Otázka č.4.

**Myslíte si, že zde mají senioři dostatek volného času?**

Téměř většina respondentů si myslí, že senioři mají v domově dostatek volného času. Odpověď a označilo 40 respondentů. Žádný respondent neoznačil odpověď ne. 6 respondentů se vyjádřilo, že nedovedou posoudit oblast dostatku volného času.



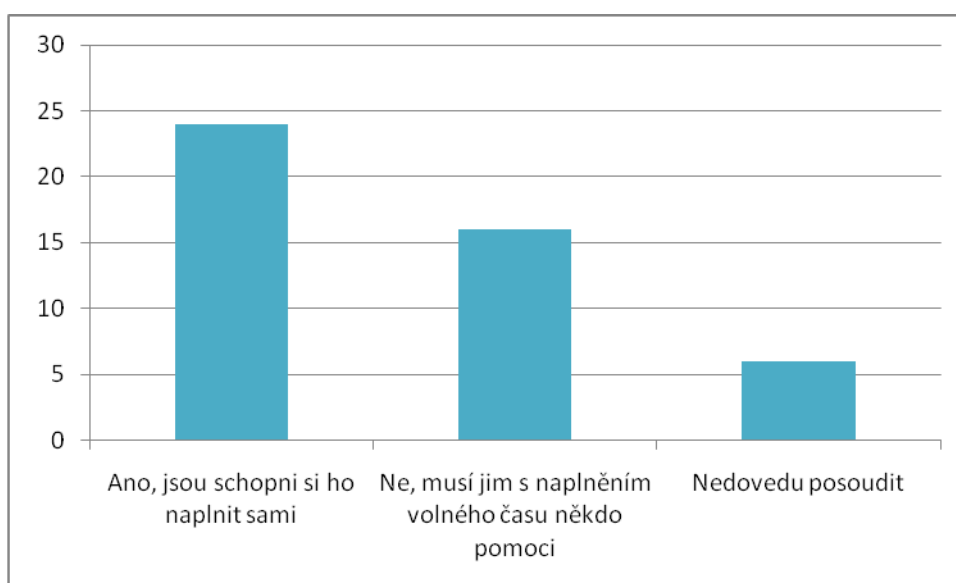


**Graf č. 3 – Dostatek volného času u seniorů**

Otázka č.5.

**Myslíte si, že jsou senioři schopni naplnit svůj volný čas sami, nebo jim s ním musí někdo pomoci?**

Odpověď: Ano, jsou schopni si ho naplnit sami, označilo 24 respondentů. 16 respondentů se domnívá, že seniorům musí být někdo nápomocen při vyplňování jejich volného času. 6 respondentů nedovede posoudit, zda jsou senioři schopni naplnit svůj volný čas sami, či jim s tímto naplněním musí někdo pomoci.

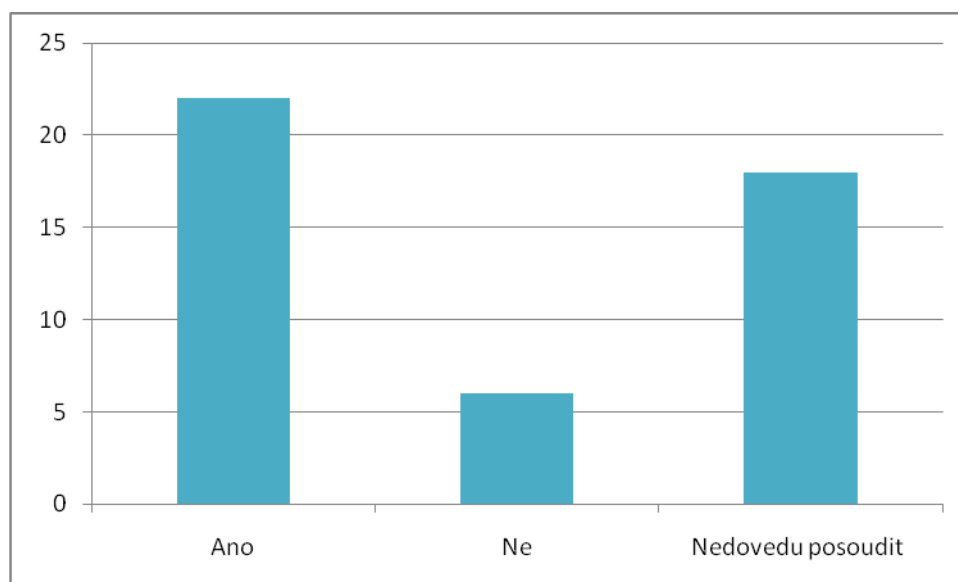


**Graf č. 4 – Schopnost seniorů naplnit svůj volný čas**

Otázka č.6.

**Myslíte si, že zde působí dostatečný počet pracovníků, kteří připravují kulturní a aktivizační program pro seniory?**

Stávající počet pracovníků, kteří působí v oblasti přípravy aktivizačních programů, shledává 22 respondentů za dostatečný. 6 respondentů se domnívá, že v domově nepůsobí dostatečný počet pracovníků připravující kulturní a aktivizační program pro seniory. 18 respondentů označilo možnost c, tedy nedovedu posoudit, zda v této oblasti působí dostatečný počet pracovníků.



**Graf č. 5 – Dostatečnost počtu pracovníků v aktivizační oblasti**

Otázka č.7

**Zúčastňuje se váš příbuzný (známý) akcí, které se v domově pro seniory konají?**

42 respondentů uvedlo, že se senior účastní pořádaných akcí, které se konají v domově pro seniory.

Ve svých doplňujících odpovědích uváděli, jakých akcí se senior zúčastňuje. Jedná se o: kulturní vystoupení, které se pořádají ve společenské místnosti. Nejčastěji jde o vystoupení dětí a hudební vystoupení dechové kapely. Dále pak senioři navštěvují ranní rozevčičky,

kroužek cvičení paměti, využívají dostupnosti domovské knihovny a kaple, hrají karty, vyrábějí různé dekorace v kroužku ručních prací a v keramickém kroužku. Jezdí na zájezdy, které pořádá domov pro seniory.

2 respondenti uvedli, že se jejich příbuzný či známý žádných akcí v domově nezúčastňuje. Stejně množství respondentů uvedlo, že nedovedou posoudit to, zda se jejich příbuzný pořádaných akcí účastní.

Otázka č.8

**Co se Vám, jako rodinným příslušníkům, v domově z akcí, které se zde konají, nejvíce líbí?**

Tato otázka zůstala v mnoha dotaznících nezodpovězena, nebo respondenti uvedli, že se akcí v domově pro seniory neúčastní, případně že neví, co by k této otázce uvedli.

V případě, kdy respondenti uvedli odpověď, napsali: výstava ručních prací seniorů, možnost jet na zájezd, procházky a vyjížďky s hůře se pohybujícími klienty, které vykonávají dobrovolníci, vystoupení dechové kapely naživo, velká nabídka programů, ruční práce.

Otázka č.9

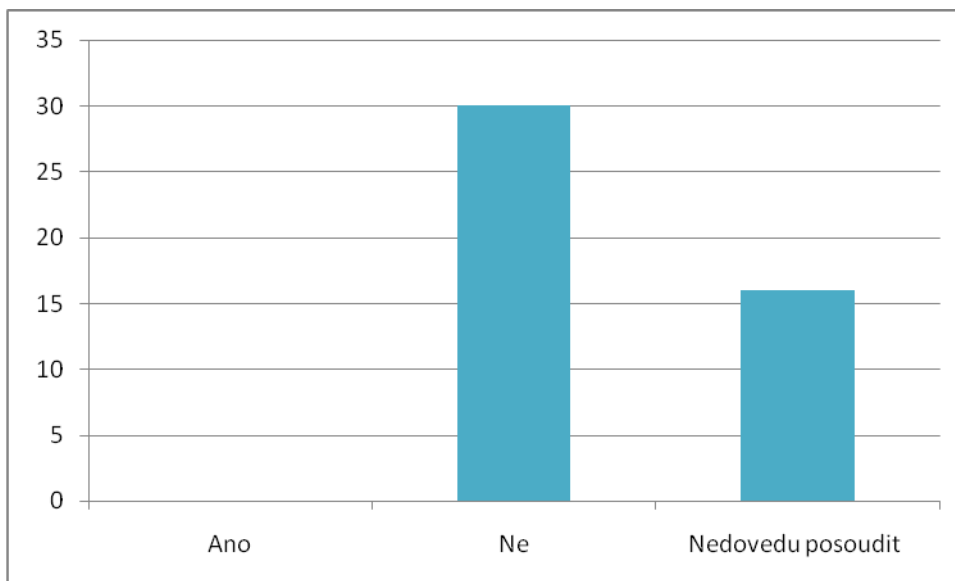
**Jaká akce, která se zde v domově pro seniory konala, se Vám nelíbila?**

Podobně jako v případě otázky č.8., byla i tato otázka respondenty velmi málo vyplňovaná. Nejčastěji respondenti uváděli, že neví, nebo že se akcí v domově pro seniory neúčastní a proto ji nemůžou zodpovědět. Jeden respondent uvedl, že se mu zdají prostory ve společenské místnosti při pořádaných kulturních akcích příliš malé.

Otázka č.10

**Myslíte si, že je zde nějaký program pro seniory nadbytečný?**

30 respondentů uvedlo, že se jim žádný program, který se v domově koná, nezdá pro seniory nadbytečný. 16 respondentů nedovede posoudit, zda je nějaký program nadbytečný. Žádný respondent neuváděl možnost a, ani se konkrétně nevyjádřil, který program je podle něj pro seniory nadbytečný.

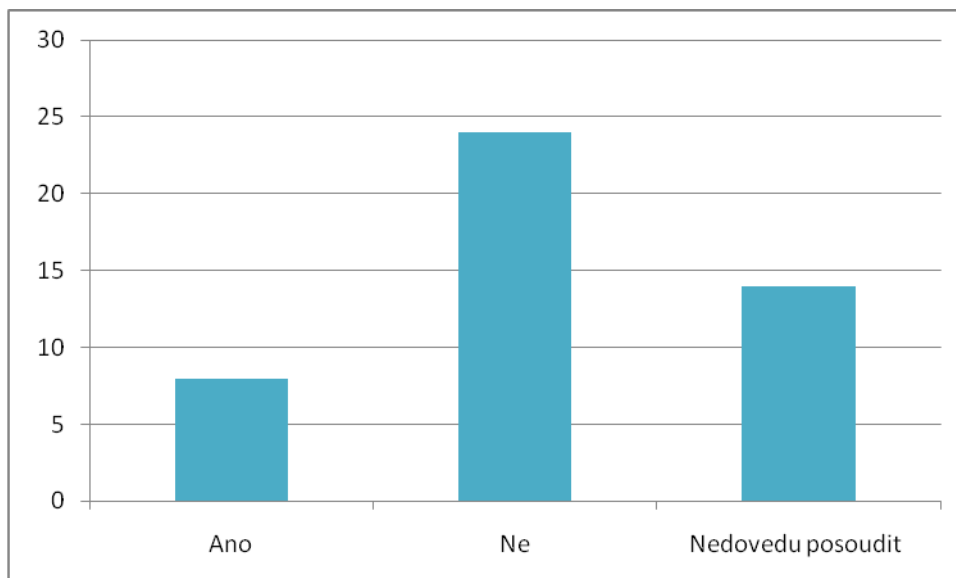


**Graf č. 6 – Nadbytečnost programů pro seniory v zařízení**

Otázka č.11

**Myslíte si, že váš příbuzný (známý) něco postrádá v nabídce realizovaných akcí zde, v domově pro seniory?**

8 respondentů se vyjádřilo souhlasně s tím, že jejich příbuzný, nebo známý něco postrádá v nabídce realizovaných akcí v domově pro seniory. Z uvedených odpovědí se jednalo o možnost větší nabídky zájezdů a výletů do okolí, možnost návštěvy divadla, zřízení výtvarného kroužku. 24 respondentů odpovědělo, že si nemyslí, že jejich příbuzný něco v nabídce postrádá a 14 respondentů nedovede posoudit, co by senior mohl postrádat v nabídce realizovaných akcí.



**Graf č. 7 – Postrádá senior něco v nabídce realizovaných programů?**

#### **7.8.1.2 Zobecněné závěry vyplývající z dotazníkového šetření, provedeného s příbuznými a známými seniorů z Domova pro seniory Lukov**

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že si příbuzní a známí seniorů z Domova pro seniory Lukov myslí, že senioři vyplňují v podstatě svůj volný čas v domově stejným způsobem, jak ho byli zvyklí vyplňovat doma.

Doma se každý senior něčemu věnoval a příbuzní a známí seniorů si všímají, že v domově pro seniory téměř každý v nějaké své oblíbené činnosti či koníčku pokračuje. Do uváděných činností a koníčků zahrnuli činnosti patřící do ručních prací, jako pletení, vyšívání obrázků, ubrusů, háčkování, procházky v přírodě, luštění křížovek, četba literatury, sledování televize, poslech rádia, setkávání se s přáteli, malování i různé sportovní aktivity jako je cvičení, hraní kuželek.

Skoro všichni respondenti uvedli, že se senioři, jejich příbuzní nebo známí, v domově účastní akcí, které jsou pro ně připravovány. Mezi nejnavštěvovanější akce podle respondentů patří hudební vystoupení – dechová hudba a vystoupení dětí. Dále senioři navštěvují různé kroužky, které se v domově pravidelně pořádají. Jedná se zejména o cvičení paměti, keramický kroužek a kroužek ručních prací. Oblíbenou formou využití volného času je návštěva knihovny domova a také menší kaple, která je součástí domova. Z ostatních akti-

vit seniorů je to účast na ranní rozcvičce, hraní karet i účast na zájezdu, např. na sv. Hostýn.

Téměř všichni respondenti se shodli, že senioři mají v domově dostatek volného času. Větší část respondentů se domnívá, že senioři jsou schopni naplňovat svůj volný čas sami dle svých potřeb a zájmů. Menší skupina respondentů zastává názor, že je třeba určité pomoci při naplnění volného času seniorů. Související otázkou s vyplněním volného času seniorů je i fakt, zda li v zařízení pracuje dostatečný počet pracovníků, kteří připravují kulturní a aktivizační program pro seniory. Téměř polovina respondentů se domnívá, že stávající počet pracovníků je dostatečný. Druhá část respondentů nedovedla posoudit, zda li je počet pracovníků pracujících na „aktivizačním úseku“ dostatečný.

Nejvíce vynechávané otázky při vyplňování byly otázky posouzení z řad příbuzných a známých seniorů žijících v domově pro seniory Lukov, k hodnocení pořádaných akcí. Respondenti nedovedli zodpovědět, která akce se jim osobně líbila či nelíbila. V odpovědích převažovalo vyjádření respondentů, buď že neví, nebo že se pořádaných akcí spolu se seniory neúčastní a proto je nehodnotí. Přesto se však našli respondenti, kteří na pořádaných akcích pochválili možnost zájezdů pro seniory, vyjížděky na invalidním vozíku s hůře se pohybujícími nebo téměř se nepohybujícími seniory, živé vystoupení dechové kapely a jiných souborů. Někteří respondenti ocenili širokou a rozmanitou nabídku programů pro seniory. Kladné ohlasy byly také zaznamenány na pravidelně se konající výstavky ručních prací, kde si jak senioři, tak i veřejnost, mohou prohlédnout výrobky vyráběné seniory v kroužcích ručních prací a keramiky.

Žádný respondent neuvedl konkrétní akci, která by se mu v domově nelíbila, připomínka byla pouze k prostorovému zázemí v místnosti, kde se konají kulturní akce. Žádný z dotazovaných respondentů si nemyslí, že je nějaký probíhající program pro seniory nadbytečný. Spíše se shodovali v názoru, že žádný takový nadbytečný program není, řada respondentů tuto otázku nedovedla posoudit. Stejně tak si mnoho respondentů myslí, že senioři, v oblasti využití volného času a nynější nabídce realizovaných akcí, nic nepostrádají, nebo nedovedou posoudit, zda by v této oblasti senioři něco postrádali.

## 7.9 Shrnutí výsledků výzkumu

Volný čas, je doba, kterou senior v domově pro seniory vnímá velmi citlivě. Tvoří převážnou část dne seniora a o jeho vyplnění si rozhoduje vždy sám senior.

Výzkumu se zúčastnilo 10 seniorů, 3 pracovnice, které působí v oblasti aktivizační činnosti pro seniory a 46 respondentů z řad příbuzných či známých seniorů bydlících v Domově pro seniory Lukov.

Z výzkumu vyplynulo, že jednotlivé kategorie dotazovaných respondentů, ať už seniorů, zaměstnanců či příbuzných a známých seniora vnímají některé oblasti volného času stejně, v jiných oblastech se výpovědi lišily.

Všechny kategorie respondentů vnímaly seniory v původním bydlišti jako poměrně aktivní lidi, kteří museli vyvinout určitou činnost, díky které byli soběstační a mohli se rozvíjet. Senioři trávili doma nejčastěji čas různými povinnostmi a domácími pracemi, dále se věnovali partnerovi. Řada z nich přesně nerozlišuje, co byla domácí práce a co už jejich koníček. Téměř všichni dotazovaní senioři se shodli v názoru, že v době, kdy byli doma, si nepřipouštěli možnost odchodu z domova a odstěhování se do domova pro seniory. Důvody, které je vedly opustit své přirozené prostředí, byly nejčastěji zdravotní potíže, snížená schopnost sebeobsluhy, ztráta partnera či jeho onemocnění a následné nezvládání péče o něj.

S nástupem do domova pro seniory nastává určitá změna v oblasti trávení volného času. Všechny kategorie respondentů se shodly, že senioři mají v domově pro seniory dostatek volného času, někdy „prý až moc!“ Je to dáno tím, že z denního režimu jim vypadly běžné povinnosti péče o domácnost, nebo se snížila jejich míra, protože domov jim poskytuje základní služby jako vaření, praní a úklid.

Většina seniorů se shodla v tom, že je schopna naplnit svůj volný čas sama, že jim s touto oblastí nemusí nikdo pomáhat. Pracovníci zařízení se však shodli na opaku. Ti tvrdí, že i schopnému seniorovi je třeba alespoň v minimální míře s vyplněním volného času pomoci. Někde uprostřed v tomto mínění se nachází kategorie příbuzných. Dvě třetiny z nich se domnívají, že senior vyplňuje volný čas stejným způsobem, jako když byl doma, sám a

s jistou dávkou aktivity a jedna třetina příbuzných si myslí, že je třeba seniorům v oblasti volného času, ze strany pracovníků zařízení, vypomoci.

Rozdílné výpovědi jsem zaznamenala také v otázce počtu pracovníků. Senioři nejčastěji uváděli, že si myslí, že pracovníků v aktivizační oblasti je dostatek, že jsou šikovní a zruční, oceňovali jejich dobré nápady a vynalézavost. Sami pracovníci se shodli, že je jich nedostatečný počet, jedna pracovnice navrhla, že by bylo vhodnější, aby každé oddělení mělo svoji pracovníci, na kterou by připadala aktivizace asi pro 50 klientů.

Nabídka stávajících akcí se všem respondentům jeví jako vhodná pro klienty zařízení. Klienti nejvíce oceňují hudební vystoupení, zejména dechovou kapelu, která hrává v zařízení několikrát ročně. Dále se jim líbí vystoupení dětí, ať už z místní základní či mateřské školy, nebo škol a souborů z okolí, které je pravidelně, při příležitostech různých svátků, navštěvují. Kladné ohlasy byly na kroužek ručních prací nejen z hlediska obsahu práce, ale seniorky převážně hodnotily pozitivně možnost setkání a popovídání v kolektivu podobně zájmově založených žen. Z tohoto pohledu naplňuje stávající nabídka akcí potřeby seniorů. Pracovnice zařízení vyzdvihovaly nejen obsah různých kroužků, ale na pořádaných akcích sledují a hodnotí hlavně spokojenost klientů.

Samozřejmě nebyly mapovány pouze kladné stránky aktivizačních programů, ale respondenti byli dotazováni i na to, co se jim nelíbí. Mohli říci své připomínky a návrhy ke zlepšení. Senioři i pracovníci se shodli, že se jim u pořádaných akcí nelíbí zejména netolerance, netrpělivost a chování některých klientů. Těživou situaci vnímají senioři v oblasti financování pořádaných akcí. Sami si sice ve většině případů na tyto akce spoří, ale vždy musí zvážit, co si mohou dovolit.

S pracovníky se senioři shodli, že by bylo vhodné nabídku programů rozšířit zejména v době zimního období či déle trávajícího horšího počasí, kdy nemohou chodit ven na procházky. Sami pracovníci navrhovali například vybudování promítacího sálu. Jako pozitivní by viděli také možnost přítomnosti nějakého zvířete (pes nebo kočka) v domově, které by v domově natrvalo žilo a přispívalo by k vytvoření domácího prostředí, na které byli senioři zvyklí. Pracovníci by také viděli jako přínos pro domov a aktivizační činnost, hudebně nadaného seniora, který by hrál na nějaký hudební nástroj. Zatím bohužel takového seniora neměli. K těmto otázkám se bohužel nevyjadřovali v plné míře příbuzní a známí seniorů, kdy jako nejčastější důvody uváděli, že se neúčastní programů ani kulturních akcí, které



jsou pro seniory vytvářeny. Kladné ohlasy z řad příbuzných a známých se však vyskytly na zajištění živých vystoupení dechové kapely, projížďky na invalidním vozíku s méně pohyblivými seniory a také na výstavky ručních prací. Ty se konají v domově minimálně dvakrát ročně (u příležitosti velikonočních a vánočních svátků) a prezentují výrobky seniorů. Ty vyrábí senioři, ať již skupinově v kroužku ručních prací, v keramickém kroužku, nebo individuálně. Nejčastěji se jedná o pletení, převážně ponožek, nebo vyšívání deček a ubrusů. Při této výstavce se tak přítomní (nejen senioři, ale jejich příbuzní a známí a často i veřejnost) seznamují s šikovností a umem seniorů.

## ZÁVĚR

Cílem mé práce bylo nastínit oblast volného času seniorů, kteří se rozhodli svůj zbytek života prožít v domově pro seniory. Dnešní domovy pro seniory nejsou před společností uzavřené komunity, jejichž jediným úkolem je postarat se o člověka pouze po stránce zdravotní. Dnešní moderní domov musí zajišťovat svým klientům veškeré jejich potřeby, od biologických, přes sociální až po psychické. Dnes domovy nabízejí řadu služeb, přičemž velký význam má oblast volného času. Veškeré tyto služby musí domovy nabízet a poskytovat, neboť jsou dány Zákonem č. 108/2006 Sb. o sociálních službách.

V teoretické části uvádím do problematiky stárnutí a stáří, neboť je velmi důležité, aby každý, kdo bude, nebo pracuje se seniory, věděl o některých změnách a odlišnostech této věkové skupiny. Od těchto specifik se odráží samotná práce se seniory, která musí být v mnoha ohledech přizpůsobena jejich zdravotnímu stavu, schopnostem, mentalitě aj. Každý senior by měl být vnímán individuálně, každý prožil odlišný životní příběh, každý měl jiného koníčka a jinak trávil svůj volný čas.

To, jakým způsobem bude tato práce se seniory probíhat, záleží ve velké míře na pracovnících, kteří působí v oblasti volného času. Dnes rozeznáváme jak pracovníky zařízení, tedy pracovníky v sociálních službách, tak dobrovolníky. Tito pracovníci musí mít nejen znalosti, ale také musí mít schopnost komunikace a empatie. Významnou roli hraje charisma pracovníka a jeho zapálenost pro tuto práci.

Obě tyto skupiny pracovníků vytváří i realizují aktivizační a terapeutický program pro seniory. V domovech pro seniory se využívá velké množství různých terapií, nebo činností, které jsou terapiemi ovlivněny. Vždy záleží na tvořivosti, komunikativnosti a schopnosti pracovníka vytvářet takové aktivity, které by seniory zaujaly a naplňovaly je.

S tím, zda se senior zapojí, souvisí další faktory, které výrazně ovlivňují nabídku i poptávku aktivit. Především je to samotný zájem seniora, jeho motivace, schopnosti i zdravotní stav. Dalším výrazným faktorem je i to, jaké možnosti má domov, jaké finanční prostředky je schopen do této oblasti domov nebo samotní senioři investovat, jaké je zapojení samotných seniorů do aktivit. Proč se vůbec senioři do těchto aktivit zapojují? Nejčastěji je to

vnitřní pocit toho, že jsem schopen stále ještě něco dokázat, že má moje činnost nějaký smysl a něco mi přináší. Důležitá je samotná aktivita, která má pro seniora obrovský přínos nejen po stránce fyzické, ale zejména psychické.

Na konkrétní aktivity, i na jejich vhodnost z hlediska zachování jejich soběstačnosti a jejich potřeb jsem se zaměřila v praktické části. Výzkum oblasti volného času u seniorů byl zrealizován v Domově pro seniory Lukov.

Do tohoto výzkumu byli zapojeni samotní senioři, pracovníci zařízení, kteří působí v oblasti volného času, i příbuzní a známí seniorů. Cílem bylo získat jakýsi celistvý obraz o trávení volného času v domově pro seniory.

V tomto výzkumu se potvrdilo, že trávení volného času má pro seniora velký význam. Senioři mají v domově dostatek volného času, který umí jednak vyplnit prostřednictvím nabídky domova, ale také jsou schopni sami si zajistit a provádět činnosti, které je bavily dříve a které dělali ještě před svým nástupem do domova. Mají tak možnost svobodné volby toho, jakým způsobem budou trávit svůj volný čas.

Senioři, pracovníci i příbuzní se shodli, že senioři využívají nabídku zařízení a každý si v podstatě našel nějakou činnost, nebo kulturní program, který navštěvuje. Velké oblíbenosti se u seniorů těší živé hudební vystoupení a vystoupení dětí z blízkých, převážně základních, škol či souborů. Řada seniorů si oblíbilo i kroužky, které se v zařízení staly již běžnou součástí nabídky aktivit.

Přesto každá kategorie respondentů našla i oblasti, ve kterých je třeba se zlepšit. Zejména je to nabídka programů v zimním období, kdy jsou senioři nejvíce omezováni počasím. Nemohou chodit na procházky, nebo jezdit za svými přáteli. V tomto časovém období se tak musí převážně spolehnout na nabídku aktivit v zařízení, která je podle nich chudší a bylo by ji třeba rozšířit. Tuto možnost očekávají od zařízení, i když si uvědomují, že nemalý vliv na další realizaci programů má nedostatek finančních prostředků. Sami senioři i pracovníci navrhovali několik aktivit, které by mohly zpestřit stávající nabídku programů.

Ve výzkumu se také ukázalo, že senioři spolupracují s pracovníky zařízení a tak se podílí na vytváření kulturních programů. Tyto programy tak vychází z individuálních potřeb seniorů.

Výsledky výzkumu budou využity v Domově pro seniory Lukov, v návaznosti na Standard č. 15, který se zabývá otázkou zvyšování kvality poskytované služby. Tento standard je jedním ze Standardů kvality poskytovaných sociálních služeb, jenž jsou součástí vyhlášky 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách.

Tyto výsledky poslouží (nejen) vedoucím pracovníkům zařízení ke zmapování stávající situace v nabídce volnočasových aktivit. Zároveň by měly poukázat na nedostatky a předložit návrhy ke zlepšení dosavadně poskytovaných služeb.

Pracovníci se mohou dozvědět nejen, jak senioři vnímají nabídku volnočasových aktivit, ale také jak vnímají poskytované služby v aktivizační oblasti jejich příbuzní a přátelé. Zaměstnanci zařízení budou mít možnost díky uskutečněnému výzkumu nahlédnout do obsahu práce svých kolegů, které pracují v oblasti volného času seniorů, a uvědomit si tak význam a smysl této činnosti.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] ALINČE, F., TOMŠÍ, I. *Katalog prací*. Olomouc: Anag, spol.s.r.o., 2010. s. 503. ISBN 978-80-7263-614-3.
- [2] BOČKOVÁ, L., HASTRMANOVÁ, Š., HAVRDOVÁ, E. *50+Aktivně*. Praha: Respekt institut, 2011. s. 95. ISBN 978-80-904153-2-4.
- [3] BRAGDON, D.,A., GAMON, D. *Nedovolte mozku stárnout*. Praha: Portál, 2002. s. 109. ISBN 80-7178-567-9.
- [4] GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. s. 207. ISBN 80-85931-79-6.
- [5] HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. s. 365. ISBN 978-80-87109-19-9.
- [6] HRDLIČKOVÁ, V., PAVLÍKOVÁ, A. *Pedagogika volného času*. Praha: Portál, 2002. s. 225. ISBN 80-7178-711-6.
- [7] KALVACH, Z., HRABĚTOVÁ, E. *Senior a já-já a senior*. Praha: Společnost přátelská všem generacím, 2005. s. 71.
- [8] KLEVETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publishing, a.s, 2008. s. 202. ISBN 978-80-247-2169-9.
- [9] *Kniha metodických postupů pro zaměstnance a uživatele DS Lukov, p.o.* Vnitřní směrnice DS Lukov: 2010. Nepublikováno.
- [10] KUBÍČKOVÁ, M. *Stáří jako životní šance*. Praha: Onyx, 1994. s. 53. ISBN 80-85228-07-6.
- [11] MAHROVÁ, G., VENGLÁŘOVÁ, M. a kol. *Sociální práce s lidmi s duševním onemocněním*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2008. s. 167. ISBN 978-80-247-2138-5.
- [12] MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003. s. 380. ISBN 80-7178-548-2.
- [13] MATOUŠEK, O. a kol. *Sociální služby*. Praha: Portál, 2007. s. 183. ISBN 978-80-7367-310-9.

[14] MÜLLER, O. a kol. *Terapie ve speciální pedagogice. Teorie a metodika*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. s. 295. ISBN 80-244-1075-3.

[15] PUNCH, K. F. *Základy kvantitativního šetření*. Praha: Portál, 2008. 150 s. ISBN 978-80-7367-381-9.

[16] STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. s. 320. ISBN 80-7178-274-2.

[17] TOŠNEROVÁ, T. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer Press, a.s., 2009. s. 239. ISBN 978-80-251-2104-7.

### **Zákony**

[18] Vyhláška 505/2006 Sb. ze dne 15. listopadu 2006, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách

[19] Zákon č. 108/2006 Sb. ze dne 14. března 2006 o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů.

## SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1 – Vyplňuje senior volný čas v domově pro seniory stejně, jak ho vyplňoval doma?

Graf č. 2 – Bližily se představy seniora o trávení volného času současné realitě?

Graf č. 3 – Dostatek volného času u seniorů

Graf č. 4 – Schopnost seniorů naplnit svůj volný čas

Graf č. 5 – Dostatečnost počtu pracovníků v aktivizační oblasti

Graf č. 6 – Nadbytečnost programů pro seniory v zařízení

Graf č. 7 – Postrádá senior něco v nabídce realizovaných programů?

## SEZNAM PŘÍLOH

P I: Ukázka rozhovorů (rozhovor č. 2., 3., 10., 11.)

P II: Dotazník pro rodinné příslušníky a známé uživatelů Domova pro seniory Lukov



## PŘÍLOHA P I: UKÁZKA ROZHovorŮ

### Rozhovor č. 2

**L.G., žijící v domově 4 roky a 7 měsíců, bydlící na 1 lůžkovém pokoji, věk 81 let, vdovec, povoláním strojní zámečník**

„Dobrý den.“

„Dobrý den.“

„Chtěla jsem se Vás zeptat, jestli s Váma můžu udělat rozhovor, tento rozhovor bude anonymní.“

„Ano. Samozřejmě.“

„Děkuju.“

„V době, kdy jste ještě bydlel doma, jak jste trávil den? A měl jste volný čas?“

„No...trávil jsem den tím způsobem, že ráno jsem musel uklidit, v jedenáct hodin sem šel na oběd. V případě, kdy jsem potřeboval něco koupit tak jsem dopoledne sem to koupil si. To už sem byl sám doma. Po obědě ...jsem ... zase chvíli jsem dělal třeba tu intarzii, nebo...jed... s jedním kamarádem jsem chodil na vycházky. Když to bylo potom...nebo když rostly houby, tak jsme chodívali jednou týdně do lesa, vždycky se projít a...ted' ...ve středu jsme chodil za kamarádama na hřiště odpoledne a v pátek jsme se scházeli vždycky dvě hodinky u piva. Takže prakticky já jsem žil takovým ..., že mi to nijak nepřišlo, no. Zvykl jsem si, že musím být sám, to jsme zapomněl, když jsem musel prat, když jsme musel to, tak ... sem se aj musel naučit s pračkou zacházet...“ „... při těch běžných denních věcech?“ „Přesně tak!“ „Takže když se Vás zeptám, jestli jste se věnoval nějakých koníčkům? Vy už jste tady uvedl tu intarzii, že to Vás baví...“ „Ano, to mě baví. Pak mě bavilo hrávat kdysi to ragby a zůstal jsem tam jako pořád jako pozorovatel a s kamarádama jsme se pobavili, povykládali a abych nezapomněl...francouzi nás naučili hrát ten e...(pauza)...ted' si nemožu vzpomnět jak se to menuje (smích)...“ „basebool nebo..?“ „Nee. Ne.“ „Nebo něco jiného?“ ...(Pauza) „...jestli to budu moct doplnit tak to doplním...“ „Doplníme když tak, jo, jak si vzpomenete...“ „Pétanque!“ „Jo pétanque. Aha, jo.“

*„Takže další otázka: představoval jste si, jak bude probíhat běžný den tady, v domově pro seniory?“*

„Já jsem si vůbec nepředstavoval, že tady budu. Poněvadž manželka byla o dvanáct let mladší a já jsem si myslel, kdoví kde budu, když to bude potřeba ... No bohužel. Osud to udělal jinak. No... Takže představu jsem nějakou neměl, ale když na tým uvažuju, tak vlastně ono se velice nic nestalo. Já mám dopoledne volné, mám odpoledne volné. To znamená, že si možu jít kde chci.“

*„Takže, když se Vám zeptám, jak trávíte den dneska? Pokračujete v nějakých těch koníčcích svých?“*

„Ano. Koníčky pořád tady mám, s tím se bavím. Hlavně, když není pěkné počasí, ale když je pěkně, tak idu ven. Pochopitelně, když je moc sněhu a je to takové ne..., ne moc dobré, tak nejdu ven a bavím se... tady s tím, aj když je, aj když je pěkně. No. Hlavně když není zima, pak mám ten rozsah větší, můžu jít ráno aj odpoledne.“ *„Takže přes léto jste jako hodně venku?“* „Su venku.“ „Aha.“ „To mě baví.“

*„No, a myslíte si, že máte tady dostatek volného času?“*

„Já určitě! Dokonce, když to vezmete, když chcu a mám na to peníze, tak jedu do Zlína za kamarádama. Teď v zimě zase dá se říct, kamarádi ze závodu, hrají kuželky, tak já se tam v pondělí občas idu podívat, no. Takže já...se bavím.“

*„Jste schopný naplnit svůj volný čas, nebo Vám s tím musí někdo pomáhat?“*

„Ne. Zatím ho naplňuju sám, protože prakticky to, co udělám ta vycházky ranní je hodinu, hodinu a půl, tak zachvílu jdu na oběd. Jo a eště abych nezapomněl – tak odpoledne hlavně teď v zimě, já často idu do hospůdky, na hodinku, hodinku a půl maximálně odpoledne, kdy jak se zešeří, tak už idu. Už idu domů. Protože na mně to..., jak bych řekl, psychicky hrozně špatně působil ten čas.“ *„Jako to, to zimní období?“* „To zimní období, to mi dělalo zle.“

*„Myslíte si, že tady působí dostatečný počet pracovníků, kteří tady organizují v domově akce?“*

„Podle mě, si myslím ano, ale já do toho zas tak nevidím do toho všeho, ale když máme akci, tak...tak se to vždycky dá dohromady, všechno klape...a nemám připomínky.“ *„A co si myslíte třeba o počtu dobrovolníků, kteří k nám chodí?“* „Myslíte si, že je to k prospěchu

*vlastně tady při tom programu a že vůbec jsou třeba s těma lidma?*“ „Já v tom nevidím něco záporného. Já si myslím, že to není špatné.“

*„Zúčastňujete se akcí, které se v domově pro seniory konají?“*

„Ano. Kulturních akcí, skoro... dá se říct všechny. Co se týče ale těch akcí... jako zábavných, paměť a to tak... mě stačí to moje, já se s tím zabavím...“ „*Takže se spíš účastníte nějakých vystoupení hudebních nebo tak?*“ „Vystoupení, ano. Ano.“ „*Aha. A které tady z těchto akcí, by se dalo říct, že jsou Vaše nejoblíbenější? Vyloženě ty hudební akce?*“ „Ne. Mě se líbí..., mě se líbí teda ta kapela toho pana Mikla, mě se líbí i z těch Napajedel ty čtyři ženy, ty to mají dycky velmi krásné, líbí se mi Radost, která tady přijde z té Štípy...Je to Radost že?“ „*Ano, soubor Radost*“ „Soubor Radost. A mě se líbí vystoupení dětí. To je prostě takové, že oni se snaží, že jak kdyby prostě bylo...byli reprezentanti a líbí se mi to. Takže, já nevidím, že by se mi něco nelíbilo. Z čeho teda...co mě vadí, to je vzhledem k financím, které nemáme, že sme museli tak omezit ty zájezdy, které sme dělali. Ty se mě moc líbily, ale bohužel, no...“

*„Takže, když se Vás zeptám, co se Vám v domově z pořádaných akcí nejvíce líbí, tak to jste teď vlastně teďka uvedl a která z akcí, které se tu konají, se Vám zdají nevhodné? Je nějaká taková akce?“*

„Ne, ne. Nevím o žádné...Co, co sme nebo jestli si nepamatuju, ale nevím o žádné. Mě se líbily všechny. Některé víc a některé míň, no...takže to, to je vždycky.“

*„A jaké akce tady v domově v kulturním programu postrádáte?“*

„...nepostrádám nic...“ „*Jestli Vás nenapadá nějaká akce, kterou třeba, já nevím, viděl jste někde v jiném domově, nebo někdo o ní mluvil, že to tam udělali a zdálo by se Vám to vhodné, že by se to mohlo uskutečnit i u nás?*“ „Ne. Podle mě těch akcí je tady dost. Samozřejmě, jak je takové období jak teď, tak je to dycky míň, že? To jsou problémy se vším, ale...jinak...já nevidím, že by to... muselo být víc akcí. Aspoň mě nenapadá nic.“

*„Dobře, tak děkuju za rozhovor.“*

„Prosím! Rádo se stalo.“

Rozhovor č. 3

**B.K., žijící v domově 5 let a 5 měsíců, bydlící na 1 lůžkovém pokoji, věk 80 let, vdova, povoláním dělnice**

„Dobrý den.“

„Dobrý den sestro Maruško.“ (úsměv)

„Chtěla jsem se Vás zeptat, jestli s Vámi můžu udělat rozhovor, který bude anonymní.“

„Ano, souhlasím a může aj být veřejný.“

„V době, kdy jste ještě bydlela doma, popište mi, jak jste trávila den a jestli jste měla volný čas?“

„Když jsem byla doma ještě, tak sem měla osmdesátiletou maminku. Když už jsem byla v důchodu tak jsem se starala o ni ...a starala jsem se o ni do třiadevadesáti roků. Tak byli jsme doma s manželem už a... on taky onemocněl Aizhamrem, takže jsem měla pokračování v ošetřování s ním. Ze začátku to šlo, všechno dobré, to sem se mohla věnovat vaření, které ráda mám a měla jsem. Ve čtyřiceti rokách sem si dělala výuční list na kuchařku, abych mohla pro děti vařit a... věnovala jsem se taky zahrádce, zelenině, kytkám a to mi přinášelo pohodu a radost. Dělala jsem to ráda a bavilo mě to.“ „A měla jste ještě nějaké jiné koníčky kromě té zahrádky a vaření?“ „No tak na večerku nebo když bylo škaredě, tak jsem si vzala buď knížku a četla, a nebo něco...šila a pletla. Jak kdy přišlo taky na to, co by mě bavilo víc.“ „Aha.“ „Jo. Co se jako mi zdálo...no a...to všechno jsem dělala ráda, protože mě to bavilo a že tak dopadnu, a dostanu se do domova důchodců, to sem nikdy nepočítala...“

„Takže představovala jste si vůbec nějak, jak bude probíhat ten běžný den, v domově pro seniory?“

„To sem tu musela jít s manželem a byla jsem tu s ním, že sem jako se o něho taky ... chtěla sem prostě být s ním a...“ „a aby měl tu péči?“ „...a abych...byli sme zvyklí spolu potom...abysme, abych ho nenechávala na starost druhým... co bych doma, když jsme byli jenom spolu, že? Tak jsem šla tady, že už sem to doma nemohla zvládat s ním, tak ...pečovatelská služba, která k nám chodívala, tak už řekli, že už se to nedá tak, že musíme...a měli sme požádané do domova, kdyby náhodou, a ono se to sešlo, že to bylo potře-

ba. No a tak sem si tu... po roku, když manžel zemřel, tak už sem říkala, nemůžu se spoléhat na děti, protože všichni musí chodit do práce, vnoučata do školy, tak sem zůstala tady a líbí se mi tu. Su spokojená, je tu, ...sou tu ruční práce, čtenářské kroužky,... a když můžu a je pěkně, tak si vyjdu aj trošku na zahrádku, ale teď je to horší. Už mě to tak neslouží ty kolena a záda, tak po trošičce, no.“ „*Takže, jak můžete...*“ „Jak můžu.“

„*Takže když se Vás zeptám, jak trávíte dneska ten den, vlastně tady když jste v domově pro seniory? Věnujete se nějakým koníčkům, kterým jste se věnovala?*“

„Věnuju. Věnuju se hrozně ráda křížovkám, ty ráda luštím, děti mě ji kupují, snášejí mi knihy (smích), ty křížovkářské, a kde jaký časopis popadnu tak ho vyplňuju...křížovky v něm a...“ „*Pokračujete třeba v tom pletení, nebo nějakých ručních pracech?*“ „Ano, pokračuju, když mě tak něco popadne, ta... touha eště si zopakovat to mládí trošku víc, tak na tom bych jako taky...a i do šití, do kroužku ručních prací, že se tam vyrábějí třeba na vánoce různé ty věci a to je taky pěkné a potom aj na velikonoce ty vý...ozdoby a takové věci, zajíčci a tak, když se motají vlny, a v tom já se vyžívám (úsměv) rozsukovávat, hrozně ráda si na tom uvolním nervy (smích). *Jo. No a jinak – zábavy...*“ „*A z kulturních programů, třeba, které tady jsou, nějaké vystoupení, nebo tak?*“ „Ty navštěvuji všechny.“ „*Takže...*“ „Jak přednášky, tak třeba nějaké to tá... divadlo, hudba. Nejlepší je pro nás tady dechová hudba pan Mikl (smích) a pak děti ze škol, kdy...a vzpomenu, že sme aj vystupovali...a nacvičili jsme si pro Barvy života tanečky a vystupovaly sme s děvčátkama a že se to všem líbilo. Tak já nevím. Já jsem si tam připadala jak stará...“(smích).

„*Myslíte si, že máte tady dostatek volného času v domově?*“

„Jéééj! Až moc. Ale co s ním, když už nejsu schopná tak...chodit na procházky nemožu, bolí mě nohy, kolena a ...hrozně...ale mám pěkný výhled z pokoje, takže se vyžívám... díváním se z okna. Pozoruju co se děje v okolí, no...ráda bych, kdyby mě ty nohy lepší chodily, ale toš s tím už se nedá nic dělat. Už to nechávám pro mladé, aby na tu operaci šli, já už sem se poléčila aj v Jáchymově, ale tak nemůžu chtět všecko.“

„*Tak a myslíte si, že jste schopna naplnit svůj čas volný, anebo Vám s tím musí někdo pomoci?*“

„No, su ráda, když se někdo najde. Ale v nejhorším lehnu na lůžko a spím.“

„*A myslíte si, že zde působí dostatečný počet pracovníků, kteří organizují akce v domově?*“

„No těch pracovníků, kteří by nám byli tak nějak víc k ruce, by mohlo být víc. Mají toho hodně a nemůžou se věnovat tak, jak bysme si to představovali třeba my, ale toš... na to sme my malí páni.“ „*A co třeba dobrovolníci? Setkáváte se tady i s dobrovolníky - Vy osobně?*“ „Ne. Eště sem dobrovolníka dobrého neviděla (úsměv).“

„*Zúčastňujete se akcí, které se v domově pro seniory konají? A pokud ano, tak jakých akcí?*“

„Říkám všech. Jak přednášky, tak zábavné divadla a ty koncerty a různé dětské vystoupení. Říkám si, když už su tady,... dřív sem si toho neužila, tak se snažím, když se to pro nás tady dělá, aby se to.“ „*No a vy jste vzpomněla i ty ruční práce, tak i do těch ručních prací chodíte?*“ „No tak teď zrovna ne, ale chystám se zas.“ „*Takže chodila jste dříve?*“ „Chodila jsem dřív, i když jsem byla s manželem, jako tak... mě to bavilo, že se nevyš...nechtěla vyjít ze cviku a teď si říkám, jak se trošinku pojaří,... anebo mám nachystanů taky vlnu, že se poradím, odbornic větších, jak si mám uplést svetr.“

„*Aha. Tak co se Vám zde, v domově pro seniory, z pořádaných akcí líbí nejvíce?*“

„Tak...bývají pěkné ty operetky, co tady jezdí a ty dětské besídky bývají taky moc pěkné. A jak říkám, nejvíc je to pro nás, pro starší dechovka, při které si pěkně zakrákáme (smích), zazpíváme. No a jinak...v kulturním programu, já myslím, že je jich tu celkem dost, že...dost často tady chodí jak děti, tak ...i různí.“ „*A chodíte třeba ráno na to cvičení ranní?*“ „Chodím cvičit a ráda. A tam se taky zazpívá, takže je to hned ten den pestřejší a lepší.“

„*Která z akcí, které se zde v domově konají, se Vám zdá nevhodná? Je nějaká taková akce?*“

„Já myslím, že každý má jiný názor a že pro každého je zajímavého něco jiného... a že nemůžu posuzovat, co mě se třeba nelíbí, že se to nemůže třeba líbit zase druhým. Spokojená su tu se vším a děkuju, že su tady.“ „*Takže nemáte vyloženě nějakou akci, která by byla nevhodná pro Vás?*“ „Ne. Ne. Když je nevhodná, tak tam nejdu. A takové tu nejsou pokud...“

„*A jaké akce, tady v domově pro seniory, v tomto kulturním programu, který tady je, postrádáte? (Pauza). Je něco co Vám tady chybí a třeba doma jste na to byla zvyklá?*“

„No tak máme televizi na pokoji tak, když bych se nudila, můžu si pustit televizi, což moc nedělám.“

„Dobře. Děkuju Vám za rozhovor.“

„Rádo se stalo, sestří.“

### Rozhovor č.10

**M.Z., žijící v domově 4 roky a 10 měsíců, bydlící na 3 lůžkovém pokoji, věk 85 let, vdova, povoláním účetní**

„Dobrý den.“

„Dobrý den.“

„Chtěla jsem se zeptat, jestli s Vámi můžu udělat rozhovor o volném čase, tady v domově pro seniory?“

„Ano. Klidně. Můžete.“

„V době, kdy jste ještě bydlela doma, jestli mě můžete popsat, jak jste trávila den? Věnovala jste se nějakým koníčkům?“

„Věnovala jsem se, že sem šila, pletla a... chodila na procházky a cvičila, hlavně sem cvičila. Ráno jak sem vstala hned jsem cvičila a šla jsem na procházku hned po ránu. Pak sem přišla domů, protože jsem už byla sama v těch Malenovicích tak sem prostě vždycky něco si ještě..., prostě takové přechody a tam je ta rehabíl sestříčka, kerá mě ošetřovala tu nohu a víc se nedělala...jo a odpoledne...ze začátku sem si vařila sama všecko a potom sem chodila, vyřídili mě, že sem mohla chodit do ZPS na obědy, tak sem toho využila a byla jsem ráda, že sem si pro sebe sama nemusela vařit a...“ „A to odpoledne jste třeba dělávala co?“ „A odpoledne jsem chodila taky ven na procházky, pak sem si uvařila kávu a chodily za mnou aj některé ty sousedky, tak jsme vykládaly a uběhl den. Večer jsem se modlila a šla jsem spát. A k televizi jsem šla samozřejmě.“ „Jo, takže sledujete i televizi?“ „Sledovala jsem, ano, televizi.“

„A představovala jste si, jak bude probíhat běžný den v domově pro seniory?“

„To jsem si vůbec nepředstavovala, protože jsem vůbec s tím ještě nepočítala, že bych musela jít někde, až potom, když jsem spadla tak sem si zlomila krčky, krček a s tím sem marodovala dost dlouho, protože mě to pořád, čtyřikrát vyskakovalo, čtyřikrát mi to otevírali a nakonec jsem potom šla domů, chodila jsem trochu o berlích a ...tak mi ten krček vyletoval a vždycky sem si potom musela zase..., mě naložili a sanitkou do Zlína, aby mě to nasadili. Takže jsem s tím zažila dost. A to bylo všechno.“

*„Jak trávíte den, v domově pro seniory, v současnosti? Čemu se věnujete?“*

„Cvičení se hlavně teď věnuju, protože to potřebuju, abych se z toho dostala, protože mám nohu jednu pryč, to sem nemělal, když sem sem přišla. To sem chodila. Navštěvovala jsem všechno, co se dalo. Chodila jsem do...do...“ „*Do nějakých kroužků?*“ „Do těch kroužků, ano. No a hlavně taky na procházky jsem tady chodila, ráno tak hned po snídani a po obědě taky hned sem chodila na procházky. Pak jsme si vařily se spolubydlící kávu a povykládali jsme a televizi jsem tehdy ještě neměla, jen rádio jsem poslouchala, ale mě to tehdy stačilo, protože paní S., s kerou sem bydlela, měla televizi, tak jsem se vždycky dívala. A s tou jsem byla taky spokojená, když jsme bydlely spolu. A navštěvuji, navštěvovala jsem ju aj teďka v domově jako na ležákoch, ale teďka už je v takovém stavu, že mě nevnímá, tak jsem tam přestala, byla jsem tam jednou, a když jsem to viděla, tak sem říkala asi, že už tam nepůjdu...“ „*A teď teda trávíte ten volný čas hlavně cvičením a snažíte se rehabilitovat?*“ „Snažím se cvičit a rehabilitovat a jezdím na tom, mám vozíku, na kerém se teďka učím, abych se sama nasedala a vysedala, takže teďka mi chodí ta rehabilitační aj dvakrát za den tu nohu zpevňovat, abych se na ňu postavila a udržela se a dostala se na ten vozík. A nebo z vozíku zase na postel (úsměv).“

*„Myslíte si, že máte dostatek volného času?“*

„Já mám volného času až moc! Až mi to vadí. Ale dívám se na televizi.“ „*Takže snažíte se to nějak vyplňovat?*“ „Snažím se to nějak vyplňovat, protože dívat se do stropu, to se nehodí. Protože číst velice nemožu, ty oči šetřím, špatně aj vidím, takže nečtu. Nečtu vlastně vůbec. Já píšu dopisy, co potřebuju a to je všechno. Přečtu si dopisy.“

*„Jste schopna naplnit svůj volný čas sama, nebo Vám s tím musí někdo pomoci?“*

„No tak volný čas, já mám takový velice, že tady ho ani nepotřebuju, protože su zaujatá s tím cvičením na posteli a to mě uběhne ten čas dobře a potom chvilku odpočívám a pak jak je k deset, půl desáté, tak si pouštím televizi. Obědváme v jedenáct hodin skoro, takže



mě to tak vyhovuje. A odpoledne je zase je... na tu, na ten vozík a jezdím a tím si trénuju aj ty svaly na rukách.“ „*Takže v převážné většině si to vyplníte sama, podle toho jak potřebujete?*“ „Sama, ano.“ „*Případně pokud potřebujete pomoc, aby Vám sestřička, nebo rehabilitační...*“ „pomohla, tak to mě udělají, ano.“

„*Myslíte si, že zde působí dostatečný počet pracovníků, kteří organizují akce v domově pro seniory?*“

„Tak to já nemůžu říct, to já nevím. Já to nepozoruju. To co oni, jak třeba dneska, že tam bylo, no tak sem tam šla. Když něco je, tak jedu. Já sem myslela, že se ani nedostanu, protože nebyly k mání, ale potom přišla a řekla mi, že odpoledne dělala převaz tam sestřička a potom mě zase přišla tam s tím chodítkem a eště aj rašelinu mě dala na to. Protože mám tam, víte, tady jak sem pořád ležela dlouho, tak mám zkrácené ty šlachy a to potřebuju, abych mohla se opřít pořádně a už se to lepší, ona říkala. Já už to aj cítím, že je to lepší, no už se udržím. Dneska sem se udržela na něm skoro dvě minuty, sem počítala (úsměv).“

„*Takže se to už zlepšuje?*“ „Ano! Se to zlepšuje.“ „*To je dobře!*“

„*Zúčastňujete se akcí, které se v domově pro seniory, konají?*“

„Zúčastňuju. Ano. Všecko.“

„*A která akce se Vám tady, v domově pro seniory, nejvíce líbí? Co máte za takovou nejoblíbenější akci, na kterou vždycky ráda chodíte?*“

„Tak mám ráda zpěv...jako tu hudbu, takže, když je nějaká hudba, tak to mám nejradši! Protože chodily sem aj z Tlumačova, takové ty tři ženy, to sem měla taky ráda. Takže hudební programy nejčastěji? Ano.“

„*A která z akcí, které se zde v domově konají, se Vám zdá nevhodná?*“

„To ne, to nemůžu říct. Žádnou takovou jsem nezažila.“

„*A poslední otázka: Jaké akce zde, v domově pro seniory, v kulturním programu postrádáte? Je něco takového, co byste navrhla, aby tady bal bohatší ten kulturní program?*“

„Ne. Nevím. Nenapadá Vás žádná? Ne.“

„Dobře, děkuju Vám za rozhovor.“

„Nemáte zač.“

## Rozhovor č. 11

**F.D., věk 54 let, v sociálních službách pracuje 15 let, z toho 8 let pracuje jako aktivizační pracovník**

*„Dobrý den, ráda bych s Vámi udělala rozhovor o volném čase seniorů, kteří zde bydlí v domově pro seniory. Je to možné?“*

„Určitě.“

*„Máte nějakou představu, jak trávili svůj volný čas seniori, kteří bydlí zde, v domově pro seniory? Případně jakým koníčkům se doma věnovali?“*

„No, tak já si myslím, že svůj volný čas tráví určitě každý jinak. Lidé, kteří bydleli na venkově většinou teda, nebo... ne většinou ale určitě jedna skupina trávila venku na zahradě a pěstovali kytičky, starali se o domácí zvířata, chodili na pole...to by byla tak jedna skupina a druhá skupina, nebo spíš aj ti z města, se věnovali spíš těm koníčkům, ručním pracem...určitě by taky šli na zahrádku, ale neměli kde.“

*„Myslíte si, že se jejich představy blížily tomu, jak tráví volný čas dnes v domově?“*

„Já si myslím, že teda určitě, protože my se snažíme jim tady fakt nabídnout... nebo ptáme se, co dělali doma tak to samé jim nabízíme tady. Jestliže rád šil, tak má možnosti, máme šicí stroj, může tady šít, materiál dáme. Určitě se každému snažíme vyhovět to, co vlastně by dělat chtěl... Určitě se přizpůsobíme.“

*„Věnují se zde, v domově pro seniory, nějakým činnostem, koníčku, kterým se věnovali dřív, když byli doma?“*

„Určitě ano. Máme tady hodně lidí, kteří to co doma dělali si ...nebo co si... ne, které návyky si přinesli, tak určitě dělají. Tady paní se stará o skalku – vzorně, kytičky, které doma, nebo...o které se doma starala, tak to je na jejím prvním místě. Určitě kdo co dělal, tady může dělat.“

*„A když se Vás zeptám, jakým způsobem navazujete na jejich dřívější koníčky tak aby se zapojili i tady a vlastně ten volný čas nějak smysluplně trávili...tak jak způsobem vůbec zjišťujete, jaké měli doma koníčky?“*

„Tak po přijetí do domova určitě s každým udělám rozhovor, zeptáme se, co ho baví, nabídnou naše programy, do čeho se může zapojit. Nebo jestli se, když už není zrovna tak zdravotně zdatný, tak... za ním chodím s prací na pokoj, pracují na lůžku a určitě se mu to, co by ho zajímalo, k němu dostane.“ *„A pokud se třeba bavíme o té práci na pokoji, máte na mysli nějaké ruční práce, nebo je to...jsou to třeba rozhovory na pokoji, nebo jakým způsobem pracujete s těma lidma na pokoji?“* „No na pokoji teda děláme všechno. Děláme cvičení paměti, kde máme předtisklé různé úkoly, pak děláme ruční práce, některé taky doneseme vlnu, háček, háčkujeme, pleteme, hrajem hry – pexeso, člověče, nezlob se, žolika. Čteme na pokoji, paní třeba lepí, nebo pracuje i s...různé květiny z papíru, co dřív někdo dělal, když chodil k nám vlastně do ...na rehabilitaci a jak už nemůže, dělá třeba na posteli.“

*„Myslíte si, že v domově pro seniory, mají senioři dostatek volného času?“*

„Já si myslím, že určitě. Každý si svůj čas může řídit sám a když ho zrovna nějaké...nebo má nějaké chmury, tak určitě je, dycky se k nám může vrátit, obrátit se na nás, přijít za nama a my i když nemáme zrovna kroužek, tak se mu vždy věnujeme.“

*„Myslíte si, že jsou senioři schopni naplnit svůj volný čas sami, nebo jim s ním musí někdo pomoci? Případně jakým způsobem se jim pomáhá, když nejsou schopni si ho naplnit sami?“*

„No já si myslím, že určitě potřebují pomoci, protože každý už má trošku vlastně i ten věk, i ten zdravotní stav jeho je takový, aby vlastně se mu trošku pomohlo. Takže pořád se ptáme, záleží to jenom ...komunikace vlastně a dobrý přístup a vlastně úcta ke stáří a vlastně chuť, chuť pracovat.“ *„Aha, chuť, to je důležité.“*

*„Myslíte si, že tady působí dostatečný počet pracovníků, včetně dobrovolníků, kteří připravují akce pro seniory? Nebo jak se na to díváte? Je Vás tady pracovníků kteří připravujete ten program, dostatek, podle Vás?“*

„Tak já si teda myslím, že nás stačí, ale nikdy není dost. Každá ruka je dobrá a určitě, i když by nás bylo ještě jednou tolik, tak určitě se tím lidem budem taky věnovat a určitě dycky...každá ruka je dobrá, no. Ale myslím si že, jako... že nestrádají, že vlastně i ti co tady sme, tak že stačíme, ale...ale... pro zábavu určitě by se tu uživil i další.“ *„A spolupracujete i nějakým způsobem s dobrovolníky?“* „Ano, spolupracujeme. Říkáme jim, za

kým by se mohli zastavit, nebo co by lidi zajímalo. Dáváme jim tipy, když má nekdo zrovna nějaké špatné období, tak aby se mu zrovna třeba věnovali, nebo za kým mají zajít.“

*„Zapojují se senioři do akcí, které se v domově pro seniory, pořádají? A v případě že ano, tak do jakých akcí se zapojují nejčastěji?“*

„Takže senioři se hodně často zapojují do všeho, i když je tady skupina, která se nezapojí nikdy na nic, ale to už je asi v něm, takže asi i doma o to zájem neměl. A...vlastně rádi nám pomůžou, když něco děláme, takže...ale ...pořád se musí s něma komunikovat, pozvat, zajít, říci, aby nám pomohli. Ale já si myslím, že s nima mám dobrou spolupráci a...nestěžuju si (smích).“

*„Co se Vám, jako pracovníkům, v domově z pořádaných akcích, které se tu konají, nejvíce líbí? Jestli máte nějaké oblíbené akce?“*

„Tak...nemyslím, že by jenom mně, ale určitě většině lidí se tady líbí hudební akce. Nejvíce oslavy jubilentů, jak tady hrají. Vlastně hudba je odjakživa vlastně jejich koníček, to bylo už... co si donesli z domu a jak je tady nějaká oslava nebo i tanec, takže to je asi jejich nejvíce oblíbené.“

*„A co se Vám, jako pracovníkům, na pořádaných akcích nelíbí? Je něco, co byste...co si třeba myslíte, že pro ty seniory není příliš vhodné a je to tady?“*

„Tak co by se mi nelíbilo, že je to zrovna taková mezi nima rivalita, že takoví už na sebe pohlížejí, že ... třeba na tom vozičku už jim zrovna jim tam... už není ten člověk nějak milý, spíš ten věk je tam možná na překážku někdy,... nebo malá...malé místo pro ně, ale jinak si myslím, že... Většina lidí se tady k sobě chová slušně a že...“

*„Co zde podle Vás v programu pro seniory chybí?“*

„Podle mě jim tady trochu chybí vlastně to domácí prostředí, že kdyby tady byly nějaké domácí zvířata, nebo nějaký ten pejsek, nebo kočička, to by určitě uvítali a nekomu i ta práce na zahradě i když máme tady koutky s květinama, kde si chodí...tak nekdo by vyloženě potřeboval, ale už mu ta...nedovolí mu zdravotní stav vlastně, aby to dělal. Ale myslím si, že tu každý najde program, kterému se může věnovat a když chce, tak mu tu nechybí nic.“

*„A co Vám přináší práce se seniory, Vám konkrétně? Případně kde se inspirujete při vytváření programů pro seniory?“*

„Tak práce se seniory mě baví, protože mě baví všechna práce. Mám ráda lidi, ráda přinesu nějaké nové poznatky. Chodím na různé kurzy, časopisy mě zajímají, sleduji v televizi různé takové programy, takže...mám nápadů habaděj (smích), ale už je těžší to se seniorama vlastně dat dohromady, protože už jejich zdravotní stav není takový, aby vlastně jsme všechno dokázali, ale snažíme se.“ *„Takže jakoby překážka při té realizaci je v podstatě ta zdravotní stránka každého?“* „Určitě, určitě! Chuť do práce by měli, ale už vlastně ty ruce tak neslouží a je to většinou takové opravdu spíš ty ruční práce a takové, ale...ale snažíme se a myslím si, že jsou tady všichni šikovní.“

„Dobře, děkuji za rozhovor.“

„Děkuji.“

## **PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK PRO RODINNÉ PŘÍSLUŠNÍKY A ZNÁMÉ UŽIVATELŮ DOMOVA PRO SENIORY LUKOV**

### **Dotazník pro rodinné příslušníky a známé uživatelů Domova pro seniory Lu- kov**

**Vážená paní, vážený pane,**

jsem studentkou 5.ročníku fakulty humanitních studií na Univerzitě T.Bati ve Zlíně. Dovo-  
luji si Vás požádat o vyplnění dotazníku.

Tento dotazník má za cíl zmapovat Váš názor na využití volného času uživatelů v Domově  
pro seniory Lukov.

Údaje, které mi tento dotazník poskytne, využiji pro svou diplomovou práci a následné  
výstupy poslouží ke zmapování stávající situace, připomínky budou podnětem ke zkvalit-  
nění poskytovaných služeb Domova pro seniory Lukov v oblasti volnočasových aktivit pro  
uživatele.

Vaši odpověď čitelně označte. Vyplněný dotazník prosím vhod'te do označené schránky na  
informacích v přízemí Domova pro seniory Lukov.

Děkuji za Váš čas věnovaný vyplnění dotazníku.

Marie Šmirausová

1. Myslíte si, že váš příbuzný (známý) vyplňuje svůj volný čas v domově stejným způso-  
bem jak ho vyplňoval doma?

Ano

Ne

Nedovedu posoudit

2. Myslíte si, že se jeho představy před nástupem do domova blížily tomu, jak tráví volný  
čas v domově pro seniory v současnosti?

Ano

Ne

Nedovedu posoudit

3. Věnuje se nějakým činností, koníčkem, kterému se věnoval dříve?

Ano. Uved'te jakému: \_\_\_\_\_

Ne

Nevím

4. Myslíte si, že zde mají senioři dostatek volného času?

Ano

Ne

Nedovedu posoudit

5. Myslíte si, že jsou senioři schopni naplnit svůj volný čas sami, nebo jim s ním musí někdo pomoci?

Ano, jsou schopni si ho naplnit sami

Ne, musí jim s naplněním volného času někdo pomoci

Nedovedu posoudit

6. Myslíte si, že zde působí dostatečný počet pracovníků, kteří připravují kulturní a aktivizační program pro seniory?

Ano

Ne

Nedovedu posoudit

7. Zúčastňuje se váš příbuzný (známý) akcí, které se v domově pro seniory konají?

Ano. Uved'te jakých: \_\_\_\_\_

Ne

Nevím

8. Co se Vám, jako rodinným příslušníkům, v domově z akcí, které se zde konají, nejvíce líbí?

Uved'te:

9. Jaká akce, která se zde v domově pro seniory konala, se Vám nelíbila?

Uved'te:

10. Myslíte si, že je zde nějaký program pro seniory nadbytečný?

Ano. Uveďte jaký: \_\_\_\_\_

Ne

Nedovedu posoudit

11. Myslíte si, že váš příbuzný (známý) něco postrádá v nabídce realizovaných akcí zde, v domově pro seniory?

Uveďte: