

Aktivizace a motivace seniorů v domově pro seniory

Alena Daníčková

Bakalářská práce
2012



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2011/2012

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: Alena DANÍČKOVÁ

Osobní číslo: H09308

Studijní program: B 7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální pedagogika

Téma práce: Aktivizace a motivace seniorů v domově pro seniory

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti aktivizace seniorů.

Příprava metodiky výzkumné části.

Realizace kvalitativního výzkumu.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

HAŠKOVCOVÁ, Helena. Fenomén stáří. 2. přeprac. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.

KALVACH, Zdeněk et al. Geriatrie a gerontologie. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. Motivační prvky při práci se seniory. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

KOZÁKOVÁ, Zdeňka a Oldřich MÜLLER. Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1552-6.

ŠVARŤÍČEK, R., K. ŠEĐOVÁ a kol. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Lenka Mitrychová

Ústav pedagogických věd

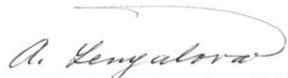
Datum zadání bakalářské práce:

30. listopadu 2011

Termín odevzdání bakalářské práce:

4. května 2012

Ve Zlíně dne 12. ledna 2012


doc. Ing. Aněžka Lengalová, Ph.D.
děkanka




Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské 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 ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou 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 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ 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 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou 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 bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně 25. 4. 2012

..... Daniela Plana

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 nahlížení 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 vzdělávacího 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). *Odpirá-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 jím 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 přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Bakalářská práce se věnuje problematice aktivizace a motivace seniorů v domově pro seniory v rámci služby Denního centra.

Teoretická část je rozdělena do dvou hlavních kapitol. První kapitola pojednává o stáří a stárnutí, jejich charakteristice a přípravě na stáří. Druhá se zabývá rozбором základních pojmů týkajících se aktivizace seniorů, oblastí aktivizace, aktivizačních zásad a významu aktivizace. Na závěr je popsáno vzdělávání seniorů.

Praktická část bakalářské práce zpracovává kvalitativní výzkum, který byl uskutečněn v Charitním domově Otrokovice. Cílem je zjistit situaci aktivizace seniorů a jejího chápání samotnými uživateli a pracovníci.

Klíčová slova: aktivita, aktivizace seniorů, domov pro seniory, motivace, senior, stárnutí, stáří

ABSTRACT

My bachelor's thesis deals with problems of senior's activation and motivation in the Home of Elderly People within the Day Service Centre.

Theoretical part consists of two chapters. The first one deals with the problem of an old age, ageing preparation, ageing itself and their characteristic. The second chapter pays attention to analysis of key concepts referring to senior's activation, the field of activation, the activation rules and their importance.

Practical part of my bachelor's thesis touches the problem of qualitative research of senior's activation and motivation in the Charity Home in Otrokovice. The main aim of my practical part was to find and describe them and their perception and application by social workers and the elderly themselves.

Key words: activity, senior's activation, home for elderly people, motivation, senior, ageing, old age

Motto:

*„Nečinnost tělo oslabuje, práce posiluje;
první urychluje stáří, druhá prodlužuje mládí.“*

(Aulus Cornelius Celsus)

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

Chtěla bych poděkovat především vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Lence Mitrychové, za její odborné vedení a cenné rady, které mi během zpracování práce poskytovala.

Děkuji své rodině, příteli a kamarádům za pomoc a trpělivost během celého studia.

Chtěla bych poděkovat všem respondentům, kteří mi pomáhali při výzkumu a pracovníkům Charitního domova Otrokovice.

OBSAH

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 STÁRNUTÍ A STÁŘÍ	12
1.1 CHARAKTERISTIKA STÁRNUTÍ A STÁŘÍ.....	12
1.1.1 Kalendářní stáří	14
1.1.2 Biologické změny.....	14
1.1.3 Sociální změny	15
1.1.4 Psychické změny	15
1.2 GERIATRIE A GERONTOLOGIE	16
1.3 PŘÍPRAVA A VÝCHOVA NA STÁŘÍ.....	17
2 MOTIVACE A AKTIVIZACE SENIORŮ	19
2.1 VYMEZENÍ POJMŮ.....	20
2.2 OBLASTI A ZÁSADY AKTIVIZAČNÍCH ČINNOSTÍ	22
2.3 VÝZNAM AKTIVIZACE.....	25
2.4 MOTIVACE K ČINNOSTEM	26
2.5 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ	27
2.6 DOMOVY PRO SENIORY A STACIONÁŘE	29
II PRAKTICKÁ ČÁST	31
3 METODOLOGICKÁ ČÁST	32
3.1 CÍL VÝZKUMU A VÝZKUMNÝ PROBLÉM	32
3.1.1 Výzkumné otázky.....	32
3.2 DRUH VÝZKUMU A VÝZKUMNÉ METODY	33
3.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR	33
3.4 PRŮBĚH VÝZKUMU	35
4 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT	37
4.1 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT	37
4.1.1 Souhrn kategorií a jejich kódů	37
4.2 INTERPRETACE ZÍSKANÝCH DAT	37
5 SHRUTÍ	50
ZÁVĚR	52
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	53
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	55
SEZNAM TABULEK	56
SEZNAM PŘÍLOH	57

ÚVOD

V minulosti, kdy nebyla dostupná kvalitní lékařská péče, se staří lidé dožívali vysokého věku jen výjimečně. Pokud tomu tak bylo, dostávalo se jim úcty a váženosti. Byli považováni za moudré a zkušené starce, ke kterým se chodilo pro radu. V současné době se struktura lidské společnosti význačně mění. Zvyšuje se počet stárnoucích lidí, kteří se dožívají vyššího věku, než tomu bylo dříve. Staří lidé hledají oporu a potřebují pomoc, kterou jim může nabídnout rodina a společnost. Péče o člověka by měla zahrnovat nejenom odbornou pomoc, ale také aktivizaci.

Stáří se začíná stávat výzvou pro společnost a organizace. Z tohoto důvodu vyhlásila Evropská unie rok 2012 rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity.

Téma mé bakalářské práce jsem si vybrala z několika důvodů. Mám blízký vztah k seniorům a to díky svým prarodičům, se kterými mám krásný vztah. Již několikátým rokem docházím do Charitního domova Otrokovice jako brigádnice. Pokud je příležitost a možnost, tak se zúčastňuji akcí, které se v tomto domově pořádají, a pomáhám personálu s jejich realizací. Docházela jsem do Charitního domova Otrokovice taky v rámci praxe.

Bakalářská práce je orientovaná na problematiku aktivizace a motivace seniorů v domově pro seniory v rámci Denního centra. Teoretická část přibližuje základní pojmy, jako je stáří a stárnutí, jejich charakteristiku a přípravu na stáří. Dále se zabývá pojmy, které se týkají aktivizace seniorů, oblastí a možností aktivizace, jejími zásadami a významem. Na závěr teoretické části popisují možnosti vzdělávání seniorů.

Cílem praktické části je zjistit situaci aktivizace seniorů v Charitním domově Otrokovice v rámci služby Denního centra. Na základě kvalitativního výzkumu pomocí rozhovorů chci zjistit, jak samotní uživatelé a pracovnice Denního centra chápou aktivizaci, která u nich probíhá.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁRNUTÍ A STÁŘÍ

S pojmy stárnutí a stáří se ve svém životě neustále setkáváme. V době, kdy jsme byli děti, se nám zdají nedosažitelné, v dospívání si jich pak často nevšímáme a až v dospělosti si začneme přiznávat, že se k nám přibližují.

Dokud se nás osobně stárnutí a stáří nedotkne, tak o něm většinou nepřemýšlíme. I přesto že je to se smrtí jediná spravedlivá jistota, kterou máme. Mladí lidé chápou tuto problematiku jako hodně vzdálenou a proto nad ní vůbec neuvažují. Pro mladé je typický rychlý a bezstarostný životní styl, který stárnutí odsunuje na druhou kolej. Později, kdy mladí lidé zestárnou, tak se někteří snaží proces stárnutí popřít a přelstít. Mnozí, kteří nechtějí vypadat staře, sáhnou po plastické operaci svého zevnějšku. (Haškovcová, 2010, s. 16-17)

Stáří je obecně posuzováno spíše negativně a to hlavně díky tomu, že se stářím si ihned spojíme jedince, který není schopen samostatného života a musí mu být poskytnuta pomoc při běžných úkolech. Na druhou stranu pro lidi, kteří podzim života právě prožívají, je to pěkné období, kdy mají čas k uskutečnění svých plánů a snů. (Malíková, 2011, s. 14)

Nesmíme zapomenout, že období stáří je stejně důležité a také stejně dlouhé jako období dospělosti a mládí. Proto bychom si jej měli všimnout a projevovat o něj skutečný zájem. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 11)

Je špatné mít předsudky vůči stáří, neboť i my jednou zestárneme a budeme potřebovat pomoc druhých. Stáří bychom měli brát jako součást našeho života a nedávat ho stranou a zavírat před ním oči. Tím, jak se zlepšuje lékařská péče, se prodlužuje i věk populace a stoupá počet starších lidí.

1.1 Charakteristika stárnutí a stáří

K problematice stárnutí se autoři vyjadřují rozdílně. Pro potřeby práce jsem vybrala následující citace a parafráze autorů.

„Stárnutí je závěrečnou fází lidského vývoje a je třeba ho posuzovat jakou součástí 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... V průběhu řady let lze sledovat proměnu lidských fyzických psychologických znaků charakterizujících

obvykle střední věk ve znaky charakterizující stáří, přičemž je velice nesnadné určit dobu, kdy se člověk definitivně „stane“ starým“. (Stuart-Hamilton, 1999, s. 18)

Stáří je možné charakterizovat jako důsledek a projev involučních změn funkčních i morfoloických. Může být modifikováno nemocemi, okolím, adaptací, životním stylem, podmínkami a přeměnou sociální role. Stáří můžeme dělit na biologické, sociální a kalendářní. (Kalvach et al., 2004, s. 47)

V obyčejném životě je za starého člověka považován ten, kdo je v důchodovém věku. Se zvyšující se hranicí odcházení do důchodu se zvyšuje i věk, kdy je člověk označován za starého. (Haškovcová, 2010, s. 20-21)

Stárnutí a stáří bychom mohli také popsat jako jedinečný biologický proces. Vyznačuje se tím, že je to nevratný proces, který už nelze opakovat. U každého jedince má odlišnou povahu a zanechává trvalé následky. (Pacovský a Heřmanová, 1981, s. 57)

Vývoj stáří a stárnutí záleží na mnoha okolnostech a je hlavně individuální. Přesto, že každý stárne individuálně, z hlediska časové posloupnosti stárneme všichni podobně. Život člověka bývá rozdělen do různých období a ani u stáří tomu není jinak. Ale protože se příčiny i následky mohou prolínat, tak je velmi obtížné vymezit toto období. Stáří může být vymezeno na kalendářní, biologické, sociální a psychické. (Kozáková a Müller, 2006, s. 9)

Nezvrtné změny přichází s obdobím stárnutí, kdy jsou funkce následně redukovány a oslabeny. Po „vrcholu“ anatomického a funkčního rozvoje dochází u člověka k postupnému úpadku a degeneraci. (Pacovský, 1997, s. 54)

Podle reakcí na změny ve stáří byl zformulován model přizpůsobení se na stáří. Je rozdělen na tři stěžejní body. Prvním modelem je konstruktivní přístup ke stáří, kdy se člověk připravuje na stáří již v produktivním věku. Udržujeme si přátelství a známosti s okolím, abychom neupadli do sociální izolace. Druhým modelem je vzniknutí závislosti na prostředí, kdy senior vyžaduje větší pozornost svého okolí, aniž by k tomu měl vážný zdravotní důvod. Posledním modelem je nepřátelský postoj seniora vůči svým vrstevníkům, rodině a zaměstnancům pečovatelských a zdravotnických služeb, v nichž pobývá. (Venglářová, 2007, s. 12)

Každý autor chápe trošku odlišně definici stáří a stárnutí. Někteří jej chápou jako nevratný biologický proces, jiní jako redukci a oslabení funkcí. Ale v konečném výsledku se shodují, stáří je jedinečný proces, který závisí na zdravotním stavu a prožitém životě jedince.

Je jen tedy na nás jak budeme stáří chápat, jak k němu budeme přistupovat a jaký vztah si s ním vytvoříme.

1.1.1 Kalendářní stáří

Kalendářní věk můžeme také označit jako chronologický či matriční věk. Odvozujeme ho ode dne, kdy jsme se narodili. (Haškovcová, 2010, s. 24)

„Kalendářní stáří je jednoznačně vymezitelné, ale nepostihuje zcela interindividuální rozdíly. I arbitrární věková hranice se posouvá, neboť se prodlužuje očekávaná doba dožití a průběžně se zlepšuje zdravotní a funkční stav nově stárnoucích generací“. (Kalvach et al., 2004, s. 47)

V současnosti se nejběžněji používá následné členění. Mladším stářím označujeme věkové rozmezí od 65 do 74 let, kdy se člověk smíruje s nadbytkem volného času a penzionováním. Starými seniory označujeme věkové rozmezí od 75 do 84 let, kdy přichází změna funkční zdatnosti. Velmi starými seniory označujeme věkové rozmezí od 85 let a více, kdy senior potřebuje zabezpečit a pomoci se soběstačností. (Kozáková a Müller, 2006, s. 10)

Kalendářní stáří je jasně dané dnem našeho narození. Prodlužováním délky života se musejí posunout i věkové hranice, podle kterých se označují věková rozmezí lidí.

1.1.2 Biologické změny

Biologické změny probíhají individuálně a rozdílnou rychlostí a odlišnou intenzitou. Typickými projevy je atrofie tkání, kůže a svalů, snížená elasticita orgánů, změna složení vody v organismu, zmenšování postavy a také zhoršení funkcí smyslových orgánů. (Jarošová, 2006, s. 22-23)

Tělesné změny jsou dány genetickými předpoklady a životním stylem. U každého člověka tyto změny nastávají individuálně, ale zasáhnou vždy tělesné tkáň a orgány. Změny probíhající v pohybovém systému jsou spojeny se zmenšováním postavy, které je zapříčiněno vysycháním a oplošťováním meziobratlových plotének a řídnutím kostí. Svaly se stávají méně elastickými a ubývá jich. Důsledkem toho starý člověk už není silný jako za mlada. Klesá také vodivost nervů. U starých lidí se snižuje činnost srdce, zvláště levé srdeční komory. Při namáhavé činnosti může srdce selhat a způsobit dušnost plic anebo zástavu. V trávicím systému dochází ke zmenšení objemu trávicích šťáv, jídlo se v trávicí soustavě

dlouho vstřebává. V rozmnožovacím systému u mužů klesá potence a u žen nastává konec menstruace. U obou pohlaví se oslabují svěračové svaly, následkem čehož vzniká inkontinence – neschopnost udržet moč. Na obličejích starých lidí se vytváří vrásky, kůže se stává tenčí a méně elastickou. Ve stáří je člověk náchylný na poranění, protože se u něj velmi zhoršily základní smysly. Nejvíce se horší zrak, člověk musí nosit brýle, aby se mohl pohybovat v prostoru a nezavadil o něco. Dále se velmi horší sluch, proto musíme při komunikaci se seniory zvýšit hlas, aby nám rozuměli. Ve stáří se také snižuje citlivost hmatových, čichových a chuťových receptorů. Ubývá buněk, které mají za úkol kontrolovat pozici lidského těla a také jím hýbat. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 19-22)

1.1.3 Sociální změny

„Člověk by měl být na stáří připravován již v dospělosti, a to nejen po stránce materiální, ale také např. vytvořením tzv. druhého životního programu, který mu umožní seberealizaci a kvalitní život v důchodovém věku. Člověk by měl svůj obchod do důchodů přijmout jako výsledek přirozeného vývoje vlastní osobnosti“. (Kozáková a Müller, 2006, s. 13)

Důležitým znakem sociálního stárnutí je určitě vzrůst závislosti a ubývání soběstačnosti. Starý člověk má i nadále potřebu sdružování, ale jeho možnosti se zmenšují a začíná být více osamělý a izolován. Rozhodně je důležité zmínit ztrátu či omezení schopnosti vyvíjet činnost, kterou zvládal dřív bez potíží např. manuální obratnost. (Pacovský, 1997, s. 60)

Mezi nejdůležitější sociální změny bychom mohli zařadit osamostatnění potomků, odchod do důchodu a přeměna sociálních rolí. (Kozáková a Müller, 2006, s. 13)

Odchodem z práce starý člověk ztrácí možnost být v denním kontaktu s lidmi, se kterými po dlouhý čas pracoval. Je pro něj těžké si tyto kontakty udržet, ale ještě těžší je pro něj navázat nové. Se ztrátou partnera se dostává do větší izolovanosti a není pro něj jednoduché situaci změnit.

1.1.4 Psychické změny

Podle Pacovského (1997, s. 57-59) pojem psychické stárnutí obsahuje duševní změny s nástupem přibývajících let. Ale u každého jedince se můžou projevat jinak. Mohou být nevýrazné, ukryté, nebo i schválně skryté a těch si všimne možná jen nejbližší rodina. Samozřejmě u někoho změny mohou být nápadné. Předpokládá se, že všechny změny v psy-

chice člověka budou směřovat jen vždy k tomu horšímu, ale nemusí tomu tak ve všech případech být. Můžeme u některých jedinců sledovat intenzivnější houževnatost, trpělivost, ustálení názorů. Záleží také na vlastnostech osobnosti člověka, které ovlivňují psychické stárnutí. Na síle získávají charakteristické osobnostní vlastnosti člověka.

K psychickým změnám dochází pozvolna. Změny typické v psychické oblasti:

- snížení poznávacích funkcí
- nedůvěřivost
- zvýšená emoční nestabilita, změny nálad
- snížená schopnost přizpůsobení se na změny v životě
- žebříček životních hodnot se mění
- snížená sebedůvěra
- pokles intelektových funkcí. (Jarošová, 2006, s. 25-27)

Projevy stárnutí se tedy mohou projevovat na somatické, psychické a sociální úrovni. Každá ze zmíněných úrovní je charakteristická svými znaky, které ji v procesu stárnutí provází.

1.2 Geriatrie a gerontologie

„Gerontologie je nauka, soubor vědomostí o stárnutí a stáří, respektive o problematice starých lidí a života ve stáří“. (Kalvach et al., 2004, s. 48)

Gerontologie se skládá ze dvou řeckých slov, kdy gerón znamená starý člověk a logos označuje nauku. Pacovský popisuje tři základní části a to gerontologii teoretickou, klinickou a sociální (populační). Tyto tři části obvykle používají specificky zaměřený a prováděný pokus neboli gerontologii experimentální. Teoretická gerontologie formuluje domněnky a teorie o stárnutí. Dále pátrá, dělí a klasifikuje vědomosti o základních mechanismech stárnutí. (Pacovský, 1990, s. 15)

Oproti tomu Haškovcová (2010, s. 201-202) to vidí jinak - gerontologie je vědeckou disciplínou, která je rozdělena na tři důležité části – gerontologie experimentální, gerontologie sociální a gerontologie klinická.

- Gerontologie experimentální – věnuje se procesům biologického a psychologického stárnutí, stárnutí buněk.

- Gerontologie sociální – popisuje sociální dopady na jedince. Pozoruje příznaky, které na stárnutí působí.
- Geriatrie (gerontologie klinická) – věnuje se zvláštnostem nemocí ve stáří a jejich léčbou.

1.3 Příprava a výchova na stáří

Obvykle uznávanými principy životního režimu jsou zdravý životní styl, být v pohodě, mít dobrý pocit sám ze sebe. Stáří je vlastně výsledkem předešlých životních období, protože životní styl utváříme po celý život. Každý člověk je za svůj životní styl zodpovědný a rozhodně by neměl podlehnout tlakům okolí, jež na něj působí. Člověk má v sobě rezervní kapacity, které může zprovoznit trénováním. Jedná se o pohyb a zachování funkčních systémů. (Pacovský, 1997, s. 100-101)

Správně se přichystat na stáří je velmi důležité a proto by se s přípravou mělo začít v mladším věku. Měli bychom znát, jak naložíme se svým vzniklým volným časem a jakým směrem se chceme vydat. Je důležité si uvědomit, že jsme schopni ovlivnit kvalitu a tempo svého stáří a to zvláště svým životním stylem. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 22)

Máme hned několik typů příprav na stáří, které nás provází celý náš život. Je to tedy dlouhodobá, středně dlouhá a krátkodobá příprava na stáří. Dlouhodobá příprava na stáří říká, že jedinec sám určuje kvalitu života. Během svého života musí člověk absolvovat několik psychických výchov. Patří mezi ně výchova k smysluplnému životu, k rozkvětu vědomostí, k rozkvětu individuálních zálib a k manželství. Důležitá je správná životospráva a odnaučování špatných návyků. Úctu ke starším by se měly děti učit od svých rodičů, společně s porozuměním potřeb stáří. Ve středním věku by měl člověk přejít ke středně dlouhé přípravě na stáří, která je rozdělena na biologickou, psychickou a sociální rovinu. Aktivní odpočinek a vhodný životní styl zařadíme do biologické roviny. Duševní hygiena a schopnost začít akceptovat stáří jako součást bytí patří do psychické roviny. V poslední, sociální rovině, jsou důležité vztahy s přáteli a věnování se svým zálibám. Před předpokládaným odchodem do důchodu v rozmezí tří až pěti let nastává poslední krátkodobá příprava na stáří. Jedinec odchodem do důchodu mění své sociální postavení, což je pro něj psychicky obtížná doba. Před odchodem do důchodu by si člověk měl zjistit všechny možnosti dalšího aktivního způsobu života. (Pacovský, 1990, s. 55-57)

Důležitou přípravou na stáří je smíření s koncem mládí. Člověk už není tak pohybově nadaný jako dříve, jeho výkonnost klesá. Měl by proto lehce cvičit, aby se mu prokrvovaly končetiny a mohl zvládat každodenní povinnosti. Z psychologického hlediska je pro člověka důležitou ranou ztráta krásy, ohebnosti. Může se cítit znevýhodněn oproti mladším lidem a stydět se za svůj stav. Proto by si měl všimnout svých vrstevníků a snažit se u nich pozorovat stejné degenerativní projevy jako u něj samotného. Myšlenka, že na tom není tak špatně, jak si původně myslel, je někdy povzbuzující.

2 MOTIVACE A AKTIVIZACE SENIORŮ

V dnešní době se věnujeme čím dál víc seniorům a jejich kvalitnímu životu. Z tohoto důvodu je nezbytně důležitá jejich aktivizace, díky níž dochází k vyrovnanosti psychického a tělesného stavu člověka. Také jim umožňuje prožívat smysluplně volný čas, udržovat sociální kontakty, zachovávat dovednosti a schopnosti a plnit přání. V zařízeních pro seniory by se měli snažit, aby prováděné aktivity co nejvíce připomínaly činnosti uskutečňované v domácím prostředí.

Neměli bychom zapomínat, že každý z nás se věnuje nějakému jinému koníčku, někdo rád čte, vzdělává se, vaří, věnuje se sbírání. Proto je důležité, aby oblast nabídek pro seniory byla dostačující a měli možnost volby. Někdy je ale nutné brát ohled i na finanční stránku seniora, aby svou zálibu mohl uskutečňovat.

Pro zdravého člověka je velmi jednoduché si připravit a realizovat aktivity. Pro starší osobu to ale již není tak jednoduché. Její motivace i pracovitost slábne, proto je v realizaci aktivit omezena. Je důležité staré osoby podporovat v jejich aktivitách, abychom předešli těmto negativním jevům. Mnohdy ani sami nevědí, jak vytvořit vhodné podmínky nebo pro to nemají dostatečné příležitosti. (Kalvach et al., 2004, s. 436-437)

Velmi důležitou činností seniora v jeho životě je komunikace s lidmi. Komunikace zlepšuje sebevědomí člověka, dává mu lepší pohled na svět, dozvídá se, co se děje v okolí. Na aktivitách starých lidí se musí podílet společnost. Společnost by mu měla nabídnout možnost se vzdělávat, kulturně žít, ale také pečovat o své psychické a fyzické zdraví. (Havlík, 2008, s. 64)

Aktivity by měly z části působit potěšení a terapeuticky. Pokud k tomu dochází, jsou tyto aktivity efektivní, uživatelé je vyhledávají a činnosti splňují jejich potřeby. Při těchto aktivitách by měli uživatelé využívat všech svých schopností a silných stránek. Aby aktivity byly úspěšné, je důležitá zapálenost personálu a také dobrá připravenost aktivit a uživatelů. (Rheinwaldová, 1999, s. 13, 21)

2.1 Vymezení pojmů

Aktivita

Při aktivitě, z pohledu pedagogického, musí člověk vynakládat iniciativu, samostatnost, výkonnost a snahu. Jelikož aktivita přispívá k větší spokojenosti v životě seniorů, je nezbytným prostředkem k dosažení lepší kvality jejich života. Pomocí aktivity si člověk udržuje nezbytnou fyzickou a duševní výkonnost. (Kozáková a Müller, 2006, s. 36)

„Aktivita člověka vzniká z napětí mezi vnitřní potřebou činnosti a vnější příležitostí tento vnitřní akční potenciál nějak zaměřit. Aktivita je způsob, jak člověk může přežít, jak může uspokojit své potřeby, jak si může zpříjemnit život, jak může vytvořit něco, co ho přesahuje. Činnosti přináší člověku mnohé – strukturují čas, ovlivňují společenské kontakty, podporují fyzickou i duševní činnost, vytvářejí společenský status“. (Kalvach et al., 2004, s. 439)

Aktivita je způsob života, ve kterém jedinec rozvíjí své dovednosti a vlastnosti. Neexistují dva lidé, co by byli stejní. Podobné je to i s aktivitou u člověka. Odlišná aktivita bude u extroverta, který je otevřený okolí. Introvert je uzavřený typ člověka, kdy se vše odehrává v jeho hlavě a nechá se unášet fantaziemi. Racionální typ osoby je více zahloubaný, experimentuje. Dále můžeme zmínit citově založeného jedince. Aktivní člověk zná svou cestu a má vše pod kontrolou. Pasivní osobnost se ráda připojí k připravené práci, zvláště když ji nemusí chystat, většinou ji mají v režii dominantní osoby. Existují i akční lidé, kteří musí mít svůj život neustále něčím naplněný a na druhou stranu ti, kteří své aktivity chtějí vstřebat a v klidu strávit. Proto by se rozdíly v osobnostech lidí měly tolerovat a mělo by se jim dostávat zaslouženého prostoru. Pokud to bude dodrženo, tak lidem umožníme být spokojenějšími. (Kalvach et al., 2004, s. 440)

Aktivizace

Kalvach (2004, s. 437) označuje pojem aktivizace spíše jako *programování aktivit*, které podle něj lépe vystihuje základ a úmysly aktivizace seniorů. Výsledkem aktivizace je podpůrné prostředí, jež by mělo podnítit a ulehčit činnost a to nejen po stránce materiální, ale i sociální a duševní. Pokud se senior v aktivitě podporuje správně, mělo by být výsledkem nalezení něčeho, co mu přináší radost, příjemné dojmy a prožitky.

Aktivizace by měla vést seniory k vlastní odpovědnosti. Při onemocnění nebo při nástupu seniora do instituce by jej personál měl motivovat a být pro něj podporou, aby vykonával jednotlivé aktivity. Tím rozvíjí jejich soběstačnost. (Schuler a Oster, 2010, s. 19)

„Aktivizace chápeme jako prevenci patologického chátrání – a to jak fyzického, tak i duševního, společenského či duchovního. Jako cestu k uspokojení fyzických, duševních, společenských a duchovních potřeb. Jako to, co dává smysl a hodnotu životu, co poskytuje radost a motivaci k životu. Jako možnost bavit se, mít se z čeho a na co těšit“ (Jurečková, 2003, s. 144)

Každý autor chápe aktivizaci svým vlastním způsobem, který je odlišný od ostatních autorů. Jurečková uvádí, že je to určitá ochrana proti chátrání člověka, kdy také dochází k uspokojení potřeb dané osoby. Oproti tomu Schuler a Oster kladou spíše důraz na vytváření zodpovědnosti seniora a jeho soběstačnosti při pobytu v instituci. Kalvach zase hovoří o programování aktivit, kdy je důležité mít prostředí, které napomáhá, povzbuzuje a ulehčuje činnosti.

Animace

Animací rozumíme spontánní a radostné trávení života. Animaci můžeme rozdělit na smlouvenou a doplňkovou, kdy Jurečková tyto pilíře považuje za pojem aktivizace. Doplňkovými animacemi se myslí aktivity, které jsou uskutečněné zaměstnanci zařízení. Mohou být individuální nebo skupinové. Pokud ale do zařízení přijdou vystupovat kroužky či skupiny z okolí, tak se jedná o smlouvenou animaci. V úvahu přichází také vycházky do okolí nebo sem spadají i dobrovolníci. (Jurečková, 2003, s. 143)

Naplnění programem nebo oživení, i tak bychom mohli nazvat pojem animace. Nový pojem k nám přichází z francouzského prostředí, kde se používá zcela běžně. Animace se uplatňuje při vytváření atmosféry v zařízení a při postoji ke klientům. Hlavními předpoklady pro animaci jsou otevřenost a neřízenost. (Kalvach et al., 2004, s. 438)

Aktivizační pracovník

Aktivizaci by měl uskutečňovat způsobilý pracovník, ergoterapeut, speciální či sociální pedagog. Aktivizační pracovník musí dobře umět rozeznat potřeby člověka, posuzovat jeho funkční schopnosti, hodnotit jeho životní uspokojení. Měl by mít přehled v nejrůznějších činnostech, způsobech práce, programech povzbuzujících tvořivost, zvědavost a touhu se

zapojit. Neměly by mu být cizí vlastnosti aktivit, aby je mohl propojit s osobní potřebou a schopnostmi dané osoby. (Kalvach et al., 2004, s. 439)

Má na starost seznámení seniora s možnostmi aktivizace v zařízení. Vzájemnou konverzací pozná jeho zájmy a záliby, po vzájemné dohodě specifikují přání a dohodnou se na možnostech aktivizace. (Malíková, 2011, s. 80)

Aktivita je činnost člověka, která mu pomáhá ke spokojenějšímu životu. Aktivitou člověk zaplňuje volný čas, zachovává si duševní i fyzický stav, zpříjemňuje si život. Aktivizaci můžeme chápat jako proces, kdy jsou lidé vedeni k činnostem. Díky správné aktivizaci vzniká prostředí, které podporuje a inspiruje jedince, napomáhá mu k odpovědnosti a poskytuje kvalitní způsob trávení života. Aktivizační pracovník, by měl mít určité předpoklady, aby mohl pracovat na svém postu. Jedná se o sociální citění, pochopení pro staré lidi, vidění jejich potřeb, ale také musí být kreativní a tvořivý. Měl by mít také přehled o činnostech, které by mohl uplatnit v rámci aktivizace seniora. Neustále svou nabídku činností rozšiřovat a obohacovat o nové možnosti a metody.

2.2 Oblasti a zásady aktivizačních činností

Aktivizace seniorů má několik forem, kterými může probíhat. Jedná se o specializovanou péči v oboru zdravotnictví, edukace v zařízeních formou přednášek a kurzů nebo nabídkou vzdělání se na univerzitě třetího věku. Mezi volnočasové a zájmové aktivity v zařízeních může patřit četba, ruční práce nebo keramika. Je to i podpora ke společenským a pracovním možnostem. (Kozáková a Müller, 2006, s. 39-40)

Do aktivit podle našich zálib můžeme zařadit ruční práce. Výtvary by se měly vystavovat na veřejnosti, abychom předcházeli pocitu nenaplnění. Při ručních pracích nemusí pracovníci vést uživatele. Pokud sami uživatelé mají zkušenosti s některými metodami práce, mohou je naučit ostatní uživatele i pracovníci. Záliba ve sportu může mít i pasivní povahu, kdy se fanoušci sportu sejdou a společně fandí svému oblíbenému týmu či sportovci. Fandit lze nejen u televizních utkání, ale i třeba vyjet za svým sportovním klubem na stadion. Do oblíbených aktivit spadá také pěstování zeleniny a květin, uživatelé je pěstují na pokojích v truhlících či balkónech. Zdatnější uživatelé mohou pomáhat s udržováním trávníku, květin a keřů. Společnou zálibou uživatelů je hraní společenských her a skládání puzzle.

Pomocí společenských her uživatelé procvičují paměť, jemnou motoriku prstů a fantazii. Nezbytnými činnostmi jsou pohybové aktivity, které nám pomáhají zachovat si nebo zlepšit fyzickou kondici. Napomáhá k tomu chůze, kdy stačí ujít třeba denně jen pár kroků, chodit na procházky, věnovat se cvičení, pořádat výlety a relaxovat s dechovými cvičeními. (Vostrovská, 1998, s. 6-12)

Výsledkem výzkumu Jurečkové jsou potřeby, které mají nejen uspokojit, ale rozvíjet nebo procvičovat. Výzkum se týká zařízení pro seniory, kde jej prováděla. Výsledky výzkumu shrnula do typologie činností.

- Činnosti splňující očekávání fyzických potřeb - pohybové aktivity, kam spadají procházky, cvičení, rehabilitace, dechová cvičení; činnosti procvičující jemnou motoriku, například pletení nebo pěstování rostlin.
- Činnosti splňující očekávání psychických potřeb, jako je pouštění hudby, promítání dokumentárních filmů, předčítání knih, společenské aktivity, soutěžení, výlety po okolí, duchovní aktivity s bohoslužbami a modlitbami, procvičování paměti, vzdělávací činnosti, používání výtvarných technik a pěstování rostlin.
- Činnosti splňující očekávání sociálních potřeb - skupinové akce, kdy se dostávají do spojení s ostatními uživateli; participační aktivity, kdy se konají porady klientů a různé komise; kulturní, společenské a duchovní akce.
- Činnosti splňující očekávání duchovních potřeb, objevování smyslu života. (Jurečková, 2003, s. 150)

Všeobecně platí, že při stanovování aktivit pro jednotlivého uživatele nevybíráme podle sebe nebo podle toho, jak by nám to vyhovovalo. Vybíráme podle životních zájmů uživatele, tím zkvalitníme jeho život a budeme respektovat jeho přání. (Vostrovská, 1998, s. 2)

Podle Kalvacha (2004, s. 441) můžeme aktivity seniorů rozčlenit hned do několika oblastí - na aktivity podle místa v životě jedince, podle skupiny splněných očekávání anebo podle celkového počtu zúčastněných osob. Do prvního rozčlenění aktivit **podle místa v životě jedince** můžeme zařadit práce, které se dělají každodenně. Jedná se o nachystání pokrmu, setření prachu, provádění nákupu, umytí nádobí, zalévání domácích květin a žehlení. K pracovním aktivitám patří starání se o psa, kočku či jiné domácí zvíře, činnosti na počítači, dopisování si s rodinou a přáteli a vytváření dekorací po domově, osobní hygiena,

péče o své zdraví i o svůj zevnějšek. Ve volném čase realizují své zájmy a koníčky, cvičení, výlety po okolí, četbu knih, dívají se na televizní programy či poslouchají rádio a hudbu. Ve volnu také rozvíjí kreativitu a obrazotvornost, jezdí na výlety za účelem poznávání nového a vzdělávají se. Do **skupiny splněných očekávání** spadají biologické potřeby, které jsou zajištěny, jako je strava, pohyb, vztahy na intimní bázi, podněcování smyslů, aktivity pomáhající k samostatnosti, k pocitu zabezpečení a jistoty, udržování a navazování nových sociálních vztahů, činnosti pomáhající k udržení naší totožnosti, váženosti a osobního růstu, aktivity rozvíjející vlastní osobnost a schopnosti tvoření a poté nalezením smyslu života. Posledním rozčleněním aktivit je **podle celkového počtu zúčastněných osob**. Do této aktivity patří činnosti, které senioři provádí sami s možnou oporou zaměstnanců či příbuzných. Pak to mohou být činnosti prováděné ve dvou se svým druhem, kamarádem, příbuzným nebo s jejich podporou (společné výlety, chození na besídky, divadla, expozice, za kulturou). Při aktivitách v malých skupinách člověk nabývá dojmu, že někam patří a necítí se osaměle. Skupina mu dává určitou hodnotu, zpětnou reflexi či případnou kritiku. Poslední možností jsou společenské aktivity prováděné ve velkém seskupení lidí.

Při vymýšlení programů by se měly dodržovat určité zásady. Program by měl být složen z několika činností, aby byl dostatečně pestrý pro uživatele. Činnosti by měly být nachystány jak pro jednotlivce, tak pro skupinu lidí, aby si uživatelé mohli uchovat své tělesné, duševní a společenské schopnosti. Plán aktivit by měl být nastaven dlouhodobě dopředu, aby se uživatelé včas připravili na dané aktivity. Činnosti by se pravidelně měly posuzovat, aby se vědělo, zda jsou i nadále pro uživatele přínosem. Pokud již nejsou přínosem pro uživatele, měly by se aktivity změnit a nahradit novými, tak aby byly zajímavé. (Rheinwaldová, 1999, s. 22-23)

Při realizaci a podpoře aktivit seniorů musíme dodržovat některé zásadní body. Každý senior má svou minulost a své zkušenosti. Sám pozná, o které věci má nebo nemá zájem. Není vhodné je do něčeho nutit. Jak již bylo dříve uvedeno, každý je svým způsobem jedinečný. Platí to i u pracovního tempa, se kterým danou činnost senior provádí. Někdo může pracovat rychle, jinému to trvá o chvilku déle. Při jejich individualitě nesmíme zapomínat na schopnost ve střídání aktivit, která nemusí všem vyhovovat. Nezapomínejme, že i my máme pro své věci určité místo a své zvyky, není tomu jinak ani u starých lidí. Musíme proto najít rovnováhu mezi trénováním přizpůsobivosti a respektováním potřebné jistoty. Senior si určí sám aktivitu, kterou chápe a ví, že má smysl. Může se jednat o tvoření dárků,

pomáhání blízkému, vydělávání peněz nebo provozování činnosti, ze které má radost jenom on sám. Aktivita by měla být nastavena tak, aby ji osoba zvládla nejen po fyzické stránce ale i po duševní. Pokud by tomu tak nebylo, může docházet k ponížení, nezdaru a nabytí dojmu vlastní neschopnosti. A hlavně nezapomínejme, že senior je schopen sám zhodnotit výsledek vlastní činnosti. (Kalvach et al., 2004, s. 438-439)

Aktivizační činnosti by měly uspokojovat, zaplňovat volný čas, měly by nás činit šťastnějšími a měli bychom je dělat rádi. Existuje mnoho činností, které bychom mohli dělat. Je ale důležité, abychom si vybrali tak, aby nás to bavilo a nedělali je s odporem nebo s donucením. Při aktivizaci seniorů v rámci domova pro seniory by měli pracovníci vybírat takové aktivity, které si přejí samotní uživatelé provádět. Ne ty, které jsou pro zařízenější výhodnější a jednodušší.

2.3 Význam aktivizace

Špatným společníkem stáří je pohodlnost a lenost. Místo toho by měl člověk naplnit aktivitami celý den. (Pacovský, 1997, s. 32)

Pomocí aktivizace nalézáme ideální terapii pro staré lidi a poskytujeme jim možnost žít obvyklý život co nejdéle v jejich vlastní domácnosti. Při aktivizaci si senior sám určuje intenzitu prováděné činnosti na základě svého rozhodnutí. Důležitou částí aktivizace je duševní hygiena. (Vostrovská, 1998, s. 20)

Vstup a přizpůsobení se novému prostředí není pro nikoho jednoduchou záležitostí. Aktivizace jedince nám může pomoci k zvládnutí vznikajícího stresového zatížení a k úspěšné adaptaci. V brzké době nalezená vhodná a dobře podaná činnost přispěje k uchování návaznosti na předešlý styl života a k udržení kontaktů. Jedinci jsou nabídnuty nové možnosti k poznávání. Aktivizace mu přináší uspokojení a potěšení. V době, kdy se senior přizpůsobuje na nové prostředí, je vhodné jej podpořit. Poskytneme mu dostatečné údaje o jeho novém prostředí již v době vyřizování přijetí, abychom mu poskytli pocit bezpečí a jistoty. Při rozhovoru s klientem je nutné zjistit veškeré informace o jeho samostatnosti při jednotlivých úkonech, kdy vyžaduje podporu či asistenci. Důležitým zdrojem aktivity pro seniora je jeho vlastní rodina, proto je podstatné se nebát ji zapojit. I kdyby se jednalo o hromadné výlety, běhání po úřadech či kontroly u doktora. Poskytnout mu veškeré informace nejen o programech v domově, kterých se mohou zúčastnit. Navrhnout mu možnosti využití čin-

ností v blízkém okolí, kdy se jedná třeba o pedikúru, kadeřnici, kluby, knihovnu a kino. Vždy, po určité uplynulé době, by společně se seniorem měl zhodnotit jeho uspokojení s obsahem bytí a aktivitami, které provádí. (Kalvach et al., 2004, s. 441-442)

Důležitým faktorem pro zdravé stáří je kromě pohybu a správného životního stylu, komunikace. Správná komunikace povzbuzuje seniora, zvyšuje sebevědomí, obohacuje slovní zásobu, zahání strach z neúspěchu. Jedná se o komunikaci se svým vnitřním já, s ostatními lidmi, životními partnery, příbuznými. Hlavní je neuzavřít se před světem do sebe. Význam komunikace je obsáhlý. Zapojuje seniora do společenského dění, zpevňuje osobnost, poskytuje možnost se vyprávět, motivovat, učit se a také unikat. (Havlík, 2008, s. 65)

Aktivizace je určitě důležitá, a to svým přínosem zvláště pro každého jedince. Na každého může působit trochu odlišným způsobem. Aktivizace napomáhá při udržení schopností a dovedností člověka. Někomu se díky aktivizačním činnostem zlepšuje sebedůvěra, komunikace s okolím, může se cítit být jistější například tím, že udržuje ruce v neustálé činnosti.

2.4 Motivace k činnostem

„Motivace je hybnou pákou lidského chování, která nás nutí uspokojovat své vlastní potřeby. Potřeby člověka souvisí nejenom s biologií organismu, ale také s jeho sociální a pracovní existencí ve společnosti, kde žije“. (Klvetová a Dlabalová, 2008, s. 35)

Někteří lidé po dosažení důchodového věku stále pracují. Neskrývá se za tím jenom vidina přilepšení si, ale také motivace. Přejí si být ještě užitečnými, chtějí si i nadále udržovat svůj sociální status, rozvíjet své schopnosti a uplatnit je. (Pacovský, 1997, s. 32-33)

Uživatelé si zvolí sami, zda se dané aktivity chtějí zúčastnit, jen se dívat anebo se jí vůbec nezúčastnit. Uživatelé, kteří se jen dívají, se časem zapojí do poskytovaných aktivit. Proto je při zapojení do aktivit nezbytně nutné povzbuzovat je a chválit. Pracovnice se snaží motivovat uživatele svým postojem, kterým dává najevo, že je zcela chápe. Popisuje uživateli aktivitu, jak dlouho trvá, co vše se při ní bude dělat. Ubezpečí ho, že může kdykoliv aktivitu ukončit a odejít, pokud bude chtít. (Rheinwaldová, 1999, s. 34-35)

Motivaci k aktivitě podporuje hned několik aspektů, mezi něž patří například každodenní a obvyklé činnosti, podpora samostatnosti jedince, péče o přátelské vztahy, vzájemná podpora a činnosti, které dělá klient automaticky a nedává si je do souvislosti s jejich aktivi-

začným významem. Důležitá je možnost volby, zda se dané činnosti zúčastní nebo ne. Aktivizace by měla být příjemná. Činnosti mají podněcovat zvědavost a zájem, upevňovat důstojnost. Senior by měl vědět, že pracovník bude pro něj pomocí a oporou. (Kalvach et al., 2004, s. 439)

Úkolem motivace je snaha organismu o vytvoření stability mezi sebou a prostředím. Snaží se toho docílit činnostmi, které směřují k vlastnímu uspokojení a soběstačnosti. Důležitou úlohu má personál, který má za cíl povzbuzovat seniora vhodným postojem a uklidněním, že to zvládne. Pokud zdravotníci věnují svůj čas laskavým způsobem seniorovi, on pak nabývá dojmu, že personál to dělá kvůli víře v úspěšný výsledek. U pasivních pacientů či pacientů s depresemi je vhodné vymezit cíle, kterých můžeme dosáhnout v kratší době. Tyto osoby neustále chválíme a pomocí vhodně volených slov povzbuzujeme. K motivaci nás mohou dovést tři klíče - touha po dosažení stanoveného cíle, sebedůvěra, schopnost dokázat si představit dosažené změny. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 35-37)

Motivací nemusí být vždy jenom slova pochvaly, ale mohou to být i činy, které podporují. Například stisk ruky, pohlazení, letmý dotek, kterým dáme jedinci najevo, že jeho problémy chápeme a jsme tady s ním. Je důležité dát najevo, že jsme tu pro něj a společnými silami dané činnosti zvládneme.

2.5 Vzdělávání seniorů

Při práci s osobami v seniorském věku využíváme jak aktivizaci, tak motivaci. V následující kapitole se budu zabývat možnostmi aktivit ve vzdělávání seniorů.

Věda o vzdělávání seniorů a výchově seniorů ve stáří a k postoji ke stáří se nazývá gerontopedagogika. Tento vědní obor se pokouší připravit jedince na závěrečné období života, obnovit důstojnost stáří a určit poslání jedince ve stáří. Specializuje se na pomoc, péči a podporu. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 52)

Vzdělávání se už nepovažuje jen jako příprava k povolání, ale chápe se jako lidská potřeba, kterou máme po celý život. (Pacovský, 1997, s. 33)

Celoživotní vzdělávání má podle Klevetové v naší republice dva stupně, všeobecné seniorské vzdělávání a inovace odborných znalostí a dovedností. První zmíněný stupeň se orientuje na vyučování jazyků a informatiky, ale není profesní povahy. Hlavními důvody pro studování je přání si i nadále zvětšovat své znalosti a udržovat kontakt s lidmi

s podobnými tužbami. Druhý stupeň je už profesní povahy, snaží se o vývoj nebo udržení vzdělání. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 52-53)

Vzdělávání seniorů můžeme rozdělovat na čtyři základní funkce. A to preventivní, anticipační, rehabilitační a posilovací. Preventivní funkci máme uskutečňovat opatřeními s dostatečnou časovou rezervou, které budou kladně působit na proces stárnutí. Do anticipačních funkcí spadá dokazování se přichystat na nastávající změny a objevování nového životního stylu. Rehabilitační funkce trvá po celý život, kdy se věnujeme udržení soustředěnosti a posilování tělesných a duševních schopností. Posilovací funkce je nejdůležitější. Podílí se na objevení činností ve volném čase, rozkvětu zájmů a potřeb, umění se obrátit na někoho o pomoc. Mohli bychom ji také nazvat jako funkci stimulační. (Livečka, 1982 cit. podle Mühlpachr, 2004, s. 138)

Při vzdělávání starších osob by se měly dodržovat určité zásady. Musíme seniorovi dát dostatečný časový prostor na vstřebání nově nabitých poznatků, protože k porozumění probírané látky vyžaduje své vlastní tempo. Nové vědomosti, které poskytujeme seniorovi, musí být rozvrhnuty do menších oblastí. Měli bychom mluvit pomalejším tempem a dostatečně srozumitelně, aby danou problematiku snáze pochopil. Daného jedince chválíme a vyzdvihujeme případně jeho pilnost či snahu, kterou projevuje. Pokud zadáváme seniorovi úlohy, tak ne ve velkém množství, pouze tak, aby je mohl zvládnout. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 55)

Další možností, jak aktivizovat seniora, je vzdělávání. Vzděláváním si doplňují své již získané znalosti, objevují krásy nepoznaného. Může to být taky jedna z možností, jak si nadále udržovat kontakt s okolím a neupadnout do osamělosti.

Univerzita třetího věku

V dnešní době univerzity třetího věku můžeme najít skoro na všech vysokých školách u nás. Typickým znakem pro univerzity třetího věku je těsné spojení s vysokou školou. Senioři jsou vedeni způsobilými zaměstnanci škol k samostudiu. Důležitým znakem je možnost nabídnutí dalšího vzdělávání pro starší osoby formou několika semestrů zaměřených kursů na danou problematiku. (Pacovský, 1997, s. 34)

Nejčastějším důvodem pro studium na univerzitě třetího věku je přání vzdělávat se v nepoznaném oboru, protože v mládí na studium nebyl čas nebo životní situace studiu bránila. Studenti vypracovávají seminární práce, chodí na konzultace a aktivně se podílejí

na vzdělávání. Musí projít závěrečnými testy a dokázat své nově nabitě znalosti. Studium přináší seniorům potěšení vzdělání, zapomínají při něm na osobní zdravotní problémy. Program studia jim neumožňuje zahálet a zaobírat se svými zdravotními problémy. Věnují studiu tolik času, že nemají čas ani náladu navštěvovat svého doktora. (Haškovcová, 2010, s. 127)

Akademie třetího věku

Akademii pořádá Český červený kříž, domy kultury a další instituce a organizace. Jsou charakteristické srozumitelností přednášky a přizpůsobováním se zájmům seniorů. (Mühlpachr, 2004, s. 139)

Na rozdíl od univerzity třetího věku akademie nevyžaduje po svých posluchačích vypracování seminárních prací, konzultace a nepobízí je k aktivitě. Posluchači na konci přednášky mohou vznášet otázky k tématu a debatovat, ale jen v době tomu určené. (Haškovcová, 2010, s. 136)

Univerzity volného času

Zaměřují se na všechny věkové kategorie a jsou sociálně specializované. Organizátory univerzit jsou soukromé agentury, knihovny nebo domovy důchodců. Jelikož se univerzity sami financují, musí se zde platit kurzovné. To ovšem matky na mateřské dovolené, důchodci a nezaměstnaní nehradí, ale zaplatí jen symbolický poplatek na rozdíl od ostatních účastníků. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 53)

Centrum zdravého stárnutí, i tak můžeme nazvat univerzity volného času. Probíhají zde doprovodné programy zaměřené na cestování či trénování paměti. Senioři se v rámci vzdělávání mohou zúčastnit výměnného pobytu v zahraničí. (Haškovcová, 2010, s. 135)

2.6 Domovy pro seniory a stacionáře

Domovy pro seniory

„Domovy důchodců představují klasickou formu institucionální péče o seniory nabízející trvalé ubytování a široké spektrum služeb od péče o domácnost klienta přes nejrůznější programy aktivit až po náročnou ošetrovatelskou i rehabilitační péči o těžce zdravotně postižené seniory a hospicovou péči o umírající“. (Matoušek, 2005, s. 179)

Je to zařízení s pobytovou službou a neustálým chodem zaměřeným pro věkové složení seniorů se sníženou schopností postarat se sami o sebe. Tito lidé nemohou zůstat ve svém obvyklém prostředí a potřebují souhrnnou péči. (Malíková, 2011, s. 45)

Stacionáře

Stacionáře můžeme rozdělovat na denní a týdenní. Denní mají podobu ambulantní pomoci, kdy do zařízení přichází osoby, které nejsou schopné se sami o sebe postarat. Během dne je osobám umožněna komplexní péče podle jejich potřeb. Uživatelé realizují aktivizační a sociálně terapeutické činnosti. U týdenních stacionářů se již jedná o pobytovou službu zaměřenou na stejnou skupinu lidí jako u denního stacionáře, kteří vyžadují pravidelnou pomoc. Chod zařízení je obvykle zabezpečen v pracovní dny. (Malíková, 2011, s. 45)

V teoretické části popisují dvě stěžejní kapitoly. První kapitola se týká stárnutí a stáří, a následnému popisu zmíněných pojmů. Dále tato kapitola zahrnuje kalendářní stáří, biologické změny, sociální změny a psychické změny. Další podkapitolu věnují problematice geriatricke a gerontologie. Na závěr první kapitoly popisují, jak se přichystat na stáří. Druhá hlavní kapitola v teoretické části se zabývá motivací a aktivizací seniorů. Zde jsou podkapitoly věnovány pojmům, zásadám, které by se při aktivizaci měly dodržovat a jakých oblastí se aktivizační činnosti týkají. Druhá kapitola poskytuje také náhled na význam aktivizace, jak můžeme motivovat osoby do aktivizačních činností a do vzdělávání seniorů. Na konci teoretické části zmiňují definici stacionáře a domova pro seniory. Znalosti získané v teoretické části jsou využity v praktické části, ve které se zabývá možnostmi aktivizace seniorů a jejich praktickému upotřebení.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

3 METODOLOGICKÁ ČÁST

Výzkum jsem realizovala v Denním centru Charitního domova Otrokovice. Tento domov pro seniory jsem si zvolila záměrně. V letním semestru druhého ročníku mého studia jsem do zmiňovaného zařízení chodila na praxi.

Problematiku výzkumu budu konzultovat s následujícími odborníky pro danou tematiku:

- Mgr. Lenka Mitrychová, vedoucí mé bakalářské práce, působící na FHS UTB ve Zlíně
- Bc. Helena Nováková, vrchní sestra Charitního domova Otrokovice
- Marta Žaloudková, pracovnice Denního centra Charitního domova Otrokovice

3.1 Cíl výzkumu a výzkumný problém

Hlavní cíl výzkum

Cílem výzkumu je zjistit situaci aktivizace seniorů v Charitním domově Otrokovice v rámci služby Denního centra.

Dílčí cíle výzkumu

Prvním dílčím cílem výzkumu je popsat, jak aktivizaci chápou samotní uživatelé služby. Druhým dílčím cílem je zjistit názor pracovnice Denního centra na aktivizaci uživatelů.

Výzkumný problém

Výzkumný problém jsem si tedy vymezila takto: Jak samotní uživatelé a pracovnice Denního centra v Charitním domově Otrokovice chápou aktivizaci, která u nich probíhá.

3.1.1 Výzkumné otázky

Co je obsahem činností aktivizace v rámci služby Denního centra?

Jak dlouho trvají prováděné aktivity a v kterou denní dobu jsou prováděny?

Jak chápou aktivizaci samotní uživatelé a jak ovlivňuje kvalitu jejich života?

Jaký názor zaujímá pracovnice služby Denního centra na aktivizace seniorů?

Ovlivňují nějaké vedlejší elementy aktivizaci?

3.2 Druh výzkumu a výzkumné metody

Ve své práci jsem se rozhodla použít kvalitativní výzkum. Tento výzkum jsem si vybrala pro jeho hlubší pochopení zkoumaného problému. Výzkumný problém je orientovaný na určitou skupinku lidí na určitém místě, a proto si myslím, že kvalitativní výzkum je vhodnější metodou než jiné formy výzkumu. Jelikož mým výzkumným souborem jsou převážně senioři, myslím si, že pro získávání dat bude nejvhodnější metoda rozhovoru, kdy se mohou respondenti více rozhovořit, zeptat se, pokud nepochopí otázku. Je to podle mého názoru pro seniory příjemnější metoda, neboť nemusí nic číst a následně vepisovat. Vycházela jsem z předpokladu, že staří lidé rádi tráví čas ve společnosti, kde mohou povídat a bude to pro ně příjemné zpestření dne. Ve svém výzkumu jsem se rozhodla pro sběr dat metodou hloubkového polostrukturovaného rozhovoru, kdy se chci dotazovat pomocí předem přichystaných otevřených otázek. Během provádění rozhovorů budu dodržovat zásady pro vedení rozhovoru.

Podle Hendla (2005, s. 52) je pro výzkumníka kvalitativního výzkumu výhodou získávání důkladného popisu a pohledu při zkoumání svého daného problému v přirozeném prostředí respondenta.

O kvalitativním výzkumu uvádí Švaříček a Šedřová (2007, s. 17), že se jedná o postup, který studuje jevy a problémy v přirozeném prostředí a který si klade za cíl získat celkovou představu těchto jevů založených na získaných informacích.

3.3 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor jsem vybrala záměrně, aby zvolení respondenti měli nezbytné zkušenosti a znalosti z daného prostředí.

Výzkumný soubor jsem si rozdělila na dva výzkumné vzorky:

První výzkumný vzorek tvoří uživatelé Charitního domova Otrokovice, kteří navštěvují pravidelně službu Denního centra.

Druhý výzkumný vzorek tvoří pracovníce Denního centra v Charitním domově Otrokovice.

Z důvodu zachování anonymity jsem se rozhodla jednotlivé uživatele označit písmenem U a přiděleným číslem. Pracovnice Denního centra je označena pod písmenem P. Výzkumný soubor se skládá z 6 uživatelů a pracovnice Denního centra.

Pro přehlednost uvádím tabulku výzkumného souboru:

Zkratka	pohlaví	věk
U1	žena	86
U2	žena	90
U3	žena	90
U4	žena	80
U5	muž	87
U6	muž	84
P	žena	-

Tabulka 1: Výzkumný soubor

Pro přiblížení uvádím k jednotlivým uživatelům jejich popis, charakteristiku, zda se účastní akcí na domově a jaké mají zájmy.

U1 – uživatelce je 86 let. Jejím osobním cílem je být co nejvíce samostatná. Pokud ji to zdravotní stav dovolí, prochází se denně po chodbách domova a po zahradě. Za pěkného počasí chodí na procházky do blízkého okolí. Na pokoji se stará o květiny. Pravidelně navštěvuje mši v domově. Uživatelka je společenská, velmi ráda komunikuje s okolím. Účastní se společenských akcí probíhajících na domově, ale na společné výlety nejezdí. Dochází na jemná pohybová cvičení, která probíhají na chodbě a také se účastní canisterapie. Uživatelka se zálibou čte knihy a luští křížovky.

U2 – uživatelce je 90 let, pravidelně chodí na procházky a každý týden na mši v domově. Na pokoji se stará o květiny. Jemných pohybových cvičení na chodbě se neúčastní, raději si zacvičí sama doma. Společenských akcí na domově a výletů se účastní s nadšením. Když pro ni rodina přijede, tráví s nimi celý víkend na chatě. Uživatelka je společenská, zajímá se o dění kolem sebe.

U3 – uživatelce je 90 let, velmi ráda sleduje televizi, čte noviny a časopisy. Ráda si povídá a tráví čas ve společnosti. Společenských akcí v domově se účastní. V poslední době má

zhoršený zdravotní stav, do centra dochází si aspoň popovídat a být ve společnosti. Při pěkném počasí si ráda posedí na zahradě. Každý týden dochází na mše pořádané v domově.

U4 – uživatelce je 80 let. Je aktivní, společenská a komunikativní. Chodí na procházky do okolí domova, na zahradu a prochází se po chodbách. Pravidelně navštěvuje Denní centrum. S pracovníci se dohodla, že si vezme na starost zahradu. Je zručná, proto se chce realizovat v práci na zahradě. Snaží se být co nejvíce samostatná, například se snaží zvládat utírání prachu v pokoji a zapojuje se do společenských akcí v domově.

U5 – uživatel má 87 let. Pravidelně navštěvuje Denní centrum. Občas dochází i mimo aktivizační hodiny a pokračuje ve tvoření, které dopoledne s pracovníci začal. Společenských akcí se na domově účastní a pomocí vlastního fotoaparátu je dokumentuje. Denně pracuje s počítačem, který má na domově k dispozici. Na společné výlety s oblibou jezdí. Je členem Klubu důchodců Trávníky Otrokovice. Cvičí sám na pokoji a společného cvičení na chodbě se neúčastní.

U6 – uživatel má 84 let. Do Denního centra dochází pravidelně. Společenských akcí, výletů a canisterapie se účastní. Na pokoji se stará o květiny a každé ráno s manželkou cvičí. Chodí na procházky do blízkosti domova a rád komunikuje s okolím. Snaží se být co nejvíce samostatný. Dříve aktivně fotografoval, nyní sleduje v televizi dokumentární filmy. Uživatel rád čte časopisy, někdy výjimečně knihy.

3.4 Průběh výzkumu

Na konci roku 2011 jsem docházela do Denního centra v Charitním domově Otrokovice, abych se lépe obeznámila s průběhem probíhaných aktivit. Společně s vedením zařízení jsme hledali cesty, jak zrealizovat můj výzkum. Vybrané uživatele jsem před zahájením výzkumu seznámila se záměrem mé bakalářské práce a požádala je o pomoc při mém výzkumu. Na začátku výzkumu jsem měla obavy, aby uživatelé pochopili mé otázky a souhlasili s nahráváním na diktafon. Uživatelé byli ke mně vstřícní a spolupracovali.

Jednotlivé rozhovory probíhaly v pokojích uživatelů. První důvodem pro realizaci rozhovorů v pokoji byl pocit bezpečí a druhým důvodem byl klid a soukromí. S pracovníci Denního centra jsem rozhovor uskutečnila v její kanceláři. Každého z respondentů jsem nejdříve informovala o průběhu mého výzkumu a na základě podaných informací jsem je požá-

dala o souhlas s výzkumem a nahráváním na diktafon. Ujistila jsem je o anonymitě. Následně jsem jim pokládala otázky, které jsem k rozhovorům měla přichystané. V průběhu rozhovoru, pokud to bylo potřeba, jsem otázky doplňovala nebo vysvětlovala.

Součástí Přílohy II. jsou vybrané rozhovory s uživatelkou a pracovníci. Tyto konkrétní rozhovory jsem vybrala záměrně, protože bych na nich chtěla ukázat, jak byl rozhovor veden.

4 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

V následující kapitole se budu zabývat zpracováním dat a rozborem informací, které jsem získala při rozhovorech s jednotlivými uživateli a pracovníci Denního centra.

4.1 Způsob zpracování dat

Rozhovory nahrané na diktafon jsem následně po jejich poskytnutí přepsala do písemné podoby. Písanou podobu jsem zkontrolovala s pořízenou nahrávkou, abych se ujistila, že vše je zapsané. Následně jsem prostřednictvím otevřeného kódování určila seznam kategorií. Na základě určených kategorií jsem údaje analyzovala a interpretovala.

Technika otevřeného kódování probíhá tak, že po analýze přepsaného záznamu rozdělíme text na významové jednotky. Jedná se buď o slovo, větu nebo odstavec. Jednotce určíme poté nějaký kód, což je vlastně jeho pojmenování nebo označení. Kód by mělo být slovo nebo krátká fráze. Kódy jsou potom umístěny do jednotlivých kategorií. (Švaříček a Šed'ová, 2007, s. 211-221)

4.1.1 Souhrn kategorií a jejich kódů

Údaje, které jsem získala z uskutečněných rozhovorů s uživateli a pracovníci, jsem rozdělila do následujících kategorií podle výzkumného problému a výzkumných otázek.

Obsah činností aktivizace – konkrétní aktivity, plánování aktivit, principy, zdroj

Doba a délka aktivizačních činností – délka činností, denní doba, způsob informování

Chápání aktivizace uživateli – oblíbené činnosti, neoblíbené činnosti, důvod pro aktivizaci, prospěšnost

Chápání aktivizace pracovníci – přínos, pojem, motivace

Ovlivňování aktivizace – personál, vztahy, prostředí

4.2 Interpretace získaných dat

Pro objasnění získaných informací používám citace z rozhovorů, protože se domnívám, že dobře vyjadřují danou problematiku.

1. kategorie: Obsah činností aktivizace

První kategorie vychází z následujících kódů: konkrétní aktivity, plánování aktivit, principy, zdroj

Z rozhovorů vyplynulo, že se v rámci služby Denního centra provádí trénování paměti, společenské hry, různé tvoření, poslech hudby, předčítání knih a pečení. Dále je v domově nabízená canisterapie, cvičení ve skupině, mše v kapli domova, výlety, procházky, návštěvy solné jeskyně, grilování na zahradě, akce pořádané na Vánoce, Velikonoce či jiné svátky a období v roce. A jak několikrát pracovnice zdůrazňovala, všechno je dobrovolné. Pracovnice aktivizační činnosti střídá a vzájemně prolíná. Například při poslechu hudby nebo při předčítání knih se uživatelé mohou věnovat tvoření.

Pracovnice na otázku, jakými aktivitami se zabývají, odpovídá:

P: „Drobné tvoření, čtení z knihy, oni poslouchají, dochází paní z knihovny číst... jednou za měsíc pečení.“

Vybraní uživatelé při rozhovorech zmiňovali různé činnosti, které provádí.

U2: „Třeba teď jsme obtahovali vajíčka jako látkama, to je velice pěkné. No. Anebo vystřihování těch slepičky, lepení potom ty zobáčky a křidélka.“

U3: „Prostě se tam dělá něco k různým příležitostem, přitom se o tom vykládá, o těch... třeba Vánoce, Velikonoce, nebo První máj. Takže se to vykládá a k těm činnostem se tam dělají různé takové výrobky... z těch lahviček od kávy, ty se natíraly a potom se na to nelepovaly různé motivy a je to jako vázička... říkám, že v pondělí tam bývá to procvičování paměti, v úterý bývají hry. Že hrají ‚Člověče nezlob se‘, chlapi hrají karty. Je to prostě takové zábavné... Něco se povypráví, taky se tam čte. Čte se nějaká knížka na pokračování.“

U4: „Prostě se tam aj zpívá, nebo se čte z knihy, chodí tam paní knihovnice.“

U5: „Ty větší takové programy - sezónní programy, Velikonoce, Vánoce, fašanky... když sem někdo přijde, přednášku dělat nebo program.“

U6: „Čtení, to je taky velmi dobrý program. Teď se tam četl život různých zajímavých lidí. Chodí tam pracovnice čtenářského klubu a ta nám to čte a je to zajímavé.“

Na otázku, o jaké činnosti mají uživatelé největší zájem, pracovnice odpovídá:

P: „Jak kdo, ale nejmíc asi mají zájem o ty hry a o to posezení u kafíčka... Ten trénink paměti rádi dělají, a jelikož každý den je něco jiného. Kdyby měli každý den jen trénink paměti, tak je to bavit nebude.“

Podle pracovnice bývá největší účast při pečení, kdy uživatelé mají možnost následně při kávě ochutnat upečený pokrm. A připouští, že se jedná o nejoblíbenější aktivitu. Zájem mají uživatelé o činnosti, kde se sejdou a mohou komunikovat mezi sebou.

Plánování aktivit má na starost pracovnice Denního centra. Vytvořila si týdenní harmonogram, jelikož podle ní uživatelé vítají stálost v programu. Aktivity má rozděleny do pracovních dnů viz Příloha 1.

P: „...dělám přípravu podle programu, který je na ten den... musím připravit dopředu, tak jak mám čas. Mám vyhrazené dny nebo ráno, jak přijdu do práce tak mám na to dvě hodinky.“

Inspiraci při přípravě programů pracovnice hledá všude kolem sebe. Převážně z internetu, různých publikací, časopisů, nápady jiných lidí a také z míst, které navštěvuje.

Při plánování větších akcí pomáhají pracovníci s přípravou jak uživatelé, tak i sociální pracovnice domova. Akce se plánují dostatečně dlouho dopředu a všichni uživatelé domova jsou o nich informováni. Akcí se mohou zúčastnit i rodinní příslušníci nebo dobrovolníci, jedná se o akce otevřené veřejnosti.

P: „...musím to přizpůsobit podle šikovnosti klientů, jak to zvládnou, na co se cítí a o co by měli zájem především. Denní centrum je dobrovolné, nikoho tady nenutíme. Je to o tom, aby se tu zabavili a i ty ruky procvičili.“

Při sestavování aktivizačního programu pracovnice dodržuje určité zásady, například aby připravené činnosti všichni zvládli a uživatele zaujaly. Činnosti jsou tedy uzpůsobeny schopnostem a dovednostem daného uživatele. Pracovnice bere v úvahu jak osobnost uživatele, tak jeho fyzickou, psychickou a duchovní stránku. Pracovnice vychází z individuálního plánování, které je vytvořené pro každého uživatele.

2. kategorie: Doba a délka aktivizačních činností

Druhá kategorie vychází z těchto kódů: délka činností, denní doba, způsob informování

Denní centrum pravidelně funguje od devíti do jedenácti hodin, kdy každý pracovní den má pracovnice pro uživatele připravený pestrý program.

Na otázku, ve kterou denní dobu aktivity probíhají a jak dlouho, odpověděla pracovnice takto:

P: „Probíhají v dopoledních hodinách, dvě hodiny dopoledne. Odpoledne denní centrum není. Ale odpoledne bývá buď cvičení anebo akce – hudební vystoupení, když se domluví, cvičení anebo posezení na dvorku, setkání anebo když si tam chtějí zahrát hry.“

Uživatelé Charitního domova Otrokovice jsou o aktivitách probíhaných v Denním centru a o větších akcích informováni několika způsoby. A to nástěnkou, rozhlasem a osobně při větších akcích. Podle pracovnice je tento způsob informování dostačující.

P: „Tak informujeme písemně na nástěnce, mají napsaný program na každý den, ten je stálý. Potom je informujeme ráno rozhlasem, kdy se nahlásí, co se přesně bude dělat v ten den a veškerý program který je na ten den, i akce. I osobně k některým zajdu a informuju je.“

Vybraní uživatelé na otázku, kdy se dozvídají o denním programu a jakým způsobem, odpověděli takto:

U1: „Martička (pracovnice) každý den ráno ohlásí, jaký je program v centru, co budeme dělat. A mimo centra jiné, kaple nebo zábava venku a tak.“

U2: „No tak každé ráno nám to hlásí, jako Martička jako pracovnice toho no a řekne jaký program je a kdo jako chce prostě ať se jako zúčastní. Taky jako ať tam jako přijde a pobaví... Je to od devíti hodin do jedenácti... ono je to pravidelně každý den. Když je Martička tady, že, tak nás zve.“

U4: „To Marta o devíti hodinách hlásí, co jak bude, co se bude dělat. Kdyby jsme mohli, když budeme chtít ať... prostě nám to krásně řekne, že se těší na Vás vaše Marta. A už tam cupitáte a už tam jdete.“

U5: „No tak Marta každý den před tou devátou hodinou hlásí denní program. Ty větší takové programy, to se domlouváme dopředu s vedoucí nebo tak.“

Způsob pro informování uživatelů je dostačující, shodli se uživatelé. Uživatelé zmínili jeden z možných způsobů informování, na ostatní způsoby si nevzpomněli. Pouze jeden uživatel se zmínil, že větší programy se domlouvají dopředu.

Dále jsem se uživatelů zeptala, zda jim vyhovuje denní doba, ve které jsou aktivity prováděny. Uživatelé odpovídali následovně:

U1: „Tak mě vyhovuje kterákoliv doba, protože tolik volného času, jak mám teď, jsem neměla nikdy.“

U2: „Ano. Právě že je to dopoledne a odpoledne potom, když je hezky, tak už člověk může jít na tu procházku a tak jako, nebo si jde něco koupit nebo se projde a tak že jo. Odpoledne to zase strávím venku.“

U3: „Vyhovují. Rozhodně vyhovují...“

U4: „No vyhovuje. Protože ráno než se vypravím, než tady si poustýlám, než tady trošku si počistím co kde je, tak a uvařím si o půl desáté kávu a idu...“

U5: „Určitě. To je v pořádku. Že odpoledne je počasí na vycházky, jde se ven. Všechno možné se dá dělat. Je to lepší, že je to jenom dopoledne ve stejnou dobu stále.“

U6: „Ale ano, ta denní doba ta je dobře... My se přizpůsobíme. To je termín, který je daný. Takže v tu dobu kolem deváté hodiny se začíná a to nám celkem vyhovuje. Když chceme, tak tam jdeme, a když nechceme, tak tam nejedeme. Je to dobrovolné, to je ta výhoda.“

Uživatelé jsou spokojeni s dobou, kdy se aktivity provádí. Podle nich mají odpoledne čas na procházky a své zájmy. Jsou rádi, že doba, ve které jsou nabízeny činnosti, se nemění a je stálá. Podle mě jim to navozuje větší pocit jistoty. Uživatelé při rozhovoru zmiňovali dobrovolnost v Denním centru a také, že je do daných činností nikdo nenutí.

3. kategorie: Chápání aktivizace uživatelů

Třetí kategorie vychází z těchto kódů: oblíbené činnosti, neoblíbené činnosti, důvod pro aktivizaci, prospěšnost

Na otázku, z jakých důvodů se rozhodli účastnit aktivizačních činností v Denním centru, uživatelé odpovídali takto:

U1: „Já jsem se rozhodla hned, když jsem přišla na domov a zjistila jsem, že se tady tyto akce pořádají. Rozhodla jsem se hned, protože hlavně kvůli času... co bych tu jinak dělala.“

U2: „Prostě mě to baví, že nechcu byt sama na pokoji, tak su ráda, že se tam dostanu. A že se tam prostě pobavím a taky se něčemu přiučím, že... Máme tam všelijaké ty hádanky a doplňky a tak. Mě to baví. Mám to ráda.“

U3: „Za prvé z dlouhé chvíle, protože je tady přeci jenom ten čas, není omezený a tak je to lepší, když jsem mezi lidima, než když strávím celý ten čas sama. A potom ledacos se tam i naučím.“

U4: „Abych za první něco dělala a a prostě mám vyplněný čas toho půl dne...“ Uživatelka popisuje, jak přišla do domova a nechtěla ze začátku nic vidět a nic dělat. Potom ji ale další uživatelka domova nalákala na páteční pečení... „tam jsem byla úplně ve svojem živlu. Všecko jsem to uměla a věděla jsem co, kde, jak. Tak jsem tam šla a prostě jsem tam už zůstala.“ Následně v rozhovoru popisuje, jak pracovnice Denního centra toho má moc a jak je ráda, že ji může pomoci. „Tím jsem se zabavila a jí jsem pomohla.“

U5: „No tak z důvodu, abych měl prostě co dělat. Abych tady nezakrnl. Když člověk pracuje, nebo když si myslí, že pracuje, tak přeci je to lepší, než když lenoší. Prostě chcu co nejdýl vydržet takový jaký su.“

U6: „No tak, abych se zabavil. Program tam pořád jakýsi je. Něco se tam tvoří, něco se tam dělá. Takže to je jakýsi program dne.“ Dále uživatel popisuje, jak bydlí na pokoji s manželkou. Říká, že je to pro něj obrovská výhoda, neboť si mohou spolu vykládat a dělat různé činnosti spolu na pokoji.

Podle odpovědí uživatelů vnímají aktivizaci jako možnost trávit čas se svými vrstevníky a být v jejich společnosti. Nejčastěji zmiňovaný důvod uživatelů pro účast v Denním centru je podle nich užitečně strávený čas ve společnosti lidí. Hlavně jsou rádi za to, že nemusí být na pokojích sami, kde by se cítili nepotřebnými. Chtějí být užiteční například při vytváření vlastnoručních výrobků, které se mohou prodat na výstavě. Rádi komunikují mezi sebou, ale taky s pracovníci, případně dobrovolnicí.

Na otázku, ve které uživatelé hodnotili přínos aktivizačních činností, odpovídali následovně:

U1: „Pro mě je teď už užitečné všechno abych mohla hýbat prstama, rukama... Pohyb je užitečný, a když nám čte tak je to dvakrát příjemné.“ Uživatelka dále popisuje, jak ráda luští křížovky a tvrdí, že je to pro ni přínosem při procvičování paměti.

U2: „Já mám ráda společnost a jsem ráda, že se dostanu mezi ty lidi jako, že si povykládáme.“ Uživatelka při otázce, zda si myslí, jestli jsou pro ni činnosti přínosné, odběhla od tématu. Začala popisovat ruční práce, které v Denním centru dělá. Na otázku, zda si tedy těmito pracemi udržuje manuální zručnost, odpověděla ano.

U3: „...člověka to baví a utíká mu čas. To je vlastně důvod, proč tam ty aktivity jsou.“

U4: „Protože opravdu se tam zabavíte a přijdete na jinší myšlenky.“ Uživatelka popisuje, jak by nechtěla být na pokoji od rána do večera. Myslí si, že procvičování paměti je pro ni přínosem.

U5: „... prostě očekávám od toho, že se udržuje nějak přitom životě.“

U6: „No ono je to tak trochu zaměřené na paměť, protože my, už dědkové anebo my všeobecně starší lidi, ztrácíme paměť... takže si myslím, že by to tam mělo něco přinášet... No setkávání se s dalšíma lidima. Člověk vidí, kdo je na tom horší nebo lepší, to člověk sleduje kolem sebe.“

Aktivizační činnost jsou tedy pro uživatele podle jejich vlastních slov přínosné, díky možnosti udržovat si jemnou motoriku, paměť. Dále je to podle nich přínosné tím, že se setkávají s dalšími uživateli a mohou si popovídat.

Při otázce, kterou činnost dělají nejraději, a která je baví, uživatelé odpovídali následovně:

U1: „Když jsem přišla, dělala jsem ráda všechno. Teď, protože mám konce prstů necitlivé, tak pracuji nejradši s velkýma nůžkami. Vystřihuji. Je to sice taková méně náročná práce, ale jediná, kterou už teď můžu dělat. A trhání obrázků z ubrousků.“

U2: „Tak samozřejmě když jako něco vytvoříme, něco děláme, tak samozřejmě mám radost, že se to podaří, když je to pěkné a líbí se to lidem, tak z toho člověk má radost.“ Při doplňující otázce, zda jsou to tedy ruční práce, které má uživatelka v oblibě, uživatelka souhlasně pokývala hlavou a potvrdila mou otázku.

U3: „Která z těch činností mě nejvíc baví, no já už těch činností nemůžu dělat moc, protože na to už dneska nemám ruky. Ale vystřihuji různé hvězdičky nebo ptáčky. Prostě to co se dělá, na to ty moje ruce stačí... Anebo se dělají pro takové ty nešikovné ruce, takové mačkají se... se ten papír zmačká úplně do takové kuličky. Ty kuličky se pak nalepují na různé obrázky.“

U4: „No já bych řekla celkově všecky. Pekli jsme tam ty koláče... Potom my tam vystřihujeme různé věci, nebo já jsem naplňovala už pokolikatý ty peřinky... Nebo jsme dělali tady ten toho kohóta.... Dělali jsme tam vajíčka, co vidíte tady. Prostě neuměla jsem to. A mě stačí říct leda, jak to mám dělat, co to má dělat. A podívá se na mě třeba anebo někdo a je mi to. Je mi tam prostě dobře.... A já mám aj osmisměrky tak si luštím při každé volné chvíli.“ Uživatelka si po domluvě s pracovnící vzala na starost zahradu, kde se může více realizovat a odreagovávat. Dříve, než nastoupila do Charitního domova Otrokovice, se starala o svou vlastní zahrádku. Je velmi ráda, že může ve stejné činnosti pokračovat i v domově.

U5: „No tak, snažím se dělat tak, abych cosi po mě zbylo. A snažím se udělat takové věci, aby na tom mohli někdo pokračovat... No jak říkám. Řekl bych každou práci, na kterou stačím. Aby ta práce odešla od mých ruk k čemusi. Aby byla užitečná pro druhé, nebo pro ten domov, že taky. Je to pěkné, když máme udělanou pěknou výzdobu a sami.“

U6: „Baví mě tak trochu knihařské práce, když se tam dělá něco s papírem, nebo vytváří se různé figurky. Tak trochu zaměřené na tu knihařinu.“

Uživatelé jsou rádi za jakoukoliv činnost, kterou zvládnou, vyplývá z výpovědí uživatelů. Postupem času toho zvládají méně. S úsměvem na tváři vzpomínají na aktivity, které zvládali dříve. Uživatelé se shodují na oblíbenosti ručních prací, kdy mohou něco vytvořit a mít pocit, že po nich něco zůstane. Další oblíbenou činností jsou pro ně křížovky, kdy mohou něco vyluštit, vyřešit a procvičit si paměť.

Další dotaz byl, zda uživatelům něco v Denním centru nechybí:

U1: „Martička je tak nápaditá a tak vynalézavá, že nás vždycky dokáže zaujmout.“

U2: „Ještě by bylo dobré jako třeba odpoledne někdy na tu procházku, kdyby nás vzali, že. Aby se šlo hromadně. Aj třeba jako bychom vzali vozíčkáře, tak to jako objet jako a oni by

byli taky rádi. A nám by to taky třeba udělalo taky dobře ta procházka... Ale takhle odpovědně procházky by taky neškodily tak aspoň jednou týdně, tak vyjít si.“

U3: „Je to tam dost různorodé. Hlavně se to dělá k těm různým příležitostem, že to každého baví, protože současně prožívá takové to období, to těšení na vánoce, nebo tak.“

U4: „...po stránce zábavné a prostě cosi se naučíte a cosi vytvoříte, tak myslím, že stačí. A osazenstvo je tam stejný, stejně staří lidi. Já už taky mezi ně patřím, takže hledím si práci.“

U5: „Ne, nechybí, stačí mi to, jaké jsou ty možnosti. Možná že by se ještě dalo něco. Bude to k čemu, bude to užitečné, budou na to peníze, bude na tom někdo pokračovat? Bude, nebude. To co prostě jde opravdu dělat a nevymýšlím nějaké nadpozemské cíle.“

U6: „...jak vás něco bolí, tak mi nic nechybí. Tak se moc do práce nechce.“

Když jsem s uživateli mluvila o činnostech, které jim chybí a chtěli by je doplnit v rámci Denního centra, často odpovídali, že jim nic nechybí a jsou s nabídkou spokojeni. Podle nich Martička, jak často nazývali pracovníci Denního centra, jim nabízí širokou škálu činností, a proto jim nic neschází. Jenom jedna uživatelka vyslovila přání, aby se chodilo ve skupinkách na procházky společně s uživateli, kteří se již bez cizí pomoci ven nedostanou.

4. kategorie: Chápání aktivizace pracovníci

Čtvrtá kategorie vychází z těchto kódů: přínos, pojem, motivace

Pojem aktivizace seniory chápe pracovníci Denního centra následovně:

P: „Pojem aktivizace... Snažíme se, aby senioři nezůstávali na pokojích sami. A aby neupadali do svých myšlenek, depresí, aby se prostě zajímali ještě, my jim pomáháme... Aby se pořád nedívali jenom na tu televizi, ale aby ještě těma rukama něco dělali, aby si procvičovali tu jemnou motoriku. Aby neseseděli s rukama v klíně. Takže se snažíme je motivovat k nějaké činnosti.“

Pracovnice vidí význam aktivizace ve smysluplném trávení volného času uživatelů, v radosti při vytvořeném výrobku a v pocitu užitečnosti, který následuje z dobře vykonané práce. Také význam spočívá v tom, že dělají činnosti dobrovolně a baví je. Postupem času

uživatelé jsou méně ostýchaví a více sebejistější. Důležitým přínosem je možnost udržovat kontakty se svými vrstevníky a povykládat si o dřívější době, kterou zažili.

P: „...aktivizujeme vlastně i na pokojích, že docházíme za těžce nemocnými na pokoj, kteří nemůžou za námi přijít. Si s nimi povykládáme... Dostanou se do společnosti. Přináší jim to to, že se můžou realizovat, pokud neví co s volným časem. Tady se rozhýbou... Přináší jim to, že se tady pobaví.“

Pracovnice pozoruje zlepšení v sebedůvěře uživatelů a v jejich komunikaci s okolím.

P: „Určitě je podpoří, když jim dáme nějakou důvěru, nějak je posílíme. Protože když přijdou, tak ze začátku jsou takoví ostýchavější a neví co a jak, než si zvyknou. Ale je pravda, že někdo Denní centrum nenavštěvuje.“

Pracovnice se snaží uživatele motivovat několika způsoby. Povídá si s uživateli, podporuje a chválí uživatele.

P: „...dojdu za nimi osobně a povykládáme si, co dělají ve volném čase. A pokud by jako neměli svůj program a nevěděli co s volným časem, tak jim ho nabídnu v Denním centru, že toho můžou využívat. Podpořím je, že to není o tom, že musí dodržovat to, co je v programu. Stačí, když za námi přijdou a že nejsou sami na pokoji. Že se přijdou jenom podívat, pobavit se s někým, setkat se s někým. Máme to tady pěkně přizpůsobené na to. Není povinné, že musí dělat, ale můžou. Pokud je to chytí a chtějí, můžou se přidat. Pokud se chtějí jenom podívat a pobavit se, tak se jenom posadí a povykládají si.“

P: „...oni jsou jinak sami na pokojích, tak se tady rozeberou, přijdou na jiné myšlenky. I to stačí, především se to týká klientů, kteří mají už problémy motorické, a těžko by se jim něco tvořilo.“

Pracovnice zdůrazňuje, že stačí, když uživatel jenom pasivně přihlíží k aktivitám, zúčastní se a povídá si s dalšími uživateli.

5. kategorie: Ovlivňování aktivizace

Pátá kategorie vychází z těchto kódů: personál, vztahy, prostředí

Aktivizační činnosti ovlivňuje především člověk a to jak uživatel, tak pracovnice. Dalším prvkem, který ovlivňuje aktivizační činnosti je prostředí, ve kterém aktivizace probíhá a v neposlední řadě počasí.

Podle uživatelů při ovlivňování aktivizace je důležité složení lidí a vztahy mezi nimi. Někteří uživatelé naráží při rozhovoru na problémového uživatele, se kterým potom Denní centrum není tak příjemné a vzniká napjatá atmosféra. Další roli hraje návštěva. Pokud za uživatelem přijde rodina nebo známí, dá jim přednost před Denním centrem.

U1: „...většinou nás tam chodí, kteří se velice dobře známe. A už víme, o čem si máme i povídat.“

U2: „No tak, až na jednoho,“ uživatelka se ostýchala se dál mluvit, ale po uklidnění dál pokračovala v rozhovoru. „Kolektiv je tam dobrý, rozumíme si, povykládáme si jako to. No. Někdy se objeví někdo takový jako pazúr, že on chce pracovat, lepit kuličky a že na to musí myslet, tak nás někdy tím jako otráví, že nás okřikuje, že se nesmíme bavit. No to jako tak. A když tam člověk jde jako, aby se pobavil jako.“

U3: „Tož ovlivňuje to to, že je tam každý člověk, je člověk jinačí a že se tam nakonec porovnáme, a není tam mezi náma, že by jsme se dohadovali nebo něco takového. To vůbec neexistuje. Spíš se něco řekne aj pro zasmání nebo tak... že právě jste mezi lidma a že ten čas utíká a ani se nenadáte a končí to.“

U5: „Někteří, no už prostě nejsme mladí, už se prostě lidi mění. A hned někdo kvůli třeba zdraví a berou na sebe takové věci, které tak člověk nemíní. Někdy to bývá takové. Zkrátka a dobře snažím se s každým vyjít, ale někdy to nejde. Musí člověk prostě. Já jsem dost a takový přímý, že to pak řeknu a to se lidem pak nelíbí... No někdy chci taky něco, co se druhým nelíbí a pak člověk narazí.“

U6: „No tak, tam jsou lidi všelijací. Páč někdo je takový a druhý takový. Člověk se musí přizpůsobit, to se nedá jinak.“

Pracovnice Denního centra si také uvědomuje, že občas složení lidí a vztahy mezi nimi nejsou při aktivizaci harmonické a musí zasahovat. Už má vytipované uživatele, které je lepší posadit na opačný konec stolu a hodina bude nadále klidná. Případně skupinku rozdělí a posadí každou do jiné místnosti. Prostory Denního centra jsou pro takové případy přizpůsobeny.

P: „...stává se to, že si někdo nesedí. Někdo třeba někomu vadí, že se někdo baví. On jako rád přijde do Denního centra, ale chce se soustředit na práci. Je pravda, že tento klient mi přestal chodit. Ale přestal chodit zase i z důvodu, že hodně zapomíná. Takže jsem je z tohoto důvodu usazovala tak, aby nebyli vedle sebe tito klienti. Máme dvě místnosti. Někdy sedávali i bokem, ve druhé místnosti zase s těmi, s kterými si rozumí, s kterými si sedí tito lidi. Je potřeba toto vysledovat ty lidi, kdo si s kým rozumí, tak sedávají blíž k sobě.“

Další prvek, který ovlivňuje aktivizační činnosti je počasí. Na uživatele počasí působí skrz náladu a bolesti v kloubech. Při pěkném počasí se snaží pracovnice přenést aktivizační činnosti ven na zahradu.

U1: „A počasí má na to vliv. Protože změna počasí v těch kloubech je cítit velice.“

U6: „Jistě, pěkné počasí má na člověka kladný vliv. Když sluníčko svítí, tak je to vždycky radost. Snažíme se vždy vyvolat. Tady je dvůr, ta zahrada a tam je možné chodit. Já tady mám to chodítko. Já tomu říkám mercedes a to je velice výhodné.“

P: „Pokud je pěkné počasí a máme na programu hry, tak jdeme ven hrát hry. Ano když je hezké počasí, tak se snažíme být co nejvíc venku. I aktivity děláme venku. Trénink paměti, nějaké tvoření, které se dá přenést ven... Máme zahradu, kterou využíváme.“

Uživatelé se shodli, že v Denním centru je příjemné a pěkné prostředí, a to díky vlastní výzdobě, kterou oni sami vytvoří.

U2: „Příjemné prostředí tam je... Já tam ráda jdu. Výzdobu si děláme sami. Samozřejmě, protože na to je na účel toho, že jako výzdoba se dělá na chodbách a tady co se udělá tam a vlastně se tím zdobí vlastně celá budova. Na dveřích, na tomto, venku, na chodbách, že.“

Při rozhovorech uživatelé často vzpomínali na praktikantky, které tam dříve chodili, nebo zmiňovali dobrovolníky, kteří dochází a pomáhají jim v Denním centru společně s pracovníci. Neopomněli ani paní z knihovny, která jim chodí pravidelně číst. Někteří uživatelé by uvítali, kdyby v centru byla pracovnice navíc.

U1: „...nám ještě chodí ve čtvrtek z knihovny paní číst a přitom se velice dobře různé věci dělají.“

U2: „...je to jako lepší, když je jich víc. Teď tam chodí ta dobrovolnice. No tak ona tam chodí vždycky v tu středu. Ona taky poradí, pomůže.“

U5: „Třeba jak chodí ta paní Rochovanská, tak ta nám tady hodně pomáhá. To už člověk nějak cítí, že má o to prostě zájem... chodili tady praktikantky ze školy a taky děvčata. Mně se to líbilo.“

U6: „Marta na to sama nestačí, ta toho má moc. Já si myslím, že by tam měly být děvčata dvě. Aby si vzájemně chystaly věci dopředu. Páč ona toho má najednou moc. Manželka ráda maluje, takže ona jí připravuje různé věci a manželka to vymalovává.“

Určitý podíl na spokojenosti uživatelů s Denním centrem má pracovnice, která se o všechno stará a chystá. Uživatelé o ní mluvili s obdivem a láskou. Během své účasti při činnostech si k ní vytvořili důvěru a blízký vztah. Uznávají ji jako zručnou a nápáditou osobu. Je to patrné z následujících reakcí, které se během rozhovorů vyskytly:

U1: „Ale opravdu Martička všechno dobře připraví.“

U3: „Martička, ona je taková vstřícná. Každému se snaží poradit nebo pomoci, nebo vysvětlit to. Dělá to takovým způsobem, že nikoho neuráží nebo že je to nešika, že se mu to nepodařilo. Řekne, že to nevádí, že se to nějak upraví a že se to použije.“

U4: „Marta už pro nás pro lidi starý nemůže už nic víc dělat... Ju každý chválí, protože ona dělá opravdu pro toho člověka jednoho s druhého strašně moc.“

U5: „No dobré je to, že ta Marta se o to opravdu stará, jak se dá.“

U6: „Marta se snaží, ona tomu dává rytmus. Je to dobrá děvčica.“

Na samotný závěr bych ráda citovala slova jedné uživatelky, které pronesla na konci našeho rozhovoru. Podle mého názoru to vystihuje postoj uživatelů k činnostem, které dělají v Denním centru.

U1: „Dokud budu moct, tak tam budu chodit a ráda.“

5 SHRNUTÍ

Hlavním výzkumným cílem mé bakalářské práce bylo zjistit situaci aktivizace seniorů v Charitním domově Otrokovice v rámci služby Denního centra. Dílčími cíly výzkumu bylo popsat, jak aktivizaci chápou samotní uživatelé služby a jaký názor má pracovníce Denního centra na aktivizaci uživatelů. K dosažení cílů byly využity výzkumné otázky.

První výzkumná otázka se zabývala obsahem činností aktivizace v rámci služby Denního centra. Z výzkumu vyplynulo, že obsah činností aktivizace bychom mohli rozdělit na tvořivou, společenskou a vzdělávací oblast. Mezi tvořivé činnosti bychom mohli zařadit například vytváření výzdoby pomocí natrhaných ubrousků, výroba obrázků z kuliček papíru, a jiné. Poslech hudby, předčítání z knih, povídání si a hraní společenských her patří do společenské oblasti. Do vzdělávací oblasti spadá procvičování paměti, luštění křížovek, přednášení o tradicích a zvycích. Služba dále nabízí společné slavení tradičních svátků a pečení cukroví. Dále bych aktivizační činnosti rozdělila podle místa konání na aktivity probíhající v místnosti Denního centra, v zahradě a na chodbě. Pracovnice aktivizační činnosti obměňuje a vzájemně kombinuje. Plánuje a realizuje je sama. Jedině při větších akcích jí pomáhají sociální pracovníce a pečovatelky. Veškeré činnosti v domově jsou dobrovolné.

Druhou výzkumnou otázkou bylo, jak dlouho trvají prováděné aktivity a ve kterou denní dobu jsou prováděny. Aktivity probíhají každý všední den od devíti do jedenácti hodin v Denním centru. První dva dny v týdnu je tomu jinak. V pondělí na chodbě domova probíhá canisterapie, která začíná o půl deváté. Uživatelé, kteří mají zájem jít do Denního centra, se poté přesunou do jeho zázemí. V úterý probíhá v dopoledních hodinách mše svatá v kapli domova. Ve středu v odpoledních hodinách mají uživatelé možnost se zúčastnit cvičení se staniční sestrou domova. Uživatelé vítají stálost dopoledního programu v Denním centru, jelikož v odpoledních hodinách chodí na procházky do blízkého okolí. V době, kdy jsem docházela na praxi do Denního centra, jsem měla možnost si všimnout, že pro některé uživatele je celkový čas aktivizačních činností velmi namáhavý a vysilující. Pár uživatelů proto odcházelo dřív nebo někteří přicházeli později. Z výzkumu a z osobních poznatků bych vyvodila, že celková doba činností dvě hodiny je ideální.

Třetí výzkumná otázka měla za úkol zjistit, jak chápou aktivizaci samotní uživatelé a jak ovlivňuje kvalitu jejich života. Uživatelé chápou aktivizaci ve svém životě kladně. Aktivity jim přináší radost a umožňují jim smysluplně využívat volný čas. Pocit užitečnosti uživate-

lé získávají práci a možností vidět výsledky své činnosti. Upevňuje se tak jejich důstojnost a vytváří si vlastní místo uvnitř domova. Trávení času se svými vrstevníky vnímají jako pomoc při smířování se svým zdravotním stavem a stářím všeobecně. Vítají společnost jako prostředek proti osamělosti a možnosti si popovídat. Tyto poznatky, získané z odpovědí uživatelů, odpovídají poznatkům, které jsou zmíněné v teoretické části.

Čtvrtá výzkumná otázka si kladla za cíl zjistit, jaký názor zaujímá pracovnice služby Denního centra na aktivizaci seniorů. Pracovnice vnímá aktivizaci uživatelů jako přínos pro jejich kvalitnější život. Jednotlivé uživatele se snaží motivovat k činnostem. Dochází za nimi na pokoj, povídá si s nimi a svým přátelským přístupem se je snaží seznámit s průběhem Denního centra. Na pracovnici je možné vidět, že ji tato práce baví a dělá ji s nadšením. Uživatelé se vyjadřují o pracovnici velmi pěkně a pochvalně. Myslím si, že pracovnice svým přístupem a postojem k uživatelům vytváří příjemnou atmosféru a podílí se na spokojenosti uživatelů.

Pátá výzkumná otázka měla za úkol zjistit, zda uživatele ovlivňují nějaké vedlejší elementy při aktivizaci. Z výzkumu vyplynulo, že aktivizaci ovlivňuje hned několik vedlejších elementů. Mezi nejdůležitější patří zhoršený zdravotní stav nebo návštěva rodinných příslušníků u uživatele. V takových případech se aktivizace uživatelé neúčastní a zůstávají na pokoji. Další důležitý faktor jsou vztahy uživatelů mezi sebou a s pracovnicí Denního centra. Při rozhovorech uživatelé zmiňovali problémového uživatele, který dřív do Denního centra docházel. Konflikty byly řešeny rozsazením uživatelů od sebe. Dále uživatele ovlivňuje počasí nebo chuť a snaha se připojit do nabízených činností. Aktivizaci velmi pozitivně ovlivňuje i sama pracovnice, kterou mají uživatelé velmi rádi a těší se z její společnosti.

Odpověď na výzkumný cíl jsem našla pomocí výzkumných otázek. Denní centrum má podporu vedení a uživatelů. Na svůj chod si Denním centrum z části vydělává samo. Za peníze z prodaných výrobků se nakoupí materiál na nové aktivity. Dále jsou činnosti financovány darem nebo domovem. Denní centrum je vnímáno jako užitečná služba zaměřená na uživatele, kdy se rozvíjí a udržují jejich schopnosti. Z výzkumu dále vyplynulo, že činnosti jsou přizpůsobeny osobním potřebám uživatele.

ZÁVĚR

Bakalářská práce byla zaměřena na problematiku aktivizace seniorů v Charitním domově Otrokovice. V teoretické části jsem se snažila o přiblížení důležitých pojmů k již zmíněné problematice. Nejdříve jsem začala s pojmy, které se týkají samotného stáří a stárnutí. Důležitou podkapitolou byly změny, které se stářím přichází. Následující podkapitola měla za úkol obeznámit s průběhem přípravy na stáří tak, aby člověk nebyl velkou změnou překvapen, ale uměl ji přijmout a žít s ní. Druhá kapitola měla za cíl přiblížit aktivizaci seniorů a oblasti aktivizačních činností podle potřeb, které je mají uspokojit. Důležitou podkapitolou byl význam aktivizace a motivace k ní.

Cílem praktické části bylo zjistit situaci aktivizace seniorů v Denním centru. Dalším cílem bylo zjistit vnímání aktivizace pracovníci a uživateli. Domnívám se, že stanovené cíle jsem splnila.

Podle mého názoru, aktivizace v domově probíhá správně, a tak, jak by měla. Dodržují se zásady pro aktivizaci seniorů. Uživatelé do činností nejsou nuceni a dělají je dobrovolně. V Denním centru jsou pro uživatele nachystané činnosti, které je baví a uspokojují je. Tyto činnosti se chystají individuálně pro každého. Mezi uživateli jsou nejoblíbenější činnosti, při kterých mohou vytvořit výrobek, který může být nabídnut k prodeji a mohou tak podpořit chod Denního centra. Chtějí se cítit užiteční a nápomocní. Jsou rádi za to, že mohou zkvalitnit svůj život ve stáří a být aktivní.

Výzkum jsem prováděla pouze v jedné instituci s pobytovou službou. Rozdíly při aktivizaci uživatelů mohou nastat na základě formy sociální služby, dále jsou závislé na přístupu vedení sociálního zařízení a také na přístupu a nadšení samotného aktivizačního pracovníka.

Praktické využití výsledků výzkumu může být především přínosem pro domov. Poskytuje zpětnou vazbu spokojenosti uživatelů s aktivizací v Denním centru.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2010. *Fenomén stáří*. 2. přeprac. vyd. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.

HAVLÍK, Josef. Komunikace jako nástroj aktivizace seniorů. *Kontakt*. 2008, č. supplement 1, s. 64-68. ISSN 1212-4117.

HENDL, Jan, 2005. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-040-2.

JAROŠOVÁ, Darja, 2006. *Péče o seniory*. Ostrava: Ostravská univerzita. ISBN 80-7368-110-2.

JUREČKOVÁ, Petra. Aktivizace seniorů. *Sociální práce*. 2003, č. 2, s. 140-152. ISSN 1213-624.

KALVACH, Zdeněk et al., 2004. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-0548-6.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ, 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2169-9.

KOZÁKOVÁ, Zdeňka a Oldřich MÜLLER, 2006. *Aktivizační přístupy k osobám senior-ského věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-244-1552-6.

LIVEČKA, Emil, 1982 cit. podle MÜHLPACHR, Pavel, 2004. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3345-2.

MALÍKOVÁ, Eva, 2011. *Péče o seniory: v pobytových sociálních zařízeních*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3148-3.

MATOUŠEK, Oldřich, Pavla KODYMOVÁ a Jana EDS, 2005. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-002-X.??

MÜHLPACHR, Pavel, 2004. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3345-2.

PACOVSKÝ, Vladimír a Hana HEŘMANOVÁ, 1981. *Gerontologie*. Praha: Avicenum.

PACOVSKÝ, Vladimír, 1990. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum. ISBN 80-201-0076-8.

- PACOVSKÝ, Vladimír, 1997. *Proti věku není léku?: Úvahy o stárnutí a stáří*. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-486-1.
- RHEINWALDOVÁ, Eva, 1999. *Novodobá péče o seniory*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-7169-828-8.
- SCHULER, Matthias a Peter OSTER, 2010. *Geriatricie od A do Z: pro sestry*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3013-4.
- STUART-HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. ISBN 8071782742.
- ŠVAŘÍČEK, Roman, Klára ŠEĐOVÁ a kol., 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN: 978-80-7367-313-0.
- VENGLÁŘOVÁ, Martina, 2007. *Problematické situace v péči o seniory: Příručka pro zdravotnické a sociální pracovníky*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2170-5.
- VOSTROVSKÁ, Helena, 1998. *Sociálně aktivizační programy pro klienty pečovatelské služby*. Praha: Státní zdravotní ústav. ISBN 80-7071-093-4.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

U1 Uživatelka 1

U2 Uživatelka 2

U3 Uživatelka 3

U4 Uživatelka 4

U5 Uživatel 5

U6 Uživatel 6

P Pracovnice

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Výzkumný soubor

SEZNAM PŘÍLOH

PŘÍLOHA I: Nabídky aktivit Denního centra na Charitním domově Otrokovice

PŘÍLOHA II: Vybrané rozhovory s uživatelkou a pracovníci

PŘÍLOHA I: NABÍDKY AKTIVIT DENNÍHO CENTRA NA CHARITNÍM DOMOVĚ OTROKOVICE

Nabídku zpracovala pracovnice Denního centra Marta Žaloudková.

Pondělí:

- 8,30 - 9,30 hod. canisterapie
- 9,30 – 11 hod. trénink paměti

Úterý:

- 10 – 11 hod. mše v kapli domova
- 10 – 11 hod. společenské hry

Středa:

- 9 -11 hod. tvořivá dílna
- 10 hod. stravovací komise v jídelně
- 14,15 hod. cvičení ve II. patře

Čtvrtek:

- 9 -11 hod. čtení s pracovníci Městské knihovny Otrokovice
- 10 – 11 hod. tvořivá dílna

Pátek:

- 9 -11 hod. každý první pátek v měsíci pečení či vaření
- 9 -11 hod. tvořivá dílna

PŘÍLOHA II: VYBRANÉ ROZHOVORY S UŽIVATELKOU A PRACOVNICÍ

Vybraný rozhovor s uživatelkou:

Tazatel: Z jakých důvodů jste se rozhodla zúčastnit se aktivizačních činností v Denním centru?

Uživatelka 1: Já jsem se rozhodla hned, když jsem přišla na domov a zjistila jsem, že se tady tyto akce pořádají. Rozhodla jsem se hned, protože hlavně kvůli času, kvůli... co bych tu jinak dělala. Takže se zúčastňuji a velice ráda.

Tazatel: Takže kvůli tomu, abyste strávila nějak užitečně čas

Uživatelka 1: pokývnutí hlavou.

Tazatel: Kdy se dozvídáte o denním programu a jakým způsobem?

Uživatelka 1: Můžu říct Martička? Martička každý den ráno ohlásí jaký je program v centru, co budeme dělat. A mimo centra jiné, kaple nebo zábava venku a tak. Jestli to tak stačí.

Tazatel: Které činnosti Vás baví a děláte je ráda?

Uživatelka 1: Když jsem přišla, dělala jsem ráda všechno. Teď, protože mám konce prstů necitlivé, tak pracuji nejradši s velkýma nůžkami. Vystřihuji. Je to sice taková méně náročná práce, ale jediná, kterou už teď můžu dělat. A trhání obrázků z ubrousků. Dřív jsem mohla i nalepovat a dělat jemné práce. Ale teď už to nejde.

Tazatel: Chybí Vám nějaké činnosti? Jaké? O které byste to doplnila?

Uživatelka 1: Mně vyhovují všechno. Martička je tak nápaditá a tak vynalézavá, že nás vždycky dokáže zaujmout.

Tazatel: Vyhovuje Vám denní doba, kdy jsou aktivity prováděny?

Uživatelka 1: Tak mě vyhovuje kterákoliv doba, protože tolik volného času, jak mám teď, jsem neměla nikdy.

Tazatel: Jste spokojena s průběhem aktivit, které provádíte?

Uživatelka 1: Jsem a byla bych radši, kdybych mohla víc.

Tazatel: A vyhovuje vám to, jak to probíhá od začátku do konce?

Uživatelka 1: Ano a chodím ráda.

Tazatel: Myslíte si, že Vámi prováděné aktivity jsou pro Vás užitečné? Pokud ano, tak proč.

Uživatelka 1: Užitečné (smích). Pro mě je teď už užitečné všechno abych mohla hýbat prstama, rukama a mimo jiné nám ještě chodí ve čtvrtek z knihovny paní číst a přitom se velice dobře různé věci dělají.

Tazatel: Takže je to pro vás užitečné tím že děláte rukama, že máte pohyb v ruce?

Uživatelka 1: Je to... Pohyb je užitečný, a když nám čte tak je to dvakrát příjemné.

Tazatel: A to procvičování paměti myslíte, že je taky přínosem?

Uživatelka 1: Já si myslím, že je, protože já mimo jiné luštím křížovky a shodí se mi tam ledacos. Zúčastním se, co dostanu tak všeho. Obrázky skládáme rozstříhané a různé věci. Ale opravdu Martička všechno dobře připraví.

Tazatel: Ovlivňuje Vás při aktivizační činnosti něco? Například prostředí, počasí nebo složení lidí...

Uživatelka 1: No tak, většinou nás tam chodí, kteří se velice dobře známe. A už víme, o čem si máme i povídat. A prostě se mně tam líbí.

Tazatel: A počasí má to třeba na vás nějaký vliv?

Uživatelka 1: A počasí má na to vliv. Protože změna počasí v těch kloubech je cítit velice.

Tazatel: A líbilo se Vám, jak jsem docházela do Denního centra a pomáhala jsem Martičce a byly jsme tam na Vás dvě?

Uživatelka 1: No tak Alenku jsem měla už předtím ráda, když jsem ji viděla. No, a když přišla do centra tak samozřejmě.

Tazatel: Chtěla byste to ještě nějak o něco doplnit, na něco na co jste si vzpomněla?

Uživatelka 1: Alenko, doplnila bych snad jenom to. Dokud budu moct, tak tam budu chodit a ráda.

Vybraný rozhovor s pracovnící:

Tazatel: Co pro Vás znamená pojem aktivizace seniora?

Pracovnice: Pojem aktivizace... Snažíme se, aby senioři nezůstávali na pokojích sami. A aby neupadali do svých myšlenek, depresí, aby se prostě zajímali ještě, my jim pomáháme. Jelikož vlastně oni nastoupili do tohoto domova a už přestali dělat ty svoje základní činnosti kolem sebe některé anebo už tak nepřemýšlí, protože tady ta nějaká určitá obsluha je, tak už přestávají přemýšlet, co by dělali, že co teď po snídani budou dělat, oni prostě si sednou už jen k televizi. Aby se pořád neřvali jenom na tu televizi, ale aby ještě třeba rukama něco dělali, aby si procvičovali tu jemnou motoriku. Aby neseděli s rukama v klíně. Takže se snažíme je motivovat k nějaké činnosti.

Tazatel: Aktivizace určitě nějakým způsobem plánujete. Plánujete je na měsíc či týden?

Pracovnice: Aktivizaci v Denním centru už máme naplánovanou, co který den děláme. A potom si dělám přípravu podle programu, který je na ten den. To je různé, já si to připravím. Samozřejmě si to musím připravit dopředu, tak jak mám čas. Mám vyhrazené dny nebo ráno, jak přijdu do práce tak mám na to dvě hodinky. Kde si vlastně udělám přípravu na ten dopolední program. A potom v rámci odpoledne, když mám chvíli, tak taky dělám přípravu. Takže já mám na to hlavně dvě hodiny ráno, kdy se připravuji anebo někdy odpoledne. Pokud nejsem u klienta nebo nedělám pedikúru.

Tazatel: Jakým způsobem sestavujete aktivizační program? Kde čerpáte inspiraci?

Pracovnice: No tak samozřejmě na internetu, v časopisech a všude možně kde přijdu. Výstavy mě inspirují, televize, knihy, časopisy. Co se týče těch výrobků i tréninku paměti.

Tazatel: Při sestavování aktivizačního programu dodržujete nějaké zásady?

Pracovnice: Zásady jako?

Tazatel: Aby to všichni zvládli třeba...

Pracovnice: Ano, musím to přizpůsobit podle šikovnosti klientů, jak to zvládnou, na co se cítí a o co by měli zájem především. Denní centrum je dobrovolné, nikoho tady nenutíme. Je to o tom, aby se tu zabavili a i ty ruky procvičili.

Tazatel: Ve kterou denní dobu aktivity probíhají a jak dlouho?

Pracovnice: Probíhají v dopoledních hodinách, dvě hodiny dopoledne. Odpoledne denní centrum není. Ale odpoledne bývá buď cvičení anebo akce – hudební vystoupení, když se domluví, cvičení anebo posezení na dvorku, setkání anebo když si tam chtějí zahrát hry.

Tazatel: Jakým způsobem uživatele informujete o programu? Je to podle vás dostačující?

Pracovnice: Ano. Tak informujeme písemně na nástěnce, mají napsaný program na každý den. Ten je stálý. Potom je informujeme ráno rozhlasem, kdy se nahlásí, co se přesně bude dělat v ten den a veškerý program, který je na ten den, i akce. I osobně k některým zajdu a informuju je.

Tazatel: Jakými aktivitami se v rámci Denního centra zabýváte?

Pracovnice: Jako trénink paměti, společenské hry, tvoření různé. Čtení, jednou za měsíc pečení. Canisterapii. Drobné tvoření, čtení z knihy, oni poslouchají, dochází paní z knihovny číst. Poslech hudby.

Tazatel: O jaké činnosti mají uživatelé největší zájem a naopak, o které zas takový zájem nemají?

Pracovnice: Jak kdo, ale tak nejvíc asi mají zájem asi o ty hry a o to posezení u kavičky. Protože se vlastně sejdou a povykládají. Ale jinak je to baví vždycky všech-

no. Ten trénink paměti rádi dělají, a jelikož každý den je něco jiného. Kdyby měli každý den jen trénink paměti, tak je to bavit nebude.

Tazatel: Při čem bývá největší účast?

Pracovnice: Pečení mají nejraději, protože se vždycky něco dobrého sezobne. Si uděláme potom kafičko a sníme si to.

Tazatel: Jakým způsobem se snažíte uživatele motivovat k činnosti?

Pracovnice: No motivovat... Tak dojdou za nimi osobně a povykládáme si, co dělají ve volném čase. A pokud by jako neměli svůj program a nevěděli co s volným časem, tak jim ho nabídnu v Denním centru, že toho můžou využívat. Podpořím je, že to není o tom, že musí dodržovat to, co je v programu. Stačí, když za námi přijdou, a že nejsou sami na pokoji. Že se přijdou jenom podívat, pobavit se s někým, setkat se s někým. Máme to tady pěkně přizpůsobené na to. Není povinné, že musí dělat, ale můžou. Pokud je to chytí a chtějí, můžou se přidat. Pokud se chtějí jenom podívat a pobavit se, tak se jenom posadí a povykládají si.

Tazatel: Takže někdy jenom stačí, když pasivně sedí a dívají se na ostatní a povídají si?

Pracovnice: Ano, někdy stačí jenom tohle. Tak oni jsou jinak sami na pokojích, tak se tady rozeberou, přijdou na jiné myšlenky. I to stačí, především se to týká klientů, kteří mají už problémy motorické a těžko by se jim něco tvořilo. Jsou rádi, i když je někdy mrzí, že nemůžou něco tvořit. Ale zase jsou rádi, že nemusí být sami na pokoji.

Tazatel: Myslíte si, že aktivizace přináší něco seniorům?

Pracovnice: No tak já si myslím, že určitě přináší. Budu se zase opakovat. Je to dobrovolné, ale aktivizujeme vlastně i na pokojích, že docházíme za těžce nemocným na pokoj, kteří nemůžou za námi přijít. Si s nimi povykládáme. Máme tu ještě kapli.

Tazatel: Takže nebývají sami na pokojích, takže už nejsou tak osamělí, to tím myslíte?

Pracovnice: Dostanou se do společnosti. Přináší jim to to, že se můžou realizovat, pokud neví co s volným časem. Tady se rozhýbou. Ve společnosti je to možná baví víc.

Tazatel: Pozorujete u nich nějaké zlepšení (lepší sebedůvěra, vyrovnanost, komunikace)?

Pracovnice: Ano. Určitě je podpoří, když jim dáme nějakou důvěru, nějak je posílíme. Protože když přijdou, tak ze začátku jsou takoví ostýchavější a neví co a jak, než si zvyknou. Ale je pravda, že někdo Denní centrum nenavštěvuje. Přináší jim to, že se tady pobaví.

Tazatel: Ovlivňuje podle Vás aktivizaci například prostředí, počasí nebo složení lidí?

Pracovnice: Ano. Pokud je pěkné počasí a máme na programu hry, tak jdeme ven hrát hry. Ano když je hezké počasí, tak se snažíme být co nejvíc venku. I aktivity děláme venku. Trénink paměti, nějaké tvoření, které se dá přenést ven. Ale většinou jen trénink paměti a hry, různé akce, ty společenské akce, hudební. Ano, počasí to ovlivňuje. Jinak zůstáváme v Denním centru, cvičení máme zvlášť. Na to máme prostor na cvičení. Máme zahradu, kterou využíváme.

Tazatel: A stalo se vám třeba, že to složení lidí je dobré nebo se nesnesli, a proto jste to musela vymyslet jinak?

Pracovnice: Ano, stává se to, že si někdo nesedí. Někdo třeba někomu vadí, že se někdo baví. On jako rád přijde do Denního centra, ale chce se soustředit na práci. Je pravda, že tento klient mi přestal chodit. Ale přestal chodit zase i z důvodu, že hodně zapomíná. Takže jsem je z tohoto důvodu usazovala tak, aby nebyli vedle sebe tito klienti. Máme dvě místnosti. Někdy sedávali i bokem, ve druhé místnosti zase s těmi, s kterými si rozumí, s kterými si sedí tito lidi. Je potřeba toto vysledovat ty lidi, kdo si s kým rozumí, tak sedávají blíž k sobě.