

Život v Domově pro seniory Tovačov z pohledu klientů

Alena Vaculíková, DiS.

Bakalářská práce
2015



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Alena Vaculíková, DiS.**
Osobní číslo: **H12296**
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Život v Domově pro seniory Tovačov z pohledu klientů**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborných zdrojů.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti kvality života seniorů, stáří, stárnutí a potřeb seniorů.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovorů.

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:

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie II: dospělost a stáří. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. Sociologie stáří a seniorů. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.

ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDOVÁ. Sociální gerontologie: úvod do problematiky. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.

ŠVARÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Eva Šalenová

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

23. ledna 2015

Termín odevzdání bakalářské práce:

30. dubna 2015

Ve Zlíně dne 23. ledna 2015



doc. Ing. Anežka Lengálová, 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 obhajoby¹⁾;
- 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. 3²⁾;
- podle § 60³⁾ 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 § 60³⁾ 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 14.4.2015

Nováková Alena

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 nevolitelně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledků obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Dissertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odebrané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nabízení veřejnosti v místě určení unátním předpísem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce požítovat na své náklady výtisky, opisy nebo rozmnožování.*

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

2) *zákon č. 121/2009 Sb. o práva 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 nesahají škola nebo školské či vzdělávací zařízení, nýje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě díla vytvoření žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školské dílo).*

3) *zákon č. 121/2009 Sb. o práva autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školské dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školského 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 neúčinné.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školského díla své dílo užit 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 školského díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlíží k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školského díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce se zabývá životem seniorů v Domově pro seniory Tovačov, tak jak ho vnímají klienti. V teoretické části nás seznamuje se základními pojmy, kterými jsou stáří, stárnutí a potřeby seniorů. Dále se zmiňuje o sociálních službách a domovech pro seniory. Podstatnou částí je také adaptace seniorů na pobyt v zařízení pobytových služeb sociální péče. V poslední kapitole teoretické části se zabývá aktivizací seniorů a aktivizačními metodami. Metodologická část se věnuje kvalitativnímu výzkumu, jehož hlavním cílem je zjistit, jak senioři vnímají a hodnotí život v Domově pro seniory Tovačov.

Klíčová slova: Stáří, stárnutí, senior, potřeby, domov pro seniory, adaptace, aktivizace.

ABSTRACT

Following bachelor's work pursues the life of elderly citizens in Tovačov Retirement Home the way their clients see it. The theoretical part introduces the basic terms, such as old age, aging process and needs of senior citizens. Essential part of this work is also the residence adaptation of pensioners in the long-stay social care facility. The last chapter of the theoretical part deals with the elderly-citizens' activation and the methods of activation. The methodological part dedicates to the qualitative study with the main goal to find out how the pensioners perceive and review their lives in a particular retirement home.

Keywords: Old age, aging, pensioner, needs, retirement home, adaptation, activation.

Ráda bych tímto poděkovala Mgr. Evě Šalenové za vedení bakalářské práce, za její připomínky, cenné rady a velmi vřelou a ochotnou komunikaci při konzultacích. Dále bych chtěla poděkovat své rodině za podporu a trpělivost po celou dobu mého studia. Také děkuji seniorům za jejich důvěru a ochotu spolupracovat.

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

OBSAH

ÚVOD	9
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ	12
1.1 TĚLESNÉ ZMĚNY VE STÁŘÍ.....	14
1.2 PSYCHICKÉ ZMĚNY VE STÁŘÍ.....	15
1.3 SOCIÁLNÍ ZMĚNY VE STÁŘÍ.....	16
2 POTŘEBY	17
2.1 POTŘEBY SENIORŮ	18
3 SOCIÁLNÍ SLUŽBY	21
3.1 DOMOVY PRO SENIORY	23
3.2 ADAPTACE NA NOVÝ DOMOV	24
4 AKTIVIZACE SENIORŮ	26
4.1 AKTIVIZAČNÍ METODY	27
II PRAKTICKÁ ČÁST	30
5 METODOLOGIE VÝZKUMU	31
5.1 DOMOV PRO SENIORY TOVAČOV	31
5.2 CÍL VÝZKUMU	32
5.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	32
5.4 DRUH A METODA VÝZKUMU	33
5.5 VÝZKUMNÝ SOUBOR	33
5.6 REALIZACE VÝZKUMU	34
5.7 TRANSKRIPCE A ANALÝZA DAT	34
6 INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU	36
6.1 KDYŽ MUSÍM, TAK MUSÍM.	36
6.2 JE TADY ÚTULNO?	38
6.3 JAK NÁM CHUTNÁ?.....	39
6.4 CÍTÍME SE JAKO V BAVLNCE.	39
6.5 JAKÉ JE TO MEZI NÁMI?	40
6.6 TADY NUDU NEPOZNÁTE.	42
6.7 MÁME PŘEHLED, CO SE DĚJE.	43
6.8 A CO BUDE DÁL.	43
7 SHRNUÍ EMPIRICKÉ ČÁSTI	45
ZÁVĚR	47
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	48
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	51
SEZNAM PŘÍLOH	52

ÚVOD

Stáří a stárnutí jsou v dnešní době stále více probíraná témata. Je tomu tak z důvodu, že se dotýkají nás všech. Populace stárne. Ve srovnání s minulostí se délka našeho života prodlužuje a dožíváme se více let. Protože žijeme ve světě vyspělých technologií a medicína je také na vyšší a vyšší úrovni, tak se dá nadále předpokládat, že se bude věk obyvatel prodlužovat.

To, že každý mladý člověk zestárne, je už předem dané. Bohužel, ve společnosti jsou lidé, kteří se chovají, jakoby se jich stáří a stárnutí netýkalo. Ke starým lidem nemají úctu a berou je jako někoho kdo „vysává“ naši společnost tím, že pobírá starobní důchod a jejich léčba nemocí a péče o ně stojí nemalé peníze. Všichni bychom se měli snažit o to, aby senioři měli důstojné podmínky pro svůj život, protože stáří je jednou z plnohodnotných etap lidského života. Nikdo z nás předem neví, do jaké míry bude soběstačný a mobilní. Vždyť občané, kteří budou potřebovat sociální péči a budou závislí na pomoci z okolí, mohou být právě ti, co starými lidmi tak opovrhovali.

V bakalářské práci chceme ukázat, jak žijí konkrétní staří lidé, kteří se dostali do Domova pro seniory v Tovačově. Jaké mají možnosti trávení volného času a jak jsou s životem v domově spokojeni.

Bakalářská práce je členěna na teoretickou a praktickou část. V teoretické části vymezíme pojmy stáří a stárnutí a s nimi spojené biologické, psychické a sociální změny. Dále se zde budeme zabývat potřebami starých lidí. Ve třetí rozsáhlé kapitole se budeme věnovat problematice sociálních služeb a domovům pro seniory. Podíváme se do historie sociálních služeb a zmíníme zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Také se zaměříme na adaptaci klientů v domovech pro seniory. Nakonec se budeme věnovat aktivizaci a aktivizačním programům pro seniory.

V empirické části, která navazuje na předchozí teoretické poznatky, budeme realizovat kvalitativní výzkum. Jako metodu sběru dat použijeme polostrukturovaný rozhovor. Získaná data budou analyzována pomocí techniky otevřeného kódování dle autorů Švaříček, Šed'ová (2007). Celý výzkum bude zaměřen na život v konkrétním domově pro seniory.

Práce je určena pro všechny, kteří se zabývají o problematiku života seniorů v domovech pro seniory a o subjektivní spokojenost seniorů v konkrétním pobytovém zařízení. Hlavním cílem práce by mělo být zjištění, jak senioři hodnotí a vnímají život v konkrétním po-

bytovém zařízení sociálních služeb. Výsledek výzkumu bude sloužit vedení domova pro seniory, jako zpětná vazba.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Každá lidská bytost stárne. Všichni jsme si toho vědomi. Spoustu lidí říká, že stáří, stárnutí a smrt jsou jedinou jistotou, kterou máme (Haškovcová, 2010 s. 16). I přesto, že všichni víme, že se procesu stárnutí a stáří nevyhneme, se najdou ti, kteří se chovají, jako by se jich tato problematika netýkala. Jedním z důvodů může být fakt, že si přejeme zůstat mladí. V naší společnosti stáří v očích mladých nepatří do populárního období života. Je spojováno s nemocemi a finanční zátěží, která vzniká při péči o staré občany. Pokud se na stáří podíváme z pozitivního pohledu, tak může přinášet moudrost, shovívavost, schopnost vidět věci a lidi do hloubky. Staří lidé také nalézají určitá pozitiva v samotě a nacházejí smysl života a smrti. (Pichaud a Thareauová, 1998, s. 14)

Stárnutí populace je dnes problémem v celosvětovém měřítku. Je tedy nutné se jím zabývat. Stárnutí se bude týkat zejména populace seniorů, kdy bude nejrychleji narůstat skupina tzv. velmi starých (old old), tedy lidí starších 80 - ti let, kteří již mají své specifické potřeby. (Stárnout je normální, ©2010) Velkým problémem stárnoucí populace začíná být i to, že vzniká početná skupina ekonomicky závislých obyvatel, kteří mají specifické potřeby v oblasti spotřeby, zdravotní péče a bydlení. (Rabušic, 1995, s. 91)

Jaká je vlastně věková hranice, kdy je člověk považován za starého? Existuje velké množství teorií, které stáří rozčleňují do jednotlivých životních etap. Z pohledu praxe je starým osoba, která dovršila důchodového věku. S postupným zvyšováním se hranice odchodu do důchodu se zvyšuje i věkové rozmezí, které označujeme jako období stáří.

Odborníci ze Světové zdravotnické organizace dělí stáří na:

- a) rané stáří (60-74 let)
- b) vlastní stáří (75-89 let)
- c) dlouhověkost (90 a více let)

Vágnerová (2007, s. 299) dělí stáří na:

- a) období raného stáří (představuje věk 60 – 75 let)
- b) období pravého stáří (75 a více let).

Haškovcová (2010, s. 20 - 21) uvádí, že do raného, začínajícího stáří spadá člověk ve věku 65 - 74 let. Tito lidé bývají v odborné literatuře označováni jako young old nebo old. Termínem old old bývají označováni senioři ve věku od 75 – 85 let. Osoby, které překročily věk 85 let, bývají označovány jako very old old, neboli dlouhověcí.

Stáří můžeme dále dělit na:

- a) kalendářní stáří - je určeno věkem člověka
- b) biologické stáří - závisí na vitalitě a zdraví člověka. (Mlýnková, 2011, s. 14)

Jednoznačné vymezení stáří je nesnadné a definicí stáří a stárnutí je mnoho. Vágnerová (2007, s. 299) stáří vymezuje jako poslední období života. Protože již byly realizovány všechny latentní schopnosti rozvoje, bývá toto období označováno také jako postvývojové. Toto období přináší pocit naplnění, moudrost a nadhled, ale také úbytek sil a proměnu osobnosti směřující k jejímu konci.

Dle Pacovského a Heřmanové (1981, s. 57) je stáří a stárnutí definováno jako „*specifický biologický proces, který je charakterizován tím, že je dlouhodobě nakódován, je nevratný, neopakuje se, jeho povaha je různá a zanechává trvalé stopy. Jeho rozvoj se řídí druhově specifickým časovým zákonem. Podléhá informativním vlivům prostředí.*“

Štílec (2004, s. 12) uvádí: „*Člověk je tak starý, jak staře myslí, konstatují psychologové. Stáří je především funkcí duševního a tělesného stavu, a ne jen počtu let života.*“ Dále dodává, že dokud člověk dokáže snášet nové názory, učit se a získávat nové zkušenosti a nechá se jimi ovlivnit, tak je ještě relativně mladý.

Sak a Kolesárová (2012, s. 11) uvádějí, že stáří jako určitý jev ve společnosti je produktem společnosti a výpovědí o ní. Nelze ho chápat bez kontextu celého prožitého života. Dále uvádějí, že kvalitu stáří výrazně ovlivňuje způsob života v dětství, mládí a dospělosti.

Matoušek (2008, s. 214) popisuje stáří jako období, kdy lidé odcházejí do penze, tj. mezi 60 – 65 lety. Někteří z těchto lidí začínají více využívat zdravotní péči. Se vzrůstajícím věkem také ztrácejí soběstačnost.

Proces stárnutí je neodvratitelný, ale individuální. Velkou roli zde hraje genetická výbava jedince, životní styl, životní a ekonomické podmínky i zdravotní stav jedince. Všechny tyto faktory ovlivňují rychlost celého procesu stárnutí a s ním spojené fyziologické, psychologické a sociální změny ve stáří. Proto se na tyto změny zaměříme v nadcházející kapitole.

1.1 Tělesné změny ve stáří

Stáří je etapou velkých fyziologických změn. V tomto období se zřetelně mění způsob našeho života. Dochází k postupnému úbytku sil, zhoršování se zdravotního stavu, zpomalení životního tempa. (Pichaud a Thareauová, 1998, in Dvořáčková, 2012, s. 10)

Stáří je involučním procesem, který postihuje všechny tkáně a orgány a dochází při něm k úbytku jejich funkcí. Je procesem nezvratným, jednosměrným a končí zánikem jedince. Involuční změny jsou u každého individuální a jinak intenzivní, ale ve velké míře se stupňují kolem 60. roku života. Na první pohled jsou nejvíce a nejdříve vidět vnější projevy stárnutí. (Gruberová, 1998, s. 15)

Fyziologické změny ve stáří postihují všechny systémy v lidském těle následovně:

- a) **Pohybový systém** – snižuje se tělesná výška, vazivo se stává méně pružné, svalové hmoty ubývá a dochází k poklesu svalové síly. U starých lidí se zpomaluje pohyb, řidnou kosti a tím pádem přibývá riziko úrazu. Páteř se ohýbá, což má za následek, že člověk se více hrbí. Dochází k zužování cév, což má za následek špatné prokrvování některých částí organismu.
- b) **Kardiopulmonální systém** – zde dochází ke snižování funkce plic a k poklesu jejich kapacity. Srdce přečerpá menší množství krve a tím pádem je snížen průtok krve k důležitým orgánům. Pružnost tepen klesá a tím je narušena regulace krevního tlaku. Celkově by se dalo říci, že srdce nedokáže zvládat všechen nápor a celá srdeční výkonnost se snižuje.
- c) **Trávicí systém** – dochází k pomalejšímu trávení vlivem menšího množství trávicích šťáv. Kapacita močového měchýře se zmenšuje. Lidé v seniorském věku často trpívají chronickou zácpou.
- d) **Pohlavní orgány a vylučovací systém** – pohlavní činnost klesá, ženy trpí poklesem dělohy a muži prostatou. Ve vylučovacím systému klesá síla svalových svěračů.
- e) **Kožní systém** – vlivem poklesu elasticity kůže se tvoří vrásky. Dochází k řidnutí a šedivění vlasů. Projevuje se zvýšená pigmentace kůže.
- f) **Nervový systém** – v neuronech dochází k biochemickým změnám, které ovlivňují rychlost vedení vzruchů. Poruchy neuronů mohou způsobit demenci, poruchy chůze a rovnováhy. Snižuje se odolnost vůči zátěži a vzniká neschopnost adaptace na nové životní podmínky. Také se ve větší míře objevují poruchy spánku.

- g) **Smyslové orgány** – je zde citelné zhoršení vnímání prostřednictvím smyslových orgánů. Zhoršuje se zrak, sluch, čichové, chuťové a hmatové schopnosti. (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 20 - 22)

Všechny tyto výše uvedené faktory, mají vliv na hodnocení prostředí, ve kterém senioři žijí (Klevetová a Dlabalová, 2008, s. 22). Zároveň vedou ke snížení soběstačnosti, což může mít za následek závislost seniorů na pomoci druhých lidí nebo dokonce nutnost umístění do instituce. (Vágnerová, 2007, s. 403)

S tělesnými změnami, které na seniora působí většinou negativně, úzce souvisí jeho psychika.

1.2 Psychické změny ve stáří

Změny u starých lidí můžeme pozorovat i u psychických funkcí, kde dochází k jejich zpomalení. Také k nim dochází individuálně, jako u výše zmíněných fyziologických změn.

Nejvíce je patrná proměna kognitivních změn. Velkým problémem bývá zaznamenávání, ukládání a využívání informací. Přijímání podnětů také brání zhoršování se sluchových a zrakových funkcí. Tyto problémy mohou mít za následek zhoršení kvality mezilidských vztahů a značně stěžují orientaci v prostředí. Zhoršování se krátkodobé paměti může mít za následek, že člověk nebude moci uchovávat téměř žádné aktuální informace (Vágnerová, 2007, s. 407). Paměť dlouhodobá, ve které se uchovávají staré zážitky, bývá méně přesná.

Staří lidé bývají více emočně labilní. Dochází u nich k častějšímu střídání nálad, jsou citově zranitelnější a mívají větší sklony k úzkosti. Potřebují více náklonosti a od okolí očekávají ohleduplnost a porozumění. (Gruberová, 1998, s. 23)

I povaha se ve stáří do značné míry mění. Obecně platí, že negativní rysy osobnosti se stupňují, ale nemusí tomu tak býti u všech jedinců. Většina seniorů se stává tvrdohlavými a svéhlavými (Gruberová, 1998, s. 23). Projevují se negativní vlastnosti osobnosti, které člověk dříve dokázal ovládnout. Na druhé straně hysterické osobnosti se ve stáří často zklidňují (Říčan, 2004, s. 340). I přesto ohleduplný, laskavý a moudrý člověk, takovým většinou zůstane i ve stáří. S přibývajícím věkem se člověk stává rozváznějším, trpělivějším a vytrvalejším. (Gruberová, 1998, s. 23)

Po změnách fyziologických a psychických patří ke stáří také změny sociální.

1.3 Sociální změny ve stáří

Dalšími změnami ve stáří jsou sociální změny, které se týkají vztahů seniora s okolím. „Člověk se sociálně i mentálně stává starým dnem, kdy je jeho status změněn z ekonomicky aktivního na důchodce“ (Vohralíková a Rabušic, 2004 in Dvořáčková, 2012, s. 14). Člověk odchodem do důchodu musí náhle měnit svůj styl života, protože má najednou velké množství volného času, který dříve trávil v povolání. (Dvořáčková, 2012, s. 14)

Pro někoho se jeví představa volného času jako ideální, naproti tomu druhému může přinést úzkost, frustraci a pocit osamělosti.

V období pozdního stáří, dochází k dalšímu úbytku sociálních rolí. Tyto změny mají za důsledek úbytek fyzických i psychických sil a zhoršení zdraví. Staří lidé většinou dožívají sami, protože přicházejí o své partnery. To z nich dělá osamělé a nesoběstačné jedince, závislé na cizí pomoci. V těchto případech jsou nuceni žít v domovech pro seniory, kde získávají sociální roli klienta domova pro seniory nebo roli pacienta v případě umístění do léčebny dlouhodobě nemocných. Tyto role mají nižší sociální status, než role, které měli dříve. (Vágnerová, 2007, s. 417)

Všechny změny ve stáří, ať už tělesné, psychické či sociální mají velký vliv na zdraví a duševní pohodu člověka. Jak už bylo řečeno, změny u každého jedince probíhají s jinou intenzitou. Proto je nutností, abychom ke každému přistupovali individuálně, aby své stáří prožil s důstojností a byly naplněny jeho potřeby.

2 POTŘEBY

Pro každou lidskou bytost je důležité, aby byly uspokojovány její lidské potřeby. Proto i senioři mají právo a potřebu uspokojovat své potřeby, jako kdokoliv jiný. Bohužel, vzhledem k jejich zhoršujícím se zdravotnímu stavu, jsou někteří senioři odkázáni na pomoc rodiny, přátel nebo odbornou pomoc prostřednictvím sociálních služeb.

Lidskými potřebami se zabýval americký psycholog Abraham Maslow, který ve 40. letech minulého století vytvořil originální a obecně platný model potřeb (Haškovcová, 2010, s. 252). Maslow shrnul základní lidské potřeby dle jejich důležitosti do jakési pomyslné pyramidy. Přičemž aby bylo dosaženo potřeb vyšších, musí být naplněny potřeby předchozího stupně. Ve spod pyramidy jako základna a nejdůležitější vystupují fyziologické potřeby. Pomyslně nad nimi se nalézá potřeba bezpečí a jistoty. Jako třetí stupínek pyramidy bychom mohli označit potřebu lásky, sounáležitosti a přijetí. Nad nimi uvádí potřebu uznání (svobody, nezávislosti, síly, respektu ze strany druhých lidí). Pod vrcholem pomyslné pyramidy se nachází potřeba seberealizace. Na samém vrcholu pak najdeme kognitivní potřeby znát/vědět a rozumět/pochopit (Dvořáčková, 2012, s. 40 - 41). Maslowova teorie potřeb patří k nejznámějším.

Je mnoho autorů, kteří se zabývali teorií potřeb a tyto potřeby definují různě. Dle (Pichaud a Thareauová, 1998, s. 36) se potřebou rozumí zejména to, k čemu člověk skrze ni směřuje. Potřeba není jen to, co člověku schází. Trachtová (2001 in Dvořáčková, 2012, s. 38) se zase domnívá, že potřeba je znakem nějakého nedostatku a jeho odstranění je žádoucí.

V psychologickém slovníku (Hartl, 2004, s. 194) je potřeba definována jako nutnost organismu něco získat nebo se něčeho zbavit. Potřeby jsou určeny životní nutností osoby. Na rozdíl od hodnot, které jsou proměnlivé, systém potřeb ve vývoji lidstva zůstává bez výrazných změn.

Výše jsme obecně definovali co je potřeba a zmínili nejznámější teorii potřeb A. Maslowa. Nyní se budeme zabývat konkrétně potřebami seniorů.

2.1 Potřeby seniorů

Kaufmanová (2004, s. 458 in Dvořáčková, 2012, s. 39) na základě svého výzkumu konstatuje, že mezi nejdůležitější potřeby seniorů patří **fyziologické potřeby, potřeba bezpečí a sociální potřeby**.

Vágnerová (2007, s. 413 - 414) jako potřeby starších seniorů uvádí tyto:

- a) **Potřeba stimulace**, která se stává v pozdním stáří relativně nízkou. Nenaplnění potřeby stimulace, ale může mít neblahý vliv na pocit celkové životní pohody, ale i na uchování různých schopností a dovedností. Nuda a bezcílnost jejich života mají za následek ztrátu motivace a mohou vést až k apatii.
- b) **Potřeba bezpečí**, která u seniorů roste s obavami o ztrátu jejich kompetencí a také z důvodu možnosti jejich dalšího zhoršení ať už úrazem nebo nemocí. Pro seniory je také nemálo důležitá potřeba psychického bezpečí a citové jistoty. Toto uspokojení do jisté míry závisí i na poskytované péči a pomoci z okolí.
- c) **Potřeba sociálního kontaktu a citové vazby** je také pro seniory velmi významná. Senioři bývají hodně závislí na vztazích s rodinou. Obava ze ztráty kontaktů a vazeb s rodinou nebo ze ztráty identity v případě umístění do instituce může být u starších seniorů velice silná.
- d) **Potřeba autonomie** je důležitá i v pozdním stáří. Staří lidé by mnohdy chtěli rozhodovat alespoň o tom, co je pro ně dostupné a relativně zvládnutelné, ale ne vždy dovedou odhadnout své aktuální možnosti. Potřeba autonomie se může projevat i tím, že seniora více naplní prosazení vlastního rozhodnutí než dosažení proklamovaného cíle.
- e) **Potřeba akceptace a uznání** se projevuje snahou získat si pozornost nebo udělat něco, co by mohlo být druhému užitečné. Tímto senior eliminuje vzrůstající pocit vlastní zbytečnosti. Senior má potřebu být užitečný.

Piachaud a Thareauová (1998, str. 36 - 41) dle Maslowovy teorie potřeb uvedly potřeby seniorů takto:

- a) **Fyziologické potřeby** jsou základní a na jejich uspokojování závisí celkový zdravotní stav jedince. Patří sem výživa, dýchání, vylučování, spánek, pohyb, hygiena, zdraví, smích, pláč a chuze.

- b) **Potřeba bezpečí.** Také pocit bezpečí je důležitý pro každého člověka. Každý ale bezpečí vnímá jinak. Jeden musí mít zamčené dveře na dva západy, aby se cítil bezpečně. Druhý se nebude cítit v ohrožení ani s dveřmi do kořán.

Piachaud a Thareauová (1998) dále dělí potřeby bezpečí na tři stupně a to na **potřebu ekonomického zabezpečení**, jako druhý stupeň uvádí **potřebu fyzického bezpečí**. Starší osoby mívají strach z pádu kvůli jejich špatné pohyblivosti. Často jim v tomto případě mohou k pocitu bezpečí pomoci hole, chodítka nebo rámě doprovázející osoby. Jako třetí považují za důležitou **potřebu psychického bezpečí**. Pro seniory je důležité nemít strach, mít pocit jistoty a nepřipadat si zatracení.

- c) **Sociální potřeby.** Sem můžeme zahrnout potřebu informovanosti o dění v našem okolí a našich blízkých. Staří lidé také potřebují mít pocit, že někam patří. Jestliže tento pocit ztratili, je velmi těžké se s ním vyrovnat. Také sem dále můžeme zařadit potřebu mít někoho rád a být druhým milován. V neposlední řadě je důležitou sociální potřebou možnost vyjadřovat se, s někým mluvit a být vyslechnut.
- d) **Potřeba autonomie.** Autonomie je zde brána z pohledu rozhodovat sám za sebe, být svobodný. I pokud se senior stane fyzicky závislý na okolí, tak přesto může být psychicky zcela autonomní. Autoři zde uvádějí potřebu uznání a vážnosti jako součást potřeby autonomie. Senioři se i přes svůj zdravotní stav potřebují cítit užiteční a potřebují mít pocit, že někomu pomáhají. Pro seniora hodně znamená každá maličkost, kterou dělá pro druhé.
- e) **Potřeba seberealizace.** I v seniorském věku lidé touží po seberealizaci a nalezení smyslu svého života. Sem mohou patřit i potřeby z nižších stupňů pyramidy, jestliže někomu dávají smysl života. Například rodina nebo pocit uznání mohou některým lidem život zcela naplňovat a dodávat jim pocit životního úspěchu. Tato potřeba také úzce souvisí se spiritualitou, s osobním růstem člověka a jeho duchovním vývojem. (Malíková, 2011, s. 170)

Také dle Malíkové (2011, s. 170) uspokojování potřeb ve většině případů směřuje od fyziologických potřeb směrem k seberealizaci. Přesto posloupnost uspokojování potřeb nemusí být striktně dodržena a požadavky na uspokojování potřeb se mohou různě prolínat. Upřednostňování a touha po saturaci jedné nebo více potřeb se mohou během života měnit. Člověk pak může vyžadovat změnu pořadí, míry nebo způsob uspokojování svých potřeb. Je ale důležité počítat i s faktem, že někteří lidé trvají na stále stejném pořadí svých potřeb

a způsobu jejich uspokojování. A to i přesto, že je to kvůli změněným okolnostem problematické, obtížné či nemožné.

Potřeby starých lidí jsou individuální a závisí na velkém množství faktorů. Zdravý senior se obejde téměř bez pomoci okolí. Naopak nemocný, nesoběstačný senior může být na pomoci okolí zcela závislý a to i v uspokojování základních fyziologických potřeb. Zde přichází na řadu rodina a její možnosti se o seniora postarat. Pokud rodina není péči o seniora schopna zabezpečit, následuje využití některé ze služeb sociální péče.

3 SOCIÁLNÍ SLUŽBY

V dřívějších dobách to senioři měli mnohem těžší než dnes. Senioři, o které se nemohla nebo nechtěla postarat rodina, žili v nedůstojných podmínkách a žebrali. Umírali hladem a žízni. (Haškovcová, 2010, s. 183 - 184)

Po druhé světové válce začal stát zřizovat domovy důchodců, aby lidé mohli dožít svůj život v důstojnějších podmínkách. Stát byl zároveň i jejich provozovatelem (Haškovcová, 2010, s. 214 - 215). Do roku 1989 nebyly sociální služby dostatečné. Lidé tak byli jen pasivními příjemci sociálních služeb, protože do jejich kvality a podoby nemohli zasahovat (Bicková, 2011, s. 17). Staří lidé, postižení, nemocní nebo umírající byli izolováni v ústavech a společnost se tvářila, jako by je neviděla. Záměrem bylo udržet ve společnosti představu, že v ní žijí jen zdraví a silní jedinci a o staré a nemocné je dobře postaráno. Skutečnost ale byla taková, že šlo o direktivní, zaběhlý, skupinový systém péče o druhé. O individuálním přístupu a naplňování specifických potřeb jednotlivců nemohla být ani řeč. Provoz sociálních ústavů dotoval stát. Na pokojích bylo více lůžek, aby kapacita zařízení byla co největší. Sociální zařízení nebylo umístěno na pokoji, ale bylo vždy společné na patře. To znemožňovalo imobilním seniorům navštěvovat je. Důsledkem toho se stávali brzy inkontinentní. (Malíková, 2011, s. 29)

Po roce 1989 docházelo k postupné transformaci sociálních služeb (Čámský, Sembdner a Krutilová, 2011, s. 11). Hlavním cílem byla snaha o deinstitucionalizaci sociálních služeb. Záměrem bylo vytvořit alternativní řešení ústavní péče a nestátní organizace, které by sociální péči poskytovaly. Další prioritou bylo vzdělávání v sociální práci na vysokoškolské i středoškolské úrovni (Matoušek, 2007, s. 151 - 152). Z počátku změny nebyly lehké. Největší nedostatky byly hlavně v pobytových službách. Více se zde dbalo na kvalitu ubytování než na kvalitu poskytovaných služeb (Čámský, Sembdner a Krutilová, 2011, s. 11). Výraznější změna ale nastala, až byl uveden v platnost zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Stát přenesl svoji odpovědnost za sociální služby na jednotlivce, obce, komunity, kraje, občanské společnosti a stát. Do popředí se také dostává komunitní plánování sociálních služeb. (Malíková, 2011, s. 32)

V současné době je kladen důraz na poskytování sociálních služeb, které dbají na dodržování lidských práv jedinců při individuálním poskytování služeb. Zajišťují jim důstojný život, respektují jejich svobodnou vůli a vedou k sociálnímu začleňování klientů. (Hrozenková a Dvořáčková, 2013, s. 67)

V našem případě jsou sociální služby poskytovány seniorům na základě společně vytvořeného individuálního plánu. Toto staví klienta do role aktivního spolutvůrce poskytované sociální služby a již není jen pasivním příjemcem. Služby, které jsou mu poskytovány, mají podporovat a udržovat jeho soběstačnost. Cílem je tedy klientovi pomáhat, aby mohl alespoň některé aktivity dělat sám a byl co nejméně závislý. Je tak zajištěna jeho lidská důstojnost a podporováno jeho sebevědomí. (Malíková 2011, s. 33)

Z důvodu poskytování sociálních služeb zaměřených na individuální podporu člověka v jeho přirozeném prostředí, vzniklo velké množství terénních a ambulantních služeb. Tyto služby mají osobám v nepříznivé životní situaci umožnit setrvání v domácím prostředí. (Malíková, 2011, s. 32)

Nejdůležitějším zákonem v sociálních službách je tedy zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, který definuje tři druhy sociálních služeb:

- a) **sociální poradenství** – musí být součástí všech sociálních služeb;
- b) **služby sociální péče** – mají zabezpečit základní životní potřeby v případě, že nemohou být zajištěny bez péče jiné osoby;
- c) **služby sociální prevence** – jsou brány jako prevence před sociálním vyloučením lidí, kteří jsou ohroženi sociálně negativními jevy. (Malíková, 2011, s. 41-42)

Dále zákon o sociálních službách dělí sociální služby dle místa poskytování. Jedná se o:

- a) **terénní služby** – jsou poskytovány v místě, kde jedinec žije a poskytuje je pečovatelská služba;
- b) **ambulantní služby** – zde jedinec dochází do specializovaných zařízení, kterými mohou být denní stacionáře;
- c) **pobytové služby** – jsou poskytovány v zařízeních, ve kterých jedinec určitou dobu žije; sem spadají například domovy pro seniory, domovy s pečovatelskou službou a domovy se zvláštním režimem. (Bicková, 2011, s. 247)

Jak uvádí Matoušek, Kodymová a Koláčková (2005, s. 163) samotný věk není důvodem ke zvýšení potřeby péče. Zvýšená potřeba sociální péče se objevuje až v okamžiku mimořádných situacích, které jsou způsobeny mentálními nebo zdravotními faktory.

Sociální služby jsou tu tedy pro osoby v jakémkoliv věku. Jsou poskytovány občanům, kteří jsou nějakým způsobem ve společnosti znevýhodněni a nemohou se o sebe sami po-

starat. Oblast poskytování sociálních služeb je velmi široká. Proto se v naší bakalářské práci se budeme zabývat zejména pobytovými zařízeními pro seniory. A to výhradně domovy pro seniory.

3.1 Domovy pro seniory

Domovy pro seniory jsou součástí pobytových služeb sociální péče, které se řídí již zmiňovaným zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů. Jsou zřizovány za účelem poskytnutí dlouhodobé pobytové služby seniorům, kteří potřebují pomoc jiné osoby. Ve službě je obsažena pomoc se zvládnutím úkonů péče o vlastní osobu a pomoc s osobní hygienou. Tato služba také obsahuje poskytnutí ubytování, stravy, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, aktivizační činnosti a pomoc při prosazování práv a zájmů. Služba je hrazena klientem (MPSV, © 2015). Součástí poskytování pobytových služeb je také základní sociální poradenství, které musí být součástí všech sociálních služeb.

Lidé žijící v domově pro seniory již nejsou označováni jako obyvatelé. Od 1. 1. 2007 se stali klienty, uživateli sociálních služeb. Pro potřeby přijetí do domova pro seniory je třeba dobrovolné vyplnění žádosti, které by měl senior iniciovat sám, na radu lékaře či rodiny. (Haškovcová, 2010, s. 236)

Dnešní domovy pro seniory jsou většinou pěkně zařízeny. Pokoje bývají zejména třílůžkové, dvoulůžkové a jednolůžkové. Sociální zařízení na pokoji je již také více méně samozřejmostí. V některých domovech je klientům povoleno vzít si sebou oblíbené bytové doplňky z domova, což přispívá k rychlejší adaptaci na nový domov. (Haškovcová, 2010, s. 236)

Výše jsme stručně popsali domov pro seniory jako službu pobytové sociální péče. S příchodem do domova pro seniory úzce souvisí i adaptační proces, kterým musí každý nový uživatel domova projít.

3.2 Adaptace na nový domov

Adaptace obecně znamená schopnost přizpůsobit se něčemu, někomu. Dle Křivohlavého (2011, s. 55) adaptace je zvyknout si na něco, s čím se nedá nic dělat. S přibývajícím věkem dochází ke snížení adaptačního potenciálu.

Kvalitní přijetí nového klienta do domova pro seniory je velmi náročný proces, který může přinést spoustu problémů. Jedním z nich může být i předčasné úmrtí seniora po přechodu z vlastního domu do domova pro seniory. Pro seniora je nejlepší, když odejde do zařízení, které si sám vybral dobrovolně. Také je pro něj lepší, když zná prostředí, do kterého se bude stěhovat a je informován o tom, co ho bude čekat. (Matoušek a Kodymová, 2005, s. 181)

Proces adaptace může trvat v řádech měsíců i let. Vágnerová (2007, s. 422) rozděluje proces adaptace na dobrovolné a nedobrovolné umístění do instituce. Adaptaci na nedobrovolný odchod do domova pro seniory popisuje jako fáze dětské separační úzkosti. Dále uvádí, že člověk, který si nemusí být vědom své nesoběstačnosti a nutnosti pomoci v péči o svoji osobu je násilně oddělen od svého zdroje jistoty a bezpečí. Od zázemí svého domova.

Adaptační proces u nedobrovolného odchodu do domova pro seniory, dle Vágnerové (2007, s. 422) je rozdělen na tři fáze:

- a) **Fáze odporu** je první fází u nedobrovolného odchodu do domova pro seniory. Po přestěhování se do nového prostředí bývají někteří senioři agresivní a negativističtí vůči komukoliv. Zejména vůči personálu, ale i k ostatním seniorům. Toto chování je třeba chápat jako obrannou reakci, protože jiného chování nejsou schopni. Nepříjemným chováním dávají najevo nesouhlas proti násilné změně v jejich životě. Tato změna se jim jeví jako nespravedlivá a někteří ji berou jako útok na svoji osobu.
- b) **Fáze zoufalství a apatie** je fáze, ve které senior zjišťuje, že nepříjemným chováním nic nezmůže a navíc už je z něho také vyčerpaný. Teď naopak staří lidé začínají být apatičtí. Na všechno rezignují a o všechno ztrácejí zájem. Někteří v této fázi mohou zůstat až do jejich smrti, která v tomto případě většinou přichází relativně brzy.
- c) **Fáze vytvoření nové pozitivní vazby** je poslední fází. Některým seniorům se zde podaří navázat kladný vztah k někomu z personálu nebo k některému jinému spo-

luobyvateli. Najednou jeho život dostává další smysl. K tomuto přispívá i pohodlí, kterého se starému člověku najednou dostává. (Vágnerová, 2007, s. 422-433)

Dále popíšeme adaptaci na dobrovolný odchod do domova pro seniory, který bývá méně problematický a Vágnerová (2007, s. 423) ho dělí na dvě fáze:

- a) **Fáze nejistoty a vytváření nového stereotypu.** I při dobrovolném odchodu do domova pro seniory to pro staré lidi není zcela jednoduché. Po příchodu bývají přecitlivělí a hodně vzpomínají na minulost. Současný život srovnávají s minulým. Hodnotí co je nyní lepší a co zase horší. V této fázi je důležité, aby první dny v domově byly pro seniora příjemné, protože chceme, aby si vytvořil kladný postoj k novému domovu.
- b) **Fáze adaptace a přijetí nového životního stylu.** Zde dochází ke smíření člověka s novým domovem, se změnou role a způsobem života. Dochází u něj k vytvoření nového životního stereotypu a nových sociálních kontaktů. Ve většině případů se ale starý člověk s novou institucí zcela neidentifikuje a nepovažuje ji za svůj skutečný domov.

Přizpůsobení se nové životní etapě je velmi obtížné, ale důležité. Starý člověk si musí zvyknout na nové tváře a jiný režim dne, než na který byl doposud zvyklý. Pokud adaptace proběhne úspěšně, tak člověk může prožít šťastný a plnohodnotný život až do svého konce. V novém domově senior může najít nové přátele a nové záliby a při tom mnohdy nemusí přijít o ty původní. Také svůj volný čas může naplnit pomocí smysluplných aktivit, které jsou pro seniory v domovech vytvářeny. Proto se ve čtvrté kapitole budeme zabývat aktivizací seniorů.

4 AKTIVIZACE SENIORŮ

V této kapitole se seznámíme s tím, jak je aktivizace pro seniory důležitá. Dále v podkapitolách uvedeme jednotlivé aktivizační metody pro tuto cílovou skupinu.

Co se týče volného času a to jak ho využít, řeší denně v podstatě skoro každý z nás. Většinou se věnujeme svým zálibám, koníčkům a aktivitám. Dnes je ale doba hektická a mladí aktivní lidé pocítují spíše časový deficit. Naopak staří lidé někdy mívají volného času až moc a mnohdy si nevědí rady co s ním. (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 16)

Dříve se senioři udržovali v kondici a vyplňovali svůj volný čas díky rodině. Starali se o vnoučata a vypomáhali v domácnosti. Dnes se malé děti umisťují do mateřských školek, školních družin nebo klubů. Jejich pomoc už není tak potřebná. Navíc mnozí prarodiče už také potřebují pomoc od okolí. V minulosti aktivní lidé se tak tedy dostávají například do domovů pro seniory, kde jsou pro ně zajištěny různé aktivizační činnosti (Slowík, 2007, s. 155). Hlavním cílem těchto činností je udržet seniory v dobré životní kondici, zbavit se pocitu osamělosti, zbytečnosti a podporovat u nich samostatnost a nezávislost (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 16).

Aktivizace je pro člověka velmi významná, protože aktivita mobilizuje fyzickou i psychickou stránku osobnosti (Šimíčková a Čížková, 2008 in Dvořáčková, s. 34). Někteří Senioři jsou až moc aktivní a někdy je potřeba jejich aktivity i mírnit, protože přeceňují své síly. Dost seniorů je ale pasivních a je potřeba je motivovat a starat se o jejich psychickou i fyzickou zdatnost. (Haškovcová, 2010, s. 49)

Starý člověk by neměl propadnout nečinnosti. Nejlepší cesta, jak zpomalit procesy stárnutí je tedy udržet starého člověka v aktivitě. Samozřejmě s přihlédnutím k jeho schopnostem a možnostem (Šimíčková a Čížková, 2008 in Holczerová a Dvořáčková, s. 16). Pomocí vhodných aktivit senior může zvyšovat kvalitu svého života a podporovat tak osobní růst. (Sýkorová, 2007, s. 38)

V širším pojetí aktivizací u seniorů dochází k smysluplnému trávení volného času, k rozvíjení pohybových aktivit a udržování kondice. V užším pojetí je aktivizace brána jako prevence imobilizačního syndromu u osob s ohroženou nebo již ztracenou soběstačností. Tady je potřebné vypracovat individuální plán zaměřený na zdravotně sociální péči pro klienty s nízkým funkčním potenciálem, u kterých sílí závislost na péči druhé osoby. (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 16)

Účast seniora na každé aktivizaci musí být dobrovolná a bude mít smysl, jestliže známe dobře našeho klienta, jeho potřeby a přání.

4.1 Aktivizační metody

V rámci aktivizace seniorů existuje celá řada aktivizačních metod, kterými jsou např.: ergoterapie, smyslová aktivizace, canisterapie, reminiscenční terapie, muzikoterapie a trénování paměti. V naší práci si je stručně představíme.

Ergoterapie je dnes považována za samostatnou vědní disciplínu. Využívá léčebných a diagnostických postupů. Jejím cílem je dosáhnout nezávislosti a soběstačnosti klientů a tím zvýšit kvalitu jejich života. U nás jde především o léčbu prací (Kalvach, 2004, s. 423 - 424). Pro ergoterapii je důležitá smyslová činnost nebo zaměstnání, které napomáhá k obnově postižených funkcí. (Česká asociace ergoterapeutů in Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 37). Činnost ergoterapie má být v domově pro seniory plánována tak, aby se v ní prolínalo co největší množství podnětů, metod a činností. Proto by se například u ručních prací klientům měla pouštět hudba a zapalovat vonné svíčky. Mnohá zařízení disponují dílničkami a kuchyňkami, ve kterých se klienti scházejí a provádějí činnost, která jim dělá radost a potěšení. (Malíková, 2011, s. 126)

Smyslová aktivizace je zejména vhodná pro staré osoby a pro osoby se specifickými potřebami. Smyslová aktivizace dokáže zajistit zvýšené potřeby těchto osob. Úkolem této aktivizace je oslovit smysly člověka, které jsou klíčem k jeho schopnostem. Mohou jimi být známé obrázky, vůně, zvuky, slova, hmatem poznávané předměty všedního dne, pohybové činnosti či známé texty písní. Prostřednictvím těchto podnětů je možné znovu vyvolat vzpomínky, probudit paměť a umožnit verbální a neverbální komunikaci, s cílem uspokojení potřeb, udržení kvality života a zajištění smysluplného a plnohodnotného života ve stáří. (Smyslová aktivizace, © 2015)

Canisterapie využívá pozitivního působení psa na zdraví člověka. Může být skupinová nebo individuální. Při práci se seniory klade důraz na řešení problémů psychologických, citových a sociálně-integračních a působení na fyzické zdraví člověka. Uplatňuje se jako pomocná psychoterapeutická metoda při řešení různých situací, kterými jsou: navazování kontaktu s obtížně komunikujícími seniory, s emocionálně poškozenými seniory a depresivními seniory, se seniory se změněným smyslovým vnímáním. Dále pak v rehabilitační praxi, v socioterapii, při výskytu apatie, u dlouhodobě nemocných nebo jako součást komplexní terapie v geriatrii. (Galajdová, 1999, in Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 86)

Reminiscenční terapie ve většině případů bývá označována jako proces, při kterém je ve skupinách podporováno vzpomínání na příjemné události z minulosti. K navození atmosféry se používají staré předměty, hudební nahrávky, fotografie, filmy apod. Práce se vzpomínkami také pomáhá pracovníkům při práci se seniory k upevnění vztahu mezi nimi a seniorem k pochopení jejich osobnosti (Špatenková a Boloňská, 2011, s. 21). Jestliže pracovníci rozumí individuálním potřebám klientů a znají jejich životní příběh, mohou tak zvýšit jejich kvalitu života. Tato metoda je zejména vhodná pro lidi s demencí. Takto nemocní lidé mají narušenou krátkodobou paměť. Dlouhodobá paměť jim většinou zůstává dobře zachována, a proto jsou schopni vybavovat si vzpomínky z minulosti. (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 64)

Trénování paměti slouží k procvičení krátkodobé i dlouhodobé paměti. Paměť můžeme trénovat buď v běžném každodenním kontaktu, nebo prostřednictvím řízených aktivit. V domovech pro seniory jsou uživatelé stimulováni k zapamatování si konkrétních úkonů. Např. ustláni lůžka, ranní hygiena, přesun na oběd do jídelny. Při běžné komunikaci s nimi je posilována časová orientace. Paměť lze také posilovat pomocí vhodně zvolených her. Ideální jsou tzv. „Kimovy hry“. Běžně dostupné předměty jsou osobám vystaveny k zrakovému vnímání. Poté se zakryjí a jejich úkolem je vyjmenovat co nejvíce předmětů. Další způsob hry může být poznávání chutí. Klienti se zavázanýma očima poznávají různé druhy potravin a nápojů. Dalším prostředkem pro posílení paměti mohou být stolní hry jako pexeso, karty nebo kvarteto. Tyto hry pomáhají také v rozvoji vzájemné komunikace. Při skupinových aktivitách můžeme používat slovní kopanou, vědomostní kvízy či doplňovat různá přísloví. Paměť jako jednotlivci mohou posilovat třeba luštěním křížovek. (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 62 - 63)

Muzikoterapie je zvukovou terapií, která využívá rytmického zvuku k relaxaci, komunikaci, k podpoře hojení a navození pocitu pohody. Muzikoterapie je uskutečňována prostřednictvím poslechu a tvorby hudby, zpěvu, pohybu na hudbu, hudebního a imaginárního cvičení. Hudba starým lidem poskytuje rozptýlení, ušlechtilou výplň času, odvádí pozornost od problémů a dává smysl životu. (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 40 - 41)

Aktivizační charakter má také vhodně volená komunikace a přístup ke klientovi, dobře vedené individuální plánování a přiměřená míra pomoci. (Malíková, 2011, s. 122)

Každá aktivita je pro člověka velmi důležitá. Pomáhá mu udržovat se v kondici, jak po fyzické, tak i po mentální stránce. Metody aktivizace také bývají součástí různých vol-

nočasových aktivit, jejichž úkolem je rozvíjet osobnost seniorů. Dále jsou zaměřeny na rozvoj jejich znalostí, dovedností nebo udržení jejich dosavadních schopností.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 METODOLOGIE VÝZKUMU

V empirické části bakalářské práce nejdříve představíme Domov pro seniory Tovačov, ve kterém proběhl celý výzkum. Poté vymežíme výzkumné cíle a výzkumné otázky, kterými se budeme snažit navazovat na teoretické poznatky. Dále objasníme výběr zvolené výzkumné metody, představíme výzkumný vzorek a realizaci celého výzkumu.

5.1 Domov pro seniory Tovačov

Domov pro seniory Tovačov je pobytovým zařízením sociálních služeb, jehož provoz byl zahájen 1. 1. 2003. Zřizovatelem je Olomoucký kraj. V domově poskytují sociální služby „domov pro seniory“ dle § 49 zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách, a „domov se zvláštním režimem“ dle § 50 zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách. Zaměříme se na sociální službu domov pro seniory, ve kterém proběhl celý výzkum. (Výroční zpráva, 2014)

Sociální služba domov pro seniory je určena seniorům od 60 let věku. Tito senioři mají sníženou soběstačnost a jsou trvale odkázáni na péči druhé osoby. Dále je určena také těm, kteří se kvůli věku nebo zdravotnímu stavu ocitli v nepříznivé životní situaci a jsou tak ohroženi sociálním vyloučením. (Výroční zpráva, 2014)

Cílem Domova pro seniory Tovačov je být moderním a vyhledávaným zařízením pro seniory v Olomouckém kraji. Přeje si, aby klienti žili v příjemném domácím prostředí a byla jim poskytována individualizovaná, vysoce kvalitní sociální služba, která pružně reaguje na jejich aktuální potřeby. Důraz klade na výběr a udržení kvalitního personálu, etické a mravní hodnoty zaměstnanců a jejich další rozvoj. (Výroční zpráva, 2014)

Sociální služba je zaměřena na poskytnutí ubytování, stravy, pomoci při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu, poskytování pomoci v oblasti osobní hygieny, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím. Zahrnuje sociálně terapeutické činnosti, aktivizační činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí. Lékařskou péči zajišťují privátní lékaři. Z odborníků dochází do zařízení psychiatr, stomatolog a dermatolog. Další odborná péče je zajišťována dovozem seniorů do specializovaných ambulancí. Zdravotní a ošetrovatelskou péči zajišťují klientům všeobecné sestry. (Výroční zpráva, 2014)

V současné době je sociální služba domov pro seniory realizována na dvou odděleních o celkové kapacitě 104 lůžek. Nalezneme zde 22 jednolůžkových a 41 dvoulůžkových po-

kojů. Každý pokoj je bezbariérový s vlastním sociálním a dorozumívacím zařízením se signalizací. Také na chodbách jsou koupelny s možností koupele ve vaně nebo sprchování. Dále se zde nachází společenská místnost s knihovnou a televizí, která současně slouží jako jídelna. Ve společné kuchyňce na jednotlivých patrech je k dispozici chladnička, kuchyňská linka, sporák, žehlicí prkno a myčka. Všechna oddělení jsou vybavena požárními sprchovacími křesly a zvedáky. (Výroční zpráva, 2014)

Po představení Domova pro seniory Tovačov, se dostáváme k výzkumným cílům.

5.2 Cíl výzkumu

Ve výzkumu se budeme zabývat subjektivním vnímáním života seniorů v Domově pro seniory Tovačov.

Hlavním výzkumným cílem je tedy zjistit, jak senioři vnímají a hodnotí život v Domově pro seniory Tovačov. V souvislosti s hlavním výzkumným cílem, jsme stanovili dílčí cíle.

Dílčí cíle:

- Zjistit, jaké důvody vedly seniory k odchodu do Domova pro seniory Tovačov.
- Zjistit, jak senioři přijali nové prostředí.
- Zjistit, jak jsou senioři spokojeni s poskytováním sociálních služeb v Domově pro seniory Tovačov.
- Zjistit, zda mají senioři dostatečné informace o dění v Domově pro seniory Tovačov.
- Zjistit, jaké vyhlídky mají senioři do budoucna.

5.3 Výzkumné otázky

Stanovený hlavní výzkumný cíl a dílčí cíle, se staly výchozím bodem k vytvoření jednotlivých výzkumných otázek. S respondenty bude veden rozhovor, který bude obsahovat konkrétní otázky. Na základě toho se pokusíme najít odpověď na již definované cíle výzkumu a následující výzkumné otázky.

Hlavní výzkumná otázka:

Jak senioři vnímají a hodnotí život v Domově pro seniory Tovačov?

Specifické výzkumné otázky:

1. Co vedlo seniory k tomu, že museli odejít do Domova pro seniory Tovačov?
2. Jak se senioři adaptovali na nový domov?
3. Jak senioři tráví svůj volný čas v Domově pro seniory v Tovačově?
4. Jak senioři hodnotí poskytované sociální služby v domově pro seniory Tovačov?
5. Jak jsou senioři informováni o dění v Domově pro seniory Tovačov?
6. Jaké mají senioři plány a přání?

5.4 Druh a metoda výzkumu

Cílem výzkumu je zjistit, jak senioři vnímají a hodnotí život v konkrétním domově pro seniory. Jelikož se jedná o subjektivní názory klientů domova, rozhodli jsme se získat potřebné informace prostřednictvím kvalitativního výzkumu.

Kvalitativně orientovaný výzkum zjišťuje názory a postoje konkrétních osob a umožňuje do hloubky prozkoumat danou problematiku. Zároveň byl upřednostněn osobní kontakt s respondentem, který umožňuje hlubší porozumění zkoumanému jevu.

Jako metoda sběru dat byla zvolena metoda polostrukturovaného rozhovoru, která je nejčastěji používanou metodou sběru dat v kvalitativním výzkumu. Také bylo vytvořeno schéma rozhovoru, které bylo dodržováno. Jen někdy byly některé otázky vynechány, protože odpověď na otázku již byla zmíněna v otázce jiné.

Metodu porostrukturovaného rozhovoru jsme spojili s metodou pozorování, protože spolu úzce souvisí.

5.5 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvoří klienti Domova pro seniory Tovačov, ze kterých bylo metodou záměrného výběru vybráno pět respondentů.

Jako kritérium pro výběr respondentů bylo stanoveno, že klient musí být schopný komunikovat a odpovídat na otázky. Muselo se jednat o klienty užívající sociální službu domov pro seniory ve věkové kategorii 75 až 95 let. Také samozřejmostí a nutností byl souhlas s výzkumem. Jiné požadavky stanoveny nebyly.

Výzkumný soubor byl tedy sestaven účelově z pěti klientů žijících v Domově pro seniory Tovačov. Představuje tři ženy a dva muže. Nejmladšímu respondentovi bylo 77 let, nej-

staršímu 93 let. Žádný z respondentů nebyl zcela upoutaný na lůžko. Délka pobytu v zařízení se pohybovalo od půl roku do osmi let.

Popis demografických údajů respondentů:

R1 – muž, 77 let, 5 let v domově, přiznaný stupeň závislosti II.

R2 – muž, 87 let, 8 let v domově, přiznaný stupeň závislosti I.

R3 – žena, 87 let, 8 let v domově, přiznaný stupeň závislosti I.

R4 – žena, 93 let, 5 let v domově, přiznaný stupeň závislosti IV.

R5 – žena, 88 let, 6 měsíců v domově, přiznaný stupeň závislosti II.

5.6 Realizace výzkumu

Celý výzkum byl realizován v pobytovém zařízení sociálních služeb Domov pro seniory Tovačov. Respondenty tvořilo pět klientů tohoto zařízení. Po dohodě s vedoucí oddělení běžné péče, jsme si napřed udělali malý předvýzkum. Jednotliví klienti byli osloveni a seznámeni s hlavním cílem výzkumu. Také respondentům bylo vysvětleno, že je třeba rozhovor nahrát na záznamové zařízení. Byli také ujištěni, že vše bude anonymní. Poté jim byla položena otázka, zda se budou chtít výzkumu účastnit a poskytnou nám potřebné informace. S pěti klienty jsme se nakonec domluvili na dva termíny rozhovorů, které se uskutečnily 11. a 13. března 2015.

Jak už jsme předem zmínili, pro získání údajů jsme použili hloubkový polostrukturovaný rozhovor. Rozhovory byly realizovány po 14. hodině. Bylo to přání respondentů, jelikož každé dopoledne mívají určitý program. Po obědě si jdou odpočinout. Odpoledne po odpočinku už mívají méně skupinových aktivit.

Rozhovory probíhaly u respondentů na pokoji. Někdo se rozhovořil více, někdo zase méně. Délka rozhovorů se pohybovala mezi 25 – 40 minutami. Respondentům jsme pokládali předem připravené otázky, které jsme uvedli v P I. Dále jsme kladli doplňující otázky, abychom se dověděli co nejvíce informací o jejich životě v domově. Všechny rozhovory proběhly v pohodové atmosféře.

5.7 Transkripce a analýza dat

Další nedílnou částí našeho výzkumu byla dosti časově náročná transkripce dat. Každý rozhovor byl nahrán na záznamové zařízení, z něhož byla data převedena do přesné písem-

né podoby. A to i včetně hovorových výrazů, pomlk a citových projevů. Podrobné prostudování přepsaných rozhovorů nám umožnilo lepší orientaci v odpovědích, kterým jsme díky tomu mohli lépe porozumět.

Získaná data byla dále analyzována metodou otevřené kódování dle autorů Švaříčka a Šedové (2007). Přepsané rozhovory byly rozděleny na jednotlivé části. Ke každé části jsme přidělili určitý kód. Z různých kódů jsme dle podobnosti vytvořili jednotlivé kategorie.

6 INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

V této kapitole nejdříve představíme kategorie, které byly sestaveny na základě podobností, nalezených v přepsaných rozhovorech. Dále uvádíme výsledky výzkumu, které byly rozepsány do jednotlivých kategorií.

Na základě otevřeného kódování jsme tedy z přepsaného textu vytvořili osm kategorií, které nesou názvy:

- **Když musím, tak musím.**
- **Je tady útulno?**
- **Jak nám chutná?**
- **Cítíme se jako v bavlnci.**
- **Jaké je to mezi námi?**
- **Tady nudu nepoznáte.**
- **Máme přehled, co se děje.**
- **A co bude dál.**

Při sestavování kategorií jsme vycházeli z přesvědčení, že každý svůj život vnímá subjektivně a to zejména na základě toho, jak jsou uspokojovány jeho potřeby v různých oblastech.

Vyhodnocení jednotlivých kategorií představíme v následujících podkapitolách.

6.1 Když musím, tak musím

V první kategorii se zabýváme důvody odchodu respondentů do Domova pro seniory Tovačov. Z rozhovorů je patrné, proč si vybrali Domov pro seniory Tovačov a kdo domov seniorům vybral. Dále tato kategorie vypovídá o tom, jak senioři přijali nové prostředí po příchodu do domova.

Důvody odchodu

Z výpovědí je zřejmé, že respondenti neměli na výběr. Všichni respondenti museli do domova odejít z důvodu postupné ztráty soběstačnosti a zhoršujícího se zdravotního stavu. Dále také z pocitu samoty a nemožnosti rodiny se o seniory postarat. (R1): „*Protože jsem byl sám, zlomil jsem si tak blbě nohu ... a rodina viděla, že sám nemůžu tak byt.*“ (R4): „*Protože už jsem hodně stará ... sem byla hodně nemocná, měla sem párkrát mozkovou příhodu ... dcera bydlí, tam se jde třeba do záchoda po schodech ... nepostavím se na nohy*

...“ Zde se shodujeme s Vágnerovou (2007, s. 417), která uvádí, že v období pozdního staří dochází k úbytku fyzických i psychických sil a zhoršuje se zdraví. Staří lidé dožívají sami, protože přicházejí o své partnery. To z nich dělá osamělé a nesoběstačné jedince, závislé na cizí pomoci. V těchto případech jsou nuceni žít v domovech pro seniory.

Výběr místa

Z výpovědí respondentů, které jsme obdrželi, můžeme dále vyvodit důvody, z jakých si zvolili budoucí život právě v Domově pro seniory Tovačov. Můžeme říci, že u některých respondentů šlo o osobní pouto k místu (R1): „*Tak protože su z Tovačova.* (R3): „*... su z vedlejší vesnice, z Lobodic a mi sme sem jezdili do školy, k lékařovi, nakupovat. Všecko sem ten Tovačov znala ...*“ (R2): „*... mojim koníčkem bylo sportovní rybaření a Tovačov má obrovsky množství vod ... sem chtěl jet do Tovačova.*“ Druhým respondentům zase vybrala místo rodina nebo jiná osoba. (R4): „*... dcera, že se ji tam líbí ... ten Tovačov ... ale kdo to všecko zařizoval, zařizovala to dcera se synem. Já ne.*“ R5 vybrala Domov pro seniory Tovačov její lékařka, protože se její zdravotní stav zhoršoval a R5 žila doma s přítelem, který se o ni také nemohl postarat.

Adaptace

S přibývajícím věkem se adaptační schopnosti snižují. Proto by mělo být pro seniory nejvýhodnější, pokud je odchod do domova dobrovolný a z jejich iniciativy. Odchod z vlastního domova, na který byli jedinci zvyklí, je jedním z nejdůležitějších mezníků v jejich životě. Jedinec se většinou ocitá v neznámém prostředí obklopený cizími lidmi. Záleží pak na osobnosti každého jedince, jak se s takovou životní změnou vyrovná.

Jak jsme dále zjistili, někteří respondenti se rychle adaptovali. Zároveň ale dodávají, že přechod do instituce pro ně byla změna. (R1): „*No to víte, že je to, je to taková změna, no. Ale já zas su taká povaha, že až nad tím tak nelamentuju no. Že by mě to nějak deprimovalo nebo užíralo ...*“ Jak dodává (R4), adaptace byla rychlá i díky příjemnému personálu a rodině. (R4): „*No, rychle jsem si zvykla. Byly tady opravdu sestřičky hodny... děcka se snažily, jak to šlo...*“ Od R3 se dozvídáme, že v domově znala veškerý personál předem díky své dceři, která tam byla zaměstnána. Její adaptace byla bezproblémová.

Oproti tomu z výpovědí R5 můžeme usuzovat, že si na odchod ze svého domova zvyká těžko. Do domova jak sama říká, odešla dobrovolně na doporučení lékařky, avšak si jej sama nevybrala. Vybrala jí ho lékařka. Ona sama by žila raději v Přerově. (R5): „*No smutno. To víte, že smutno. Člověk osobně je, že se někde musí dostat pryč je smutno ...*“ Je

nutné ale dodat, že (R5) je v domově nejkratší dobu. Navíc na základě rozhovoru můžeme usoudit, že ještě není plně smířená s opuštěním svého domova. (R5): „*No je člověku častější smutno, to víte. Poručit si nemůžete... smutno je mě občas ...*“

Na základě zjištění můžeme tedy říci, že všichni respondenti kromě R5 jsou s životem v novém domově smířeni a přijali nový způsob života. Jak uvádí Vágnerová (2007, s. 423) ve fázi adaptace a přijetí nového životního stylu dochází ke smíření člověka s novým domovem a způsobem života. Dokonce je z výpovědi patrné, že nynější domov považují za skutečný.

Jen z výpovědi R5 je patrné že se s novou institucí zcela neidentifikovala a nepovažuje ji za svůj skutečný domov. Usuzujeme, že je tomu tak z důvodu krátké doby pobytu R5 v zařízení. Také by raději byla ve svém rodném městě v Přerově. Nebo může jít o případ, kdy se starý člověk s novou institucí zcela neidentifikuje a nepovažuje ji za svůj skutečný domov, jak uvádí Vágnerová (2007, s. 423).

6.2 Je tady útulno?

Druhá kategorie obsahuje poznatky, jak jsou respondenti spokojeni se svým ubytováním. Z jejich výpovědí vyplývá, že bydlení v Domově pro seniory Tovačov hodnotí vskutku až překvapivě pozitivně.

Z výzkumu jsme dále zjistili, že pro respondenty je důležité, aby žili v čistém prostředí. Toto tvrzení jsme vyvodili z důvodu, že se respondenti v souvislosti s ubytováním vyjadřovali převážně o úklidu. (R5): „*Ubytování, ale jo. Sme v čistotě vidíte, že sme v čistotě.*“ (R3): „*... s ubytováním mám svůj pokojíček, ráno přijde uklízečka, když odendů na snídani, tak mi pouklízí, sestřičky mě každý tři týdny převlíkají no a vyprat si dávám do prádelny, donese se mě vyprany, vyžehleny prádlo, takže já su spokojená.*“

Přesto se našel jeden respondent, který hodnotí ubytování jako nevyhovující. (R2): „*S ubytováním nejsu spokojené, to Vám říkám. Malé okno, málo světla. Nic mi tady neroste. Ono je to okýnko na sever. Nechápu, kdo to tady vymyslel.*“ Je pravda, že i nám osobně se tento pokoj nejevil jako vyhovující. Byl v podkroví, kde bylo jedno trojúhelníkové okénko a v celém pokoji bylo málo světla. Z pěti pokojů, které jsme navštívili, se jevil jako nejtemnější. Respondenta jsme se tedy zeptali, zda si zkusil požádat o přestěhování. Jeho odpověď zněla, že už se stěhovat nechce. Můžeme tedy říci, že už je s pokojem smířený a přizpůsobil se bytovým podmínkám.

Závěrem v této kategorii bychom chtěli dodat, že jako přednosti v ubytování respondenti vyzdvihovali čisté prostředí, sociální zařízení v blízkosti lůžka a bezbariérové prostředí.

6.3 Jak nám chutná?

Dále je z našeho výzkumu patrné, jak jsou respondenti spokojeni se stravováním. Respondenti R1, R3, R4 a R5 jsou se stravou spokojeni. Jak uvádějí je chutná, je jí dost a každý si vybere. (R1): *No jídla je tu dost' a poměrně se to mění ... a dobrý jídlo je. Odpoledna máme nějakou tu svačinku, ... jednou je jogurt, ... jednou je ovoce, v sobotu pravidelně je zákusek. No tož tak. Ty polívky teple ... opravdu nemožu na to říct nic.*“

Opačný názor na stravu měl (R2): *„No tak se stravou je to takovy všelijaky. Někdy je to takovy dost špatny a někdy je to dost, dá se to. Brambory nejsou slany, ty nesolí vůbec, ... ale sůl je základ toho aby to bylo trochu chutny.“* Jak ale dále (R2) přiznává, má možnost si jídlo dochutit dle svého přání. (R2): *„Já mám zase v jídelně, protože sedíme sami dva u stola, tak já tam mám všechno možný. Tam mám solničku, pepř, míchanou kořenovou zeleninu pomletou, takže si to příchutím jak potřebuju.“*

Pocit nasycení je jednou ze základních fyziologických potřeb člověka. To do jaké míry je tato potřeba uspokojena může mít vliv na celkový pohled na život v domově. Závěrem této kategorie si dovoluujeme říci, že všichni respondenti mají tuto potřebu uspokojenou. I respondent R2. I když se mu zdá strava bez chuti, tak je mu umožněno si ji dochutit podle vlastního přání.

6.4 Cítíme se jako v bavlne

Z realizovaných rozhovorů jsme dále zjistili, jak respondenti vnímají ošetrovatelskou a běžnou péči o jejich osobu.

Běžná péče o vlastní osobu

Ne všichni respondenti potřebují pomoc se zvládnutím běžných úkonů péče o vlastní osobu. Jak tvrdí R2 a R3 tuto péči nevyužívají. (R2): *„O moji osobu se nikdo nestará. Já sám no“.* (R3): *„Já si všechno dělám sama. Já ještě nepotřebuju nic.“*

Naproti tomu R4 je na péči druhých zcela odkázána. (R4): *„No sestřičky mě přebalujou jak mimino, ... když nás koupou, tak nás celé osprchujou ... protože když nemůžu chodit, tak nemůžu jít na záchod, že, no a tak dostanu ty plínky a na velkou když tak to přinesou to křeslo ..., tak mě ho přivezou sem ...“*

R1 a R5 využívají běžnou péči o vlastní osobu zejména při koupání.

Personál také dopomáhá klientům udržovat kontakt se společenským prostředím. Jak uvádí Malíková (2011, s. 120), zaměstnanci se musejí starat o klienty tak, aby je jejich imobilita neomezovala a nevedla k sociální izolaci. Pracovníci proto musejí pomáhat klientům v docházení za ostatními klienty do společenských prostor. Klientovi musejí pomoci i s přípravou, například s oblékáním. Že se tak děje i v případě R4, dokládá její výpověď. (R4): „... mě přinoudí včera taky mě přišly pooblíkat do bílé halenky a do aa abych tam byla svátečnějš. To já se můžu na sestřičky spolehnout ...“

Ošetrovatelská péče

Ošetrovatelskou péči využívají všichni. Zdravotní problémy trápí každého z respondentů. Z rozhovoru s nimi vyplývá, že jsou s touto péčí velice spokojeni. (R2): „... *kompletně mě ošetřila všechno, za mnou chodila a ošetřovala mě to, takže to de, to se starají sestřičky.*“

Tato kategorie tedy poukazuje na spokojenost našich respondentů s ošetrovatelskou péčí a běžnou péčí. Všichni oslovení vyjádřili svoji spokojenost kupodivu bez výhrad. Někteří oslovení respondenti nedělají rozdíl mezi běžnou péčí a ošetrovatelskou péčí. Personál označují jako sestřičky. Dva respondenti zdůraznili, že běžnou péči nevyužívají vůbec a jsou zcela soběstační.

Ze získaných tvrzení se domníváme, že je našim respondentům poskytována kvalitní ošetrovatelská i běžná péče. Prostřednictvím této péče jsou uspokojeny jejich požadavky a přání.

6.5 Jaké je to mezi námi?

Z výzkumu je také patrné jaké mají respondenti osobní vztahy s personálem, s ostatními uživateli a s rodinou.

Vztahy s personálem

Všichni respondenti se o vztazích s personálem vyjadřují velice pozitivně. (R1): „... *at' už je tu personál, chová se slušně nebo když člověk chce ... at' už je to sestřičky, kerý sociální pracovnice nebo zdravotní sestřičky nebo eee prostě paní vedoucí oddělení nebo je tu aktivační, ono je tu toho personálu, ... tak se snažím prostě vycházet a oni se ke mě chovají slušně. To musím říct...*“ Naši respondenti vypovídali o personálu jednoznačně kladně. (R5): „*Nikdo by si nemohl stěžovat. Ani na chování. Chovají se pěkně*“. Personál respon-

dentům vychází vstříc i v jejich požadavcích. (R4): ... „*když je problém, tak sestřičky vyhovijou prostě se všeckym ... až by se žádalo, o co chtělo, tak vždycky vyhovijou...*“

Z výpovědi R1 je patrné, že se u něj zaměstnanci snaží i o udržení co nejvyšší míry autonomie. (R1): „*Jedno sme loupali česnek pro kuchyň. Tak a to je tam až dole, tam je na to vyhrazena taková místnost, tak to musím jít na vozéku. Tak napřed mě vozili. Ale už člověk kolikrát otravuje moc, ... tak už sem se naučil jezdit sám.*“

Z odpovědí respondentů jsme vyhodnotili, že se pracovníci zajímají o jejich potřeby, přání, trápení a snaží se jim vycházet vstříc.

Vztahy mezi uživateli

Klienti hodnotí své soužití s ostatními klienty pod jednou střechou velmi pozitivně. R3 vzájemné vztahy dokonce nazývá jako rodinné. (R3): „*Sme tak celkem skamarádění, ... odpoledne třeba jak dneska je tak se sendem, třeba si zahrajem člověče nezlob se ... prostě mě to připadá, že žijete jak když tady v rodině. Že sme tu taková velká rodina. Všecko o sobě víme, děcka svoje známe, jejich známe ... nehádáme se, nebijem se...*“

Vztahy s rodinnou

Všichni naši respondenti jsou se svojí rodinou v kontaktu. (R4): „*No rodina mě navštěvuje. Třeba teď, sem měla narozeniny, tak sem tady jich měla hodně...vlastní dcera ta bydlí až ve Velkém Meziříčí, ale jezdí každý no když né dřív tak za měsíc určitě vždycky, a Boža ze Šumperka, ta je ... nevlastní ... taky tak jezdí ... tak nemžu si naříkat, jako. A syn je v Kokorách, tak ten se tu sem tam zastaví nachviličku, jak někam jede...*“

Respondent (R5) napřed říká, že rodinu nemá. Pořád mluví jen o příteli, se kterým by nejraději strávila zbytek života. Kvůli zdravotnímu stavu to ale není možné. Nakonec jsme přece jen zjistili, že má syna v zahraničí. (R5): „*Syn je v Kanadě a teď sem s ním mluvila. Tady jeden pán má přístroj, kde já s tym synem můžu mluvit, aji ho vidím, aji on mě ... že s ním jednou za týden každou sobotu mluvím.*“

Závěrem můžeme označit mezilidské vztahy respondentů jako kladné a přívětivé. Pokud má někdo s někým nějaký problém, tak člověka nevyhledává. Jestliže klienti nechtějí být rušeni, tak spolubydlící toto přání respektuje. Na straně druhé, když má respondent potřebu, tak si má s kým popovídat.

Zde se nám také ukázalo, jak je sociální kontakt pro seniory důležitý. Během rozhovoru jsme měli možnost respondenty i pozorovat. Když se začali bavit o návštěvách rodiny tak

z jejich hlasu, výrazu a odpovědí můžeme usoudit, že rodina v jejich životech hraje významnou roli. To nám dokládá i tvrzení Vágnerové (2007, s. 413), která uvádí, že potřeba kontaktu a sociální vazby je pro seniory velmi důležitá. Dále dodává, že senioři bývají velmi závislí na vztazích s rodinou.

6.6 Tady nudu nepoznáte

Zde se dovídáme o volnočasových aktivitách respondentů. Volnočasové aktivity budeme dále interpretovat jako řízené a neřízené volnočasové aktivity.

Řízené volnočasové aktivity

Tyto aktivity jsou realizovány ve skupinách. Naši respondenti říkají, že se aktivit účastní. Dále uvádějí, že jejich nabídka a pestrost je vyhovující. (R1): „... a furt se něco děje. Včera to bylo ... o patro níž, to se tam tož všelijací ti chramozdi, sme se tam zešli, se tam zpívalo ... jedna hrála na piáno a takový lidovky nó, tak a tak nás tam bavili. A furt je něco. Zíttra má byt tancovačka ... no a já mám jít ráno na to cvičení ... každé pátek ta paní co dělá to aktivitu, tak chodíme na kino ... no a to je pořád něco. Jednou to, jednou to ...“

Klienti se prostřednictvím skupinových aktivit dostanou také do kontaktu i s ostatními seniory v domově. (R3): „Šipky hrajem, pétanque hrajem a pořád něco. Souboj s paměti máme, včil hrajem Bingo ... Takže pořád sme všeci dohromady, vykládáme si, povídáme si ... nepocitujete tu žádnou samotu. Vůbec ...“ Jak dále dodává, díky různým soutěžím jsou v sociálním kontaktu i se seniory mimo jejich ubytovací zařízení. (R3): „Aji jezdíme na soutěže. Vidíte, co tam mám medailí ... to sme vyhráli všelijakých soutěží, olympiády jezdíme do těch domovů ...“

Jak ale R5 přiznává, aktivit se účastní jen občas. Zhoršuje se jí zrak, proto tráví více času na pokoji, kde si pouští televizi nebo si vykládá se spolubydlicí.

Neřízené volnočasové aktivity

Těmito aktivitami myslíme činnosti, kterými klienti vyplňují svůj volný čas. Tyto činnosti nejsou organizovány žádným pracovníkem.

Zjistili jsme, že naši respondenti ve svém volnu nejčastěji relaxují odpoledním spánkem, četbou, luštěním křížovek a sledováním televize. Na základě rozhovorů můžeme také říci, že R2 a R5 jsou podporováni i v oblasti svých zájmů. (R2): „Já su takovej pěstitel. Protože pocházím ze zemědělské rodiny, tak tady je skleníček, tak sem si ho vzal na starost

a pěstoval sem tam okurky, papriky, rajčata ...“ Také R5 uvádí, že má možnost si zahrát na klavír, na který byla zvyklá z domova.

V neposlední řadě bychom chtěli zmínit možnost klientů navštěvovat kapličku, díky které mohou uspokojovat své spirituální potřeby. Tuto nabídku využívají čtyři respondenti a jsou rádi, že mohou praktikovat svoji víru.

Z výpovědí klientů můžeme tedy soudit, že s aktivitami ve volném čase jsou respondenti spokojeni. Prostřednictvím aktivit si mají možnost naplňovat potřebu sociálního kontaktu, potřebu seberealizace, spirituální potřeby a je jim umožněno žít důstojným životem.

Zde bychom se také mohli odkázat na Holczerovou a Dvořáčkovou (2013, s. 16), které uvádějí, že díky aktivitám dochází u seniorů k smysluplnému trávení volného času, k rozvíjení pohybových aktivit a udržování kondice.

6.7 Máme přehled, co se děje

Všichni senioři se cítí být dostatečně informováni o aktuálním dění v domově. Jednou za čtvrt roku mají informační schůzku přímo s paní ředitelkou, která jim představí výhledový plán na dané období. Dalším zdrojem poskytovaných informací jsou nástěnky na chodbách. Dále si informace šíří mezi sebou sami. (R2): *„Na chodbě je taková tabule a tam se normálně přišpendlí zprávy. A jinak ještě potom při jídle se to mezi nama roznáší co jako.“* Respondentům, kteří jsou imobilní a po chodbách se tak často nepohybují, potřebné informace sdělí sestřičky nebo spolubydlící. Dále pak z výpovědí vyplývá, že jim způsob sdělování informací plně vyhovuje.

Zde můžeme tedy říci, že respondenti mají uspokojenou i potřebu informovanosti. Jak uvádí Piachud a Thareauová, (1998, s. 39) je důležité mít informace o místě, ve kterém člověk žije a vědět, co se tam děje. Bez informací by se člověk cítil odtržen od světa.

6.8 A co bude dál

Jak jsme zjistili, budoucnost mnozí senioři nevidí nijak pozitivně. Tento negativní postoj můžeme přisuzovat jejich pokročilému věku a špatnému zdravotnímu stavu. Senioři jsou si plně vědomi, že se nacházejí v poslední fázi svého života. Každý z respondentů se během rozhovoru buď přímo, nebo náznakem dotkl smrti. Dle Vágnerové (2007, s. 431) tyto lidé už nemají potřebu smrt popírat. Smrt se stává jejich běžným tématem rozhovorů. Tím, že o smrti mluví, se s ní také vyrovnávají.

Naši respondenti se nejvíce do budoucna obávají zhoršování svého zdravotního stavu. Největší strach mají z toho, že se jejich zdravotní stav zhorší natolik, že budou zcela imobilní a stanou se zcela závislí na péči druhé osoby. (R1): „*Chtěl bych, abych ... sou tu lidi prostě různě postiženi jak kdo. No já taky šmatlu ale jinak já myslím že ještě nejsou na tym tak zle. Teda chodim bídně ... a dyž člověk vidí někery ty tož máte no takový no je to takový ... když tak člověk dopadne, to možu dopadnout aji já, tak to mě trošku tak někdy mě to bleskne v hlavě no.*“ Z výpovědi R1 můžeme dále pozorovat, že se ztráty autonomie opravdu obává. Když o ní mluví, sklopí oči a povzdechne si.

R4, která je už téměř imobilní, si přeje, aby se její zdravotní stav zlepšil. Zároveň si ale uvědomuje, že už to není možné. (R4): „*Co bych si přála, abych chodila, ale to, tady mě s tím nikdo nepomůže. Nejde to, nejde to.*“

V závěru kapitoly můžeme tedy dodat, že senioři si už žádnou budoucnost neplánují. Nejvíce se bojí ztráty autonomie a bezmocnosti.

7 SHRNUÍ EMPIRICKÉ ČÁSTI

Hlavním cílem naší bakalářské práce bylo zjistit, jak senioři vnímají a hodnotí život v Domově pro seniory Tovačov.

Jako metodu získávání dat jsme použili metodu polostrukturovaného rozhovoru, která nám umožnila osobní kontakt s respondenty. Tato metoda nám přišla i vhodnější z důvodu cílové skupiny. Myslíme si, že metoda byla vybrána správně. Při rozhovorech jsme mohli jednotlivé respondenty sledovat. Celková atmosféra během rozhovorů byla velmi příjemná.

Dále jsme se v empirické části pokusili přiblížit a objasnit výpovědi respondentů na otázky týkající se jejich subjektivního vnímání a hodnocení života v Domově pro seniory Tovačov. U některých respondentů bylo těžší získat odpovědi na námi položené otázky. Zejména R4 se pořád vracela ve svých výpovědích hluboko do minulosti.

V analýze jsme vycházeli především z výpovědí respondentů. Předem bychom chtěli zdůraznit, že zjištění, která vyplynula z našeho výzkumu, nelze zobecňovat pro celou populaci. Týkají se tedy jen našich respondentů.

Na výzkumné otázky se nám podařilo získat informace, které bychom mohli shrnout následovně:

Hlavním důvodem odchodu do Domova pro seniory Tovačov byl zhoršující se zdravotní stav respondentů, pocit samoty a neschopnost rodiny zajistit seniorům dostatečnou profesionální péči. Tyto důvody bývají také obecně nejčastější příčinou, proč jsou senioři nuceni opustit svůj domov a nastává zde nutnost umístění do instituce.

Všichni naši respondenti uvádějí dobrovolný odchod do Domova pro seniory Tovačov i přesto, že si někteří Domov pro seniory Tovačov nevybírali sami. Co se týče toho, jak senioři přijali nové prostředí, tak s překvapením musíme říci, že se adaptovali bez větších problémů. I když to pro ně byla změna, tak si díky příjemnému personálu a rodině na nový domov rychle zvykli a přijali svoji novou sociální roli. Musíme zde ovšem podotknout, že R5 se ještě s opuštěním svého domova plně nevyrovnala.

V hodnocení stravy a ubytování všichni, až na R2 nešetří chválou. Strava je chutná a pestrá. Ubytování je vyhovující, bezbariérové a klienti žijí v čistotě. Bohužel R2 poukázal na ubytování jako na nevyhovující, ale do jiného pokoje se stěhovat nechce. Stravu také hodnotí jako bez chuti, ale má možnost si ji upravit dle svých představ. Zde můžeme tedy říci, že důležité životní potřeby seniorů jsou uspokojeny.

Dále z našeho výzkumu vyplynulo, že personál se k seniorům chová s úctou a důstojností. Všichni jednoznačně tvrdí, že je příjemný a seniorům vyhoví ve všech požadavcích. Mohou se na něj bezpodmínečně spolehnout. Personál se tedy k respondentům chová profesionálně a pomáhá jim udržovat kontakt se společenským prostředím. Vztahy mezi sebou hodnotí také jako bezproblémové a kamarádké. Všichni dotázaní jsou také v kontaktu se svojí rodinou, se kterou udržují vřelé vztahy.

Senioři mají možnost se i nadále v Domově pro seniory věnovat svým koníčkům. Dále je zde možnost využívat velkého množství pestrých volnočasových aktivit, čehož si nadmíru cení. Když se něco v domově koná, tak jsou předem a v čas o všem informováni. Způsob, jak jsou respondentům sdělovány informace, jim vyhovuje. Obzvláště vyzdvihují, že některé informace se dovídají i prostřednictvím paní ředitelky Domova pro seniory Tovačov.

Do budoucna si senioři nic neplánují, jsou skeptičtí. Spíše si přejí, aby jejich zdravotní stav zůstal alespoň takový, jaký je a uchovali si dosavadní autonomii.

Domníváme se, že se nám podařilo získat všechny odpovědi, které jsme potřebovali pro zodpovězení naší hlavní výzkumné otázky.

ZÁVĚR

Naše bakalářská práce je zaměřena na oblast života seniorů. Zejména jsme se soustředili na seniory žijící v pobytových zařízeních sociálních služeb a to v domovech pro seniory. Nejdříve jsme v teoretické části vymezili základní pojmy jako stáří a stárnutí, tělesné, sociální a psychické změny ve stáří. Dále jsme se zabývali potřebami seniorů, protože uspokojování potřeb seniorů souvisí s pozitivním či negativním pohledem na jejich život. V následující kapitole jsme charakterizovali sociální služby v České republice. V rámci této kapitoly byly popsány domovy pro seniory dle zákona č. 108/2006 Sb. ve znění pozdějších předpisů. Nedílnou součástí byla také problematika adaptace seniorů na nový domov. Poslední kapitolu jsme věnovali aktivizaci seniorů a aktivizačním metodám.

Daným tématem jsme se zabývali, protože se domníváme, že je velice aktuální. Chtěli jsme přiblížit život seniorů v institucionální péči. Dále jsme se chtěli sami přesvědčit, jak konkrétní senioři subjektivně vnímají a hodnotí život v instituci.

Hlavním cílem empirické části, která navazuje na teoretické poznatky, bylo pokusit se zjistit, jak senioři vnímají a hodnotí život v Domově pro seniory Tovačov. Ve výzkumu bylo zjištěno, že jsou senioři v dané organizaci spokojeni a nic by neměnili. Život v organizaci hodnotí velice pozitivně. Všichni respondenti až na R5 se cítí v organizaci jako doma a nic jim nechybí. Péči o osobu z jejich pohledu zajišťuje příjemný, milý a starostlivý personál, na něhož se mohou spolehnout v každé situaci. Stravu také označují jako chutnou a pestrou. Pokoje až na R2 respondentům vyhovují. O zábavu mají postaráno v rámci volnočasových aktivit, kterých se všichni respondenti účastní. Někdo více, někdo méně, ale je na každém do jaké míry těchto aktivit využije. Duchovní potřeby jsou jim zajišťovány prostřednictvím pana faráře, který v místní kapliče slouží bohoslužby.

Podle výpovědí respondentů jsme měli možnost poznat jak důležité je pro ně zdraví, osobní vztahy a možnost, že se mají na koho obrátit, když je to potřeba. Naši respondenti jsou s životem spokojeni v takové míře, že v podstatě nic nenavrhli ke zlepšení. Tímto jsme byli mile překvapeni.

V rámci výzkumu naší bakalářské práce jsme tedy získali spoustu informací a tvrzení, které považujeme za přínosné pro nás i pro širokou veřejnost. Zejména pro budoucí uchazeče o pobytovou sociální službu v Domově pro seniory Tovačov. Dále výsledek výzkumu může sloužit vedení Domova pro seniory Tovačov jako zpětná vazba.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] BICKOVÁ, Lucie. *Individuální plánování a role klíčového pracovníka v sociálních službách*. 1. vyd. Tábor: Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky, 2011, 272 s. ISBN 978-80-904668-1-4.
- [2] ČÁMSKÝ, Pavel, Jan SEMBDNER a Dagmar KRUTILOVÁ. *Sociální služby v ČR v teorii a praxi*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2011, 263 s. ISBN 978-802-6200-277.
- [3] DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012, 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.
- [4] GRUBEROVÁ, Božena. *Gerontologie*. 1. vyd. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Zdravotně sociální fakulta, 1998, 86 s. ISBN 80-7040-286-5.
- [5] HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 311 s. ISBN 8071788031.
- [6] HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 2. vyd. podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.
- [7] HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013, 96 s., iv s. obr. příl. ISBN 978-80-247-4697-5.
- [8] HROZENSKÁ, Martina a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2013, 191 s. ISBN 978-80-247-4139-0.
- [9] KALVACH, Zdeněk. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 861 s. ISBN 8024705486.
- [10] KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, 202 s. ISBN 978-80-247-2169-9.
- [11] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011, 141 s. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3604-4.
- [12] MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011, 328 s. ISBN 9788024731483.
- [13] MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Vyd. 2., přeprac. Praha: Portál, 2008, 271 s. ISBN 978-80-7367-368-0.

- [14] MATOUŠEK, Oldřich. *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. Vyd 1. Praha: Portál, 2007, 183 s. ISBN 9788073673109.
- [15] MATOUŠEK, Oldřich, Pavla KODYMOVÁ a Jana KOLÁČKOVÁ. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005, 351 s. ISBN 80-7367-002-x.
- [16] MLÝNKOVÁ, Jana. *Péče o staré občany: učebnice pro obor sociální činnost*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011, 192 s. ISBN 978-80-247-3872-7.
- [17] PACOVSKÝ, Vladimír a Helena HEŘMANOVÁ. *Gerontologie*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1981, 304 s. ISBN 08-044-81.
- [18] PICHAUD, Clément a Isabelle THAREAU. *Soužití se staršími lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. Vyd. 1. Překlad Abigail Kozlíková. Praha: Portál, 1998, 156 s. ISBN 80-717-8184-3.
- [19] RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*. Vyd. 1. V Brně: Georgetown, 1995, 192 p. ISBN 80-901-6042-5.
- [20] ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem. 2.*, přepracované vydání, v Portálu 1. Praha: Portál, 2004, 392 s. ISBN 8071788295.
- [21] SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012, 225 s. Sociologie (Grada). ISBN 9788024738505.
- [22] ŠTILEC, Miroslav. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 135 s. ISBN 80-7178-920-8.
- [23] ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 377 s. ISBN 978-80-7367-313-0.
- [24] VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007, 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

Elektronické zdroje

- [1] KONCEPT SMYSLOVÉ AKTIVIZACE. *Smyslová aktivizace* [online]. © 2015 [cit. 2015-02-28]. Dostupné z: <http://smyslovaaktivizace.cz/index.php/o-konceptu/93-koncept-smyslove-aktivizace>.
- [2] MPSV: *Sociální práce a služby* [online]. ©2015 [cit. 2015-02-03]. Dostupné z: www.mpsv.cz/cs/18661.
- [3] STÁRNOUT JE NORMÁLNÍ. *Stárnutí populace jako skutečnost, nikoli hrozba* [online]. ©2010 [cit. 2015-08-05]. Dostupné z: [http://www.starnout-je-normalni.cz/\(http://www.starnout-je-normalni.cz/index.php/geriatrie-a-gerontologie/31-obecne/48-starnuti-populace-jako-skutenost-nikoli-hrozba](http://www.starnout-je-normalni.cz/(http://www.starnout-je-normalni.cz/index.php/geriatrie-a-gerontologie/31-obecne/48-starnuti-populace-jako-skutenost-nikoli-hrozba).

Ostatní zdroje:

- [1] Výroční zpráva, Domov pro seniory Tovačov, 2014.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Č. číslo

Např. například

Sb. sbírka zákonů

Tj. to je

(R1) Respondent číslo 1.

(R2) Respondent číslo 2.

(R3) Respondent číslo 3.

(R4) Respondent číslo 4.

(R5) Respondent číslo 5.

SEZNAM PŘÍLOH

PŘÍLOHA P I: Otázky pokládané respondentům

PŘÍLOHA P II: Rozhovor č. 1

PŘÍLOHA P III: Rozhovor č. 4

PŘÍLOHA P I: OTÁZKY POKLÁDANÉ RESPONDENTŮM

1. Z jakého důvodu jste, musel(a) odejít, do domova?
2. Proč jste si vybral(a), zrovna domov v Tovačově?
3. Vzpomínáte si, jaké pro Vás byly první dny v domově?
4. Jak se Vám tady líbí?
5. Jaký je Váš každodenní život v domově?
6. Jak jste spokojena s kvalitou poskytovaných služeb?
7. Kdo Vás v domově navštěvuje?
8. Jak trávíte volný čas?
9. Jak se zapojujete do dění v domově?
10. Jakých volnočasových aktivit se účastníte?
11. Jak jste spokojena s personálem?
12. Jak se dozvídáte o tom, co se v domově děje?
13. Jak Vám vyhovuje tento způsob sdělování informací?
14. Co byste chtěla ještě všechno zažít?
15. Je něco, co byste chtěla doplnit?

PŘÍLOHA P II: ROZHOVOR Č. 1

Respondent č. 1, ročník 1938, 5 let v domově

Na začátku našeho rozhovoru bych Vám teda chtěla říct, že získané informace budou použity jenom pro potřeby mé bakalářské práce a chtěla bych Vás požádat o ten souhlas s tím nahráváním. Souhlasíte? Jooo. Tak děkuji.

Takže já bych se Vás teda chtěla zeptat, z jakého důvodu jste musel odejít sem do domova?

Do domova? Ano. Protože jsem byl sám, zlomil jsem si tak blbě nohu, byl jsem tři měsíce v nemocnici s tym no a rodina viděla, že sám nemůžu tak byt, tak mi to vyřídila tady, no. Hhm. A tak od té takovym stylem jsem se sem dostal. Hhm.

A proč jste šel zrovna do Tovačova?

Tak protože su z Tovačova z Tovačova no a my jsme se o tym až tak 14 dni nebavili. To bylo takovy dost na rychlo, tak oni se sem šli zeptat, jestli by mě sem vzali nebo šlo by to, no tak jsem se octl tady no. Doma to nešlo. Hhm.

Tak jste rád, že jste v Tovačově, né?

Su Tovačovčák, no tak mě to tak ... ano jsem nad tím ani nepřemýšlel, že bych mohl být někde jinde no tak hhm tak nějak hhm. Když bylo jasné, že někam musim, tak hned to znamenalo sem. Jinde by mě to ani nenapadlo.

A vzpomínáte si, jaké byly první dny, když jste sem přišel?

No, to víte, že je to je to taková změna, no, ale já zas su taká povaha, že až nad tím tak nelamentuju no. Že by mě to nějak deprimovalo nebo užíralo tak to ne, na to já zas nejsu nějakej. Já to беру ... jak to de, jak to je lehkovážnějš no nebo tak nějak. Ano, ano.

Dobře děkuji Vám. A kdyby, jste měl shrnout teda život tady, jak se Vám tady líbí?

*No, paní podle mě to tu není špatný. Je to podle já si myslím, že je to dobry, protože ať už je tu personál, chová se slušně, nebo když člověk chce ať teda mimo nějakýho extrémního kecání nebo že by se chtěl nějak zavděčit eee. Ať už je to sestřičky, kerý sociální pracovnice nebo zdravotní sestřičky nebo eee prostě paní vedoucí oddělení nebo je tu aktivizační. Ono je tu toho personálu, ... tak já teda nedělám žádný naschvále nebo abych furt kecal jestli mě koupou od hlavy nebo od noh nebo tak na to já zas nésu, tak se snažím prostě vycházet a oni se mě chovají slušně. To musim říct. **hhm dobře.***

A co děláte každý den? ... Jak ráno vstanete ...

Dal jsem se na noviny. Ted'ka sou tu všelijaký, furt se něco děje. Je tu, může chodit člověk na cvičení, tod' byly tu nevím kerej den to bych Vám zelhal, byli tu ňáci škol študenti hhm, tak vymyslely, takovou hru Milionář, tož se nás na ledasco ptali no a když někdo řekl, že je to řekl, když to bylo správně tak nás ohodnocovali a takový zábavy. No chodí se na cvičení, zítra mám být na terapii tady, tam dole je taková velká tělocvična no a ...

Takže chodíte tady na ty aktivity, využíváte ...

*No a furt se něco děje. Včera to bylo včera tady o patro niž, to se tam tož všelijací ti chramozdi sme se tam zešli, se tam zpívalo, taky tam byli z olomócké, říkali že dělají sociální školu nebo co. Jeden hrál na piáno, byly tam dvě slečny a jeden mladík, hhm tak ten tak kolem toho mluvil a zpívali, no a jedna hrála na kytaru, jedna hrála na piáno a takový lidovky nó, tak a tak nás tam bavili. A furt je něco. Zítra má byt tancovačka tam, tam je taková to je velká jídelna, jesi to tu znáte trochu ano, ano. Já sem taky nevěděl napřed o co de. Tam mysim vleze celej domov. Tam sou ňák,y když ředitelka ňákou schůzu prostě chce něco víc říct lid'om, tak tam se to odehrává, protože hhm tam (odkašláni). Zítra tam má být jakási tancovačka. No nevím, jak to bude vypadat', všeci chodijou s berlama, to bude zajímavý (smích). No a já mám jít ráno na to na to cvičení tam. Každé pátek ta paní co dělá to aktivitu, tak chodíme na kino, tam je no v prvním patře je tam prostě na to takový trošku zařízení, je tam no jak se pouští kino hhm plátno na tu plachtu no a různý takový kino, no tak jak kdy no, co se jí podaří zehnat **hhm**. No a to je pořád něco. Jednou to, jednou to, no.*

Takže se zapojujete do dění v domově Co se tady děje.

Že by tady by nebyla žádná činnost nebo slabá podle mě to není pravda no tak. Stačí Vám to ... Já myslim ...

Jste spokojeny tady stím. Nebo uvítal by ste nějakou jinou činnost? Chybí Vám tady něco, co jste doma dělával?

Ale tož taky chodim jak přeraženej pes, tož co chcete za ňáky. Tady tam v jídelně je, sou takový poličky, tak tam sou knížky, tak si tam můžete něco to ja sem tam si taky nějak. Ted' tady čtu o Marii Stuartovně no, tak a sou tam různý knížky. Si to tam můžete vypůjčit. Ještě někdy zandu do té kapilčky, víte? Je v tom jednom pokoji. Chodí tam i pan farář. Tak někdy tam du...Televizu tam máme aji v té jídelně hhm a je to tam no však třeba ste se už tam nahlídla. Je tam, je to tam vybavený no lednička je tam a je tam taková kuchyňská linka,

když někdo chce, tak si tam může třeba něco zehřít, nebo mikrovlnka je tam, je tam elektrické šporák no a je tam aji dost nádobí všelijakýho. Á tak hhm. Já nekuchařím ale, tak někery ty žensky co mají možnost teda něco.

Ano a třeba na canisterapii, chodíte? Noo, na pejsky?

Ted'ka nějak moc jsem nechodil no, ale zítra zas mám jit teda. To sestřičky to obcházely, že je to ráno, tak. No a chodí sem eště jedna paní. Já to tak důkladně nevím, ale chodí sem nebo kolik má psů, chodí sem s jedným, nevím co je to ani za rasu takovej malej, s dobře vycvičeným, tak obchází ty světnice a kdo si chce s nim je to velmi přítulny, tak pohladit nebo do postele (úsměv) jednou tak kdo chtěl do tělocvičny tak takový házení ona to v luftě chytala ta fenka a nebo takové má kračí provaz, tak ji ho vemete a ona už je na to naučená, tož ho bere a tahá se s Vama o to. Tož to taky taková no prostě zábava. No tož. Hhm. No a ještě sem chodí jedna paní s takovym menším, to je mysim štěnátko, foxlík, tož ta jenom tak každej si ho pohladí, trochu poškrábe za ušima a dobrý no. hhm

Takže jste spokojený. A jak jste spokojený s kvalitou poskytovaných služeb? ... Třeba co se týče teda ubytování, stravy ...

Když něco a třeba i ty noviny, že, tak já si to platím sám, tak když jim člověk řekne slušně, oni Vám to zaplatijó, donesou Vám od teho jako hhm z pošty doklad, že to je vyrovnany. No a když člověk něco chce vyndou vstříc no. A nebo, když sem nastópl, co se týkalo občanky. To, to oni objednali, přišly sem takový dvě mladší ženy, tak nás vyfotily, potom to daly všeccko do kupy a občanky dovezly hotový jako, takže žádný že byste musela lítat po Přerově nebo po Národním výboře hhm, takový prostě hhm zajišťování. A a jak kdo. Tak já říkám jenom, co se týkalo mě a ... HHm ano.

A stravování? Máte dost jídla, chutná Vám?

No jídla je tu dost' a poměrně se to mění. Né že by to bylo náky jednotvárný a, a dobrý jídlo je no. Odpoleña máme nákou tu svačinku, aji, jak dy. Jednou je jogurt, jednou je třeba něco od jednou je ovoce, v sobotu pravidelně je zákusek. Hhm. No tož tak. Ty polívky tepley, žádný náky opravdu nemožu na to říct nic. A něco říkat nákou blbost to jaksi není moje nák. Proč pomlouvat, když to není pravda nebo nák. To nemá cenu. Né však jeno jenom to ...

Dobře. A jenom se vás zeptám, jak se dovídáte o tom, co se tady v domově děje? Jak jsou Vám poskytovány informace?

Tak na to sou ty někdy ty schůze takovy, a tak nás tam informujou no, že se bude třeba mají se nebo už někde možná měnily, mají se okna měnit, tak nám paní ředitelka s tím seznámila aby sme chvíli byli trpěliví a nedělali ňák kdyby bylo potřeba třeba někeho trochu odstěhovat, chvíli aby nedělali s tem ňáky kolem toho divadlo no. Ona to říkala slušnějc, než divadlo, ale já říkám divadlo. No, a že se bude rekonstruovat střecha to, to taky nás o tym informovala co se děje. Momentálně tam, jak na straně to začínají hm no a takový hm tož tam můžeme jít na zahradu. V létě, bývá kolikrát ňáky takovy ňáky to zpívání, třeba k tomu ojednají ňáky ty umělce, muzikanty. To loni to bylo mysim venku dvakrát v létě. Je tam tombola eee různé hry, tak pokud ty stařečci nespádnem u toho, tak takovy hry. Aaa tož takovy prostě. Opíkali aji kabanos opíkají a... hhm hhch. Nebo ve Věrovanech je jakási taková taneční skupinka starší paní už, tož starší nemají osemdesát let ale tož ani čtyřycet, takový no tak bavijou se takovym tym všelijakym tančením, tož taky jich pozvali. Nebo děcka ze školky tu byly a hhm a taky předváděly to tam. A sou tam, to vidět tady, sou tam udělany takovy jak se temu správně říká včil, u nás se temu říkalo besídka, ty altánky nebo je to jo. To je otevřeny. Ted' sem viděl, tam byl jeden a už je tam aji už je tam postavenej aji druhej. To je otevřeny na takovej pilířích a, a zastřešeny prostě aby tam nepršelo hhm. Na Vánoce to je skoro všady stromek hhm. Nebo aji do té jídelny tam byl teda perfektní stromek, ze žárovičkama, nastrojenej pěkně, tam na chodbě sem viděl no a takovy mají vázičky mají kolikrát tam dají to jehličí nebo ňákou halózku tak takový výzdobu prostě no.

Takže, by ste to tady doporučil (úsměv) ...

Tak podle mě no, třeba někdo Vám řekne něco jinýho jo ale, tak já to říkám jak to je, tak. Je tady dobře. už sem si zvknul. hhm

A jenom se Vás ještě zeptám teda na budoucnost, co byste chtěl v budoucnu ještě všechno zažít?

To paní to nevím, co Vám mám na to říct. Tož zažít, ... Chtěl bych abych, eee sou tu lidi prostě různě postiženi, jak kdo. No já taky šmatlu, ale jinak já myslím, že ještě nejsou na tym tak zle. Teda chodím bídne, no. A nebo já bez těch berlí tak nedondu ani. Koupelka je ted' pár kroků bez schodů, hhm a já musím chodit s berlou. Ale dondu si tam sám. Na záchod třeba, umyt ... A dyž člověk vidí některý ty, tož máte no, je to takový. Tak když tak člověk

dopadne, to možu dopadnout aji já, tak to mě trošku tak někdy mě to bleskne v hlavě, no.

Hhm

A jenom se Vás zeptám, vidím tady fotky vnoučat (úsměv), prosim? Že tady vidím fotky vnoučat?

No to sou klukovi vnoučata. Klukovi? Mám jednoho syna hm, tak to sou jeho, on bydlí v Brodsku. Tam bydlíjou s matkou no v jednym. No je tam prostě

A navštěvuje Vás? Míváte návštěvy? Jezdí za Vama rodina?

Ja (odkašlání), sice nějak často nechodijó. Tož chodí. Má takovy zaměstnání, taky od rána do večera hhm mají děcka, toš mají to hhm , ale stavijou se. Já to беру s rezervou hhm dobře.

A já se Vás ještě zeptám, jestli byste chtěl něco doplnit? ... Něco co byste mě chtěl povědět? ... Změnil by jste něco?

Nechal bych to jak je ... Jinak je to všecko, jednou týdně se koupe, tož koupe, do vany by nás museli vytahovat jeřábem, sprchujem se no. Posbírají nám špinu, obvykle v poledně je to hotovy, už oprany, tak to donesou zpátky, kdo nemože, tak to skovají, no. Nevím paní co bych Vám měl. A když člověk teda opravdu něco po nich chce tak hledijou vyhovět a hhm. Já třeba chtěl sem jít do záložny, sem potřeboval, tak mají tady osobák, tak ta paní z kancelára prostě mě tam ten, on tu dělá údržbára ten člověk no a tak mě tam zavezli a zas mě dovezli zpátky. Tak na to nemožu říct nic hhm. No a jinak když ... po snídani (odkašlání), teda já chodim na jídlo tam do té jídelny, tak nám pozutírají stolky, je tu paní, kerá uklízí. Tak nám utře, tož jak to vidí, denně zem, že, kolikrát tam (ukáže na policovou skříň), okno na okně tu parapletní desku, čas od času ty okna, že umévají. To nevím, jak to mají zalarmovany. Ale umyjou okna, no tak jak to jde no. hhm tak ... A Nebo ted' už na tym vozéku jezdím. Tak já dondu na to jídlo dondu nebo tak přibližně, do koupelny na záchod také dondu. Nemusim nikoho otravovat. Je to tu bez schodů, tak to zatím zvládnou... eee kolikrát (odkašlání) jedná sme loupali česnek pro kuchyň, tak a to je tam až dole, tam je na to vyhrazena taková místnost. Hhm, tak to musim jít na vozéku. Tak napřed mě vozili, ale už sem člověk kolikrát otravuje moc, ale taky nemají vždycky náladu skákat hned' že kolem člověka, tak už jsem se naučil. Jezdit sám. No vidíte, jak jste šikovný (smích) No No a tož takový kolem toho bydlení tady no tož (odkašlání). Denně po snídani roznosou čaj, ted' sem chodil tady na zuby a tak mě vozili k doktorovi, než mě to ta paní doktorka dala do kupy všecko, tak to chvilu trvalo. Zas pro mě přišli, ja tož já nevím, no. Máme se tady dobře.

Tak dobře. Tak já Vám děkuji. *Není zač.*

PŘÍLOHA P II: ROZHOVOR Č. 4

Respondent č. 4, ročník 1922, 5 let v domově

Tak na začátku našeho rozhovoru bych Vám teda chtěla říci, že ty získané informace budou použity jen pro potřeby mé bakalářské práce eee, je to zcela anonymní. Ano Souhlasíte s nahráváním? Potřebuji to slyšet.

Jo. Dobře děkuji.

Tak já se Vás teda zeptám na to, z jakého důvodu jste sem odešla, do Tovačova, jestli si vzpomínáte?

No, jak bych to řekla, na to nehleďte, já poslední dobou pořád brečím (klientce se spustily slzy) a nevím proč, a nevím proč. To nevadí z jakýho důvodu. Protože už jsem hodně stará, za první, potom sem jezdila pořád sem já nevím v kterým roku to bylo, sem byla hodně nemocná, měla sem párkrát mozkovou příhodu, jak oni říkají doktoři, oni neříkají mrmr mrc-tvicu, příhodu no a tak a kde. K děckám jít. ee Dcera, dcera bydlí tam se jde třeba do záchoda po schodech. to sem to se (není rzumět) a k synovi taky. (nerozumím) Nepostavim se na nohy, však a kvůli temu, že jsem přestala chodit, tak tím sem vlastně ee odpadla, že bych k někomu měla jít. Že se nepos neudržim na nohách, ze sestřičkou ráno tady asistent chodí tady ze roh tak akorát šest kroků a spátky, to udělám, ale držím se, jak se to řekne. teho chodítka. Chodítka. Lip to nejde. Tak kvůli temu no tak jako no a že předtím sem bydlela v Porubě, ebs, původně sem Přílekovice - Kokory no a tam už ee už sem bydlení neměla jikde no říkám, ani k, k děckám ke kemu jít, nikde to nevyhovovalo, no tak to tak to domluvili tady v Tovačově. Je tu velmi dobře, dobře se tu vaří, sou tu hodný sestřičky, no takže co ještě bysme chtěli víc hhm no a...

Dobře a proč ste si vybrala Tovačov?

No proč ten Tovačov. Já sem původně původně jako bych já nevím kde měla jít. Já sem aji v Klokočově, tam se tak sem tam mohla v klidu sedět, tam sem byla jako na eldéence no ale mě se tam né nelíbilo, ale já nevím no jaksi se mě nechtělo. No a to vlastně dcera, že se ji tam lébí že se lébí ten Klo tady ten Tovačov ... syn pracoval v Kokorách, jesi to znáte Kokory, klášter? Nee, tak to neznám. Klášter, tam to je vlastně takytoď to ta eldéenka nebo jak by se to řeklo, už tam nejsou řádovky sestry a je to a strýc tam pracoval jako záleží něco ... pracoval no a pak jeho manželka tam ještě aji byla v kuchyni zaměstnana no ale potom když sem někde měla jít, tak ho kde tady to kdo ee já nevím jestli to tu předem objednali,

nebo jak to bylo. To já ani nevím jako no a a byla sem byla sem sem jako nah jeden deň nebo dva dni sem byla ve Výškovicích u Ostravy, tam co je soukromej penzion nebo něco, ale tam sem byla jenom že sem asi čekala teď na toto já nevím, to je já si tak všechno nepamatuju no ale, tam sem dostala zase mozkovku (v očích se zase objevily slzy) a pak sem v tem domě byla přímo byla bydlela aji paní doktorka ňáká no a ta vlastně to mě tam pobřežovali jak teď furt řeknu třeba zrovna tak ta přišla, podívala se na mě a hned ani se jich neptala, byla tam zrovna moje dcera moje aji mám ještě nevlastní dceru, tak aji ta tam byly obě dvě a ona se jich nic neptala ta paní dotorka a objednala sanitku a hned sem byla ve vítkovci z tam odsud' se Vítkovice patřila to patřilo do Vítko ne jo Vítkovice žádněj Vítkovec, do Vítkovic, tak sem byla ve Vítkovicích v nemocnici no a mezi tým to vyřídil syn s tou dcerou tady jak to bylo to já nevím. Jak to vyřizovali kde, hhm nebo to bylo objednaný nebo nebylo předem a říct že to já nevím hhm jako no a tak po těch Vítkovicích pak když sem byla propuštěná tak mě rovnou už mě nevezli zpátky do těch Výškovic, do toho penzionu, tam sem byla teda jeden den na noc, to já dobře se zpakovala (nerozumím)... No a tak mě rovnou odvezli odsud' z těch Výškovic mě odvezli do jo do té nemocnice do Vítkovic a z Vítkovic ee z Vítkovic šlo to Kokory patříjó do Přerova, takže patřím asi tam, tak mě převzli z Vítkovic do Přerova a z Přerova už sem potom šla sem. Hhm Tak nějak se to kombinovalo, ale kdo to všechno zařizoval, zařizovala to dcera se synem. Já ne. Ale chtěla sem sem jít z té elděenky...

Dobře a jak jste tady dlouho? ... já Od jakého roku?

Eee od nastoupila jsem ... desátýho třetí, ... devátýho třetí dvatisíce deset. Hhm pět let. Kolikátý je to? Pět let rok. Pátej rok 2015 je pátej rok.

Hhm A vzpomínáte si ještě na dobu, kdy jste sem přišla poprvé? Jaké tady byly první dny pro Vás?

No, rychle jsem si zvykla. Byly tady opravdu sestřičky hodny, jídlo je tu hrozně taky dobry, a je ho nad hlavu jako, no takže sem nějak sem prostě netoužila nikam vypadnout dál. Myslela sem si musíš tady byt', tak tu budeš. Děcka se snažily jak to šlo, že jak to šlo. No tak tak a od té doby su tu. Hhm. Tak tu sedim v tem koutě jak tady no (smích) platí přísloví: Sedávej panenku v koutě, budeš li hodná najdou tě. No a já tu sedím a (smích) najít mě nemůžou, protože se neudržím na nohách. hhm To je to nejhorší hhm

A jaký je váš každodenní život tady, jak ráno když vstanete, co všechno děláte celý den?

No co co děláme celý den? No někdy se tady sedím a čtu nebo dělám křížovky, křížovky ne, ty ty neumím. To je těžší. Ale ty Osmisměrky osmisměrky, tadyk luštím a nebo hodně sem četla takovy, takovy ty blbinky, románky tenky, hodně čtu. Ale teďka už mě nemože dat pan doktor silnější brýle, tak už toho moc nepočtu. Jak když sou větší písmem, tak ještě jo. když sou drobný, vidíte tady zrovna dělám takže a pak tu máme hodně akcí různých. Včera tady byl takovej jak když koncert taneční k tomu že že bylo MDŽ, tak že bude Svatý Valentýn, Valentýn, tak tak hrál pán tam vyhrával. No ale sestřičky sou tady hodny no a máme tu každou chvilku. No a chodíme ještě e, takovej spolek aji na jako hrajeme Bingo třeba abysme se nenudili a cvičení je tady, já nevím jestli dvakrát za týdeň. ráno tak to už se cvičit může jít.

A chodíte?

... no někdy, někdy du ale moc ne, protože mě všechno bolí. Takže někdy du, někdy ne. no, tak moc toho nepochodím, na to cvičení. Ale na to Bingo chodím když, když je tak to chodím dost často, no a není to ani o peníze o nic, ale je to takový zábavný prostě, že se člověk zabaví něčím. Není takový to, aby to bylo nudny. No tak na to Bingo sem tam to chodíváme každé týdeň. Ale teď ten Týdeň nebylo, protože hodně bylo nemocných, nebo to tak ňak. Ale včera, včera byl ten takovej jak když koncert. Pán tam vyhrával a zpíval k tomu, to bylo moc fajn. Samý starý písničky, který s k nám hodijou, hhm to bylo bylo to pěkný. A to je tady každou chvilku Ňáká. Už tady byly jestli to bylo letos to nevím, ještě myslím vloni. Balet tady byl z Olomouce nebo z, z Brna, já nevím, baletili. To bylo taky moc hezký. No a takový doví jaký akce sou tady každou chvilku. Takže sem žádná velká nuda, že by to byla není, tak se to hodí no. hhm hhm.

Dobře a já se zeptám, jak ste spokojena s kvalitou poskytovaných služeb? S ubytováním, stravou ...

To všechno je dobrý. Jak to má byt, tak to je ...

Všechno, se vším, když máte problém, jak vám vyhoví...

Když je problém, tak sestřičky vyhovijou prostě ee se v všeckym. Hmm, hmm Až by se žádalo o co chtělo, tak vždycky vyhovijou

A jakých těch aktivit se účastníte?

No tak třeba včera sem byla dejme tomu že to bylo já nevím jak to bylo napsany, eee, taneční zábava myslím taneční zábava, ale nikdo netancoval, protože je jich hodně co jezdi-

jou na vozíkách, je jich hodně, tak někteří jezdíjou sami. A já po těch mrtvičkách to jako nemůžu, hhm, takže já čekám, až mě někdo vezme a poveze. Ale bylo tam hodně tých, ale bylo to pěkný, všeckym se to hrozně líbilo, protože, si hrál celý takový starý písničky a a bylo to na ty reprobedny, že, tak to bylo hodně slyžet, pěkný to bylo.

Hhm, a tady vidím pejska ...

no to má jedna sestřička takovýho pejska, mě se zdá, že se jmenuje Kesinka no a a když někdy máme nějaký zbytek něco, třeba kousíček masa nebo tak, tak jí to dám, že ale teď sestřička už tady dlouho nebyla pré, že je nemocná. Takže jí kousek třeba dám něčeho a ona to té Kesince, Kesince vezme, tak mě donesla její fotky.

Takže to není pejsek z Canisterapie, co vám sem chodí na terapii?

Ne, ale chodí sem taky nějaká paní co tady vodí pejska, ty sou vycvičený. Ta mu háže baloun třeba, on ho potom zebere a donese a takový různý a tady přišla, že sem ve čtvrtek, ve čtvrtek chodila, ve čtvrtek myslim to teď bylo a že se sestřička, že mě tam k ní doveze dole, tak ona potom s nim chodí po pokojích, tak mě s nim přišla ukázat, jak se jmenuje... Kora Ja Korinka a ještě to měla ještě jednoho sebou. Jenom s tou Korinkou je někdy a aněkdy je aji s jakýmsi s kočičkou, ale ta Korinka, tak ta je cvičená. Té když jí hodí, tak ona už ví co s tím, už to donese, takže, takže o zábavu je pořád jako postaraný. Hmm, aby sme se nenu-dili.

A s personálem jste spokojená? Se sestřičkama jo, jo.

S ošetrovatelskou péčí, s přímou péčí, se všechnema sestřičkama.

Jojo.

Amohla bych se ještě zeptat, kdo Vás tady navštěvuje? Navštěvuje Vás někdo, rodina?

No rodina mě navštěvuje třeba teď, sem měla narozeniny, tak sem tady jich měla hodně. Ale ne dohromady, protože ... Jak sem měla 90, to sem už tu byla, tak jako se to oslavovalo a sešla se ta rodina trochu. Ale jinak jinak jako přijde každej jak mu to vyhovuje. Totiž já sem měla (začínají jí opět téct slzy) dvě svoje děti a tři nevlastní. Ještě to Vám taky musim říct tady. No a takže ... A ty nevlastní byly dva kluci a holka. Kluci zemřeli už. Jeden měl čtyřiašedesát zemřel a jeden měl... čtyřiasedmdesát. Když zemřel. Ti dva zemřeli a Boža ta žije je v Šumperku, má velkou rodinu, syna má, ten má tři děti, dva kluky a jednu holku a dceru tam má a tá má dceru, taky zase dceru a syna. Taky kluka a holku. Ale už se ti sou všeci dospělí. A od teho syna jako Božinyho od teho ještě chodijou do školy, kluci chodijou

ještě jestli normálně do měšťanky, to teď nevím přesně a ee chodijou ... jedině hrají fotbal, tak ee dost sportujou tak no hhm, jako, hhm. No a teďka mě tu byli skoro všeci navštívit, akorát, akorát eště od toho jednoho syna co zemřel ten mladší, tak ti tady ještě nebyli, ale volala mi Alenka, že jak bude mět trochu volno, že dělá aji noční a tož jak jí to bude pasovat, tak že přijedou. To nemusí být zrovna ten deň. To je jedno... Hhm, aspoň se Vám to rozloží. No, a takže tady byli a dcera ta vlastní dcera ta bydlí až ve Velkém Mezříčí, ale jezdí každý no když né dřív tak za měsíc určitě vždycky, a Boža ze Šumperka, ta je ta je nevlastní, ta ze Šumperka taky tak jezdí. Hhm. ...tak nemužu si naříkat, jako. A syn je v Kokorách, tak ten se tu sem tam zastaví nachviličku, jak někam jede. Už je taky v důchodě, takže jak jede, jak jedou třeba ee opatrujou...pro mě je to vnučka a je to toho malyho co opatrujou je to už pravnuke. A ona dělá ještě jako teď ještě byla doma na mateřské, ale že půjde do práce no a ještě si chce dodělávat vysokou. Takže jí toho kluka sem tam berou, když potřebuje na opatrování. Takže jedou tady ježišmária ... Du Dubany, Dubňany, já nevím jak se to jmenuje ta dědina, tak jak tam jedou, tak se tak stavijou ten syn stou snachou tadyzamnou. Takže si naříkat si nemůžu. (Smích)

Dobře. Já se Vás ještě jednou zeptám. Jak se dovídáte o tom, co se tady v domově děje, jak jsou Vám poskytovány informace? No tak to je na na na eee jak se te na to ... v chodbě cedula a tam je to pořád vyvěšeny. Jenomže já tam nechodím. Paní Jindřiška chodí, ale chodí málo, ale tak zas nám to řeknou sestřičky, když tam něco je. Nebo mě přindou včera taky mě přišly pooblíkat do bílé halenky a do aa abych tam byla svátečnějš. To já se můžu na sestřičky spolehnout ... a jak tu byly ty co teď přišly sestřičky. No ale sou tak hodně je sestřiček, takže. A některý sou, že říkají co sou oční, tak to sou všechny mají školu a třeba některý sou jenom přeškoleny a ošetřovatelky sestřičky. Ale naříkat si nemůžem. Když něco po nich chcem, tak sou ochotny. Hhm, jako hhm. Všecko si můžeme pochválit hhm dobře.

A kdybych se Vás zeptala ještě na budoucnost?

No jako žádnou budoucnost už si plánovat nemůžu, protože už je mě třiadevadesát let. hhm, No takže už musím čekat co bude, jak si pro mě přijde ta zubatá, no.

A zeptám se, vidím tady obrázky, chodíte tady do té místní kapličky? Do toho pokojíčka?

Ne teď sem tam nebyla, jak byla ta kaplička ještě na vrchu, tak jsem tam několikrát byla, ale teď sem tam ještě je někde dole nebyla v té kapličce. **Takže nechodíte, Cože? Necho-**

díte tam, nebyla ste. do té kapličky. *Ne já musím vždycky někeho otrávit aby mě zavezl. A to je to nejhorší. ... člověk kdybych mohla jezdit sama, ale já sama ten vozík neutáhnou. Takže. hhm, takže tak do kapličky moc nechodim. Ale když bych chtěla, tak mě tam zavezou.*

A co se týče péče o Vaši osobu, tak sestřičky Vám pomáhají?

No sestřičky mě přebalujou jak mimino, koupat když nás koupou, tak nás celé osprchujou umyjou jako a koupem se každý týden se koupem, tak to mě sestřičky aji ráno každé deň mě sestřičky přebalujou, dávají mě tady ty plínky (ukáže na hromadu plen), protože když nemůžu chodit, tak nemůžu jít na záchod, že, no a tak dostanu ty plínky a na velkou když tak to přinesou to křeslo jako jak mi říkáme to kaky křeslo třeba no tak, tak to tady na záchodě je, tak mě ho přivezou sem, když je potřeba a některá sestřička mě s ním odveze když mě to bude chvíli trvat do koupelny a některá mě nechá tady takže tak to je taky v pořádku. Nemůžu si naříkat.

A obědy Vám vozí?

Obědy nám nosijou až sem, až tady na ten sss, tady ten to překlopeny, tak, polévka je v takových hrnkách a překlopená a je teplá a jídlo je na talíři to zase ... a je to taky překlopeny a je to teply, ee kolikrát až ještě aji horky. A vaříjou tu dobře. hhm, dobře.

A kdybych se Vás zeptala, jak často teda opouštíte, třeba kolikrát týdně opouštíte pokoj? ... Když jdete na nějakou tu aktivitu nebo k lékaři ...

No k lékaři chodím asi já nevím jesi je to za tři měsíce k očnímu, asi je to, ted' sem tam byla kdy. V lednu? A ted' mám jít až v květnu ... nebo tak ňak. I přesto, že říkal, že jako silnější brýle mě už dat nemože a budu chtít vidět líp a chtěla, tak operace očí. A já zas si říkám, ale že už je to zbytečný. Tady na to takový písmena ještě vidim (ukáže na noviny, kde jsou větší písmena) a to mě stačí. A když ty románky tak ty sou mysim písmenama, tak a to je všecko na jedno kopyto. Stejně se nakonec vezmou hhm, vždycky tak je to (smích), ale tak se zabaví se s tym člověk.

Nejvíc Vás trápí oči?

No ty oči no jako můžu no na ted' sestřička každé deň kape do očí. Takže, ale trochu, trochu je to lepší, ale to už nepomůže, to už je stáří. hhm To už když tak ještě Dovedete si představit třiadevadesát let? hhm Tu hrůzu? hhm Že je to hrozny, že třiadevadesát a ještě tu strašit. Je to pěkný, máte tady být, tak tady jste. Kdyby, jste tady neměla být, tak

tady nejste. Asi že to tak je, no, na tem světě, no. No a je to všelijak. Byla jsem provdaná dvakrát. Jednou mě manžel zemřel, bylo mu pětatřicet. Vyboural se na motorce a druhý potom se připakoval, napřed se při vecpali ke mně jeho děcka, a tak nakonec za něma přišel aji on. No a tak tak sem si ho, nakonec jsem si ho vzala. (Já smích) No ale už dávno, už je to třicet let co zemřel, on byl o 16 let starší jako já, no hhm. Ten první byl o 7 starší a druhý byl o 16 starší. No ale už jen, říkám, ten měl pětatřicet, když zemřel ten první. To sem měla ty dvě děti, Vlasta je šestašedesátej ročník a Olin je padesátej ročník. A s druhym sme děti neměly, ty tři děti byly jeho. hhm Jím zemřela mama ee no tak jako a byl tam chlapec kerej byl jenom o rok starší jak Vlasta chodil, už chodil do školy no a tak se začal s nim kamarádit, ale on je jako když byl tata v práci a když dělali v Sokolovni, tak tam bylo taky plno práce, tak na něho tolik času nebyl, tak kolikrát přišel k nám a byl hrozně hlady. Sem mu dala nějak koláček nebo něco, no a tak se Jareček naučil chodit a tak chodil k nám a a nakonec potom Boža přišla, že by mě, ta je nejstarší, ta je ročník osmatřicet, třicet osm, jo, tak přišel, že by mě pohlídala děcka, když potřebuju jít do města nebo tak. No a tak se tam začala, začala ke mně chodit, tak tam chodila a Staňa nakonec přišel ten nejstarší, no tak se mi tam napakovali děcka. Vyhod'te to, když to nemá manu. Taky byste to neudělala. Taky by Vám jich bylo líto, tak mě jich bylo líto až tak, tak u mě zůstali. Hhm Zůstali a pak dolezl za nějaký čas ten starej, no a napřed se jenom jako podnájemník a nakonec sem si ho vzala. To sem neměla dělat. No, ale stalo se, tak se nedá nic dělat, no. Takže tak. hhm

Já se Vás ještě jenom zeptám, jestli byste chtěla něco doplnit, něco říct, co jste mi neřekla o životě tady?

Nic nevím, co bych měla si přát nebo. Co bych si přála, abych chodila, ale to tady mě s tím nikdo nepomůže. Nejde to, nejde to. No. Jezdijou tu hodně na vozíku. Já mám vozík tady postavenej, takže když potřebuju, ať je to kde chce, na ten ples, nebo na ten koncert, tak mě tam sestřička zaveze, no. Je tady ten výtah, tak s tím vozíkem mě muže vzít i ven třeba. A ty obědy mi nosí, to nemusim. hhm. To když řeknu. Ono je to tak, to se vždycky, to se nemusíme bát, říct sestřičce, co potřebujem. Dobře. Když to nemužem ta sestřička třeba jak ted'ka nosí svačinku, kdyby sme jí řekli něco, že potřebujem a ona to nemohla ona, tak to zařídí, že. Ale sestřičky sou tady hodny, musíme si jich pochválit, protože je to pravda. hhm. Nemůžem si naříkat. A celkem je tady dobře. Jídlo dobry, sestřičky dobry, tak co ještě bysme tak chtěli. No...

Dobře, tak já Vám teda děkuji.