

# Reminiscence jako jedna z metod práce se seniory

Bc. Pavlína Hašová, DiS.



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2017/2018

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Pavlína Hašová, DiS.**  
Osobní číslo: **H140226**  
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Reminiscence jako jedna z metod práce se seniory**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti reminiscenční terapie, konkrétních metod a praktického využití vzpomínek.

Příprava metodiky výzkumné části.

Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovorů.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

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

Seznam odborné literatury:

**BÖHM, Erwin. Psychobiografický model péče podle Böhma. Praha: Mladá fronta, 2015. ISBN 978-80-204-3197-4.**

**JANEČKOVÁ, Hana a Marie VACKOVÁ. Reminiscence: využití vzpomínek v práci se seniory. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-581-3.**

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

**ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Barbora BOLOMSKÁ. Reminiscenční terapie. Praha: Galén, c2011. ISBN 978-80-7262-711-0.**

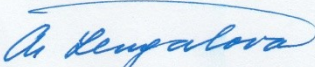
**ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.**

Vedoucí diplomové práce: **doc. PhDr. Mgr. Jaroslav Balvín, CSc.**  
Ústav pedagogických věd


Datum zadání diplomové práce: **1. prosince 2017**

Termín odevzdání diplomové práce: **20. dubna 2018**

Ve Zlíně dne 1. prosince 2017

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



  
Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

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

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně ..... 9.4.2018

.....  
*Haňová*

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## **ABSTRAKT**

Předložená diplomová práce se věnuje tématu vzpomínání. Reminiscence má úzký vztah k sociální pedagogice, kdy je kladen důraz na individualitu každého člověka a komunikaci. Práce se zabývá a objasňuje nejen základní pojmy související s tématem, ale také je snaha více přiblížit tuto metodu jako možnost efektivní práce se seniory. Rozebírá jednotlivé metody využívané při reminiscenci. Praktická část se zaměřuje na zjištění zásadních událostí v životě seniorů. Pro výzkumné šetření byl zvolen kvalitativní výzkum s cílem analyzovat rozhovory.

Klíčová slova: senioři, vzpomínání, vzpomínky, reminiscenční terapie.

## **ABSTRACT**

The theme of this work is a memory. Memory is closely linked to social pedagogy, which emphasizes the individuality of each person. This topic explains the basic concepts and also talks about effective work with older people. It discusses individual ways of remembering. The practical part focuses on important events in life. The survey was selected to analyze the interviews.

Keywords: seniors, remember, memories, reminiscence therapy.

Své poděkování chci vyjádřit doc. PhDr. Mgr. Jaroslavu Balvínovi, CSc. za odborné vedení diplomové práce, zejména za jeho vstřícný a obětavý přístup a cenné připomínky. Dále bych chtěla poděkovat doktorantce Mgr. Ivě Staňkové, za pomoc při zpracování výzkumné části včetně jejího náhledu na diplomovou práci.

Motto:

„A přece ten, kdo se odváží, kdo si najde čas v kolotoči shonů, může právě v osobních sděleních starých lidí nalézt zdroj osvěžení, inspirace, naděje a smíření.“

(Helena Haškovcová)

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

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>10</b>
<b>I. TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>11</b>
<b>1 TEORETICKÁ VÝCHODISKA A ZÁKLADNÍ POJMY</b> .....	<b>12</b>
1.1 O STAVU ZKOUMÁNÍ LITERATURY DOMÁCÍ, ZAHRANIČNÍ A CIZOJAZYČNÉ .....	12
1.2 VZTAH K TÉMATU K SOCIÁLNÍ PEDAGOGICE .....	15
1.3 K ZÁKLADNÍM POJMŮM POUŽÍVANÝCH V DIPLOMOVÉ PRÁCI .....	16
<b>2 REMINISCENČNÍ TERAPIE</b> .....	<b>22</b>
2.1 PŘÍSTUPY A FORMY PŘI VYUŽÍVÁNÍ VZPOMÍNEK .....	23
2.2 REMINISCENČNÍ ZDROJE .....	28
2.3 OSOBNOST A REMINISCENCE.....	29
2.4 REMINISCENCE A JEJÍ PODÍL NA UCHOVÁNÍ KVALITY OSOBNOSTI SENIORA .....	30
<b>3 PRAKTICKÉ VYUŽITÍ VZPOMÍNEK</b> .....	<b>32</b>
3.1 REMINISCENCE A JEJÍ PRAKTICKÉ VYUŽITÍ.....	33
3.2 METODY VYUŽÍVANÉ PŘI REMINISCENČNÍ PRÁCI SE SENIORY .....	35
3.3 REMINISCENCE VYUŽÍVANÁ VE STACIONÁŘI PRO SENIORY .....	36
<b>4 METODY PODLE VÝZNAMNÝCH AUTORŮ</b> .....	<b>40</b>
4.1 METODA PODLE ŠPATENKOVÉ A BOLOMSKÉ .....	40
4.2 METODA PODLE DEMETRIA DUCCIA.....	45
4.3 METODA PODLE ERWINA BÖHMA .....	46
<b>II. PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>48</b>
<b>5 VYMEZENÍ VÝZKUMNÉHO PROBLÉMU A CÍLE VÝZKUMU</b> .....	<b>49</b>
5.1 VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	49
5.2 VÝZKUMNÁ METODA .....	49
5.3 VÝZKUMNÝ VZOREK.....	51
5.4 PŘÍPRAVNÁ FÁZE VÝZKUMU .....	51
5.5 REALIZACE VÝZKUMU .....	52
5.6 POPIS VÝZKUMNÉHO VZORKU .....	53
<b>6 ANALÝZA A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU</b> .....	<b>56</b>
6.1 ANALYTICKÝ PŘÍBĚH .....	57
6.1.1 Příčinné podmínky: Příčiny ovlivňující vzpomínky .....	57
6.1.2 Jev: Vzpomínání .....	60
6.1.3 Kontext: Vzpomínky na konkrétní znaky etap lidského života .....	60
6.1.4 Intervenující podmínky: Vliv faktorů na samotné vzpomínky .....	63
6.1.5 Následky: Hodnocení života .....	72



6.2	SHRnutí VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....	74
6.3	SHRnutí VÝZKUMNÉ ČÁSTI .....	75
6.4	DISKUZE .....	78
6.5	DOPORUČENÍ .....	79
<b>ZÁVĚR.....</b>		<b>81</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>		<b>82</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK .....</b>		<b>86</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ.....</b>		<b>87</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH .....</b>		<b>88</b>

## ÚVOD

V současné době dochází ke stárnutí populace, zvyšuje se počet lidí vyššího věku. Snahou společnosti je, aby nedocházelo k celkové izolaci jedinců, ale k jejich aktivnímu zapojení i v jejich vyšším věku. Z tohoto důvodu existuje pro tuto cílovou skupinu řada senior klubu, denních stacionářů apod. Každý člověk má potřebu být užitečný a sdělovat své prožitky nejen ze svého dětství, mládí, dospělosti, zaměstnání ale také z vlastní rodiny.

Tato diplomová práce se zabývá tématem Reminiscence jako jedna z metod práce se seniory. Existuje řada metod, které mohou být využity v rámci programů se seniory. Jedna z důležitých metod při práci se seniory je tzv. reminiscence, která umožňuje sdílet vzpomínky, vzájemně se pochopit a dosáhnout určitých změn. Reminiscenční terapie je nejen impulsem pro tvořivou práci, ale také základem společenské aktivity, sociální interakce i edukačním procesem pro samotné pracovníky.

Téma diplomové práce bylo vybráno hlavně z toho důvodu, že pracujeme v sociální službě ambulantního typu, které se zaměřuje na cílovou skupinu seniorů. Hlavním cílem stacionáře je aktivizace seniorů prostřednictvím dopoledního aktivizačního programu. Senioři mají hlavní potřebu vracet se do minulosti prostřednictvím vlastních vzpomínek a zážitků. Vzpomínání je přirozenou aktivitou každého člověka. Se vzpomínkami lze pracovat cílevědomě, využívat je ke zlepšení kvality života seniorů.

Hlavním cílem výzkumu je analyzování vyprávění seniorů, včetně vytvoření knihy vzpomínek.

V teoretické části diplomové práce se budeme snažit přiblížit téma reminiscence, praktické využití vzpomínek, konkrétní metody využívané při reminiscenční práci se seniory. Dále se budeme snažit popsat různé aktivizační i receptivní techniky. Chceme také vytvořit kapitoly zaměřující se na metody významných autorů, kteří se zabývají přímo reminiscencí. Z této kapitoly budeme také následně vycházet v empirické části diplomové práce.

Praktická část diplomové práce bude zaměřena na kvalitativní výzkum s cílem aplikovat metodu rozhovorů, vytvoření analytického příběhu a v konečné fázi také interpretovat výsledky z našeho výzkumu.

Tato práce by měla poskytnout celkový náhled na samotné téma reminiscence.

## I. TEORETICKÁ ČÁST

# 1 TEORETICKÁ VÝCHODISKA A ZÁKLADNÍ POJMY

„Žít znamená to, že člověk prožije každý jednotlivý  
životní krok všemi smysly, vnímá je a cítí.“

*Lore Wehner*

V této první kapitole se věnujeme domácím, zahraničním i cizojazyčným zdrojům, které se zabývají či mají blízký vztah k tématu reminiscence. Krátce podáváme také náhled na samotné autory daných publikací. Nastínili jsme vztah mezi sociální pedagogikou a tématem diplomové práce. V poslední části této kapitoly uvádíme základní pojmy, které se vztahují k samotné problematice a jsou zároveň důležitým vodítkem k pochopení samotného tématu diplomové práce.

## 1.1 O stavu zkoumání literatury domácí, zahraniční a cizojazyčné

Tématem diplomové práce se zabývají nejen domácí, ale také zahraniční či cizojazyční autoři. Je velmi důležité poukázat na skutečnost, že nejen u nás se zabývají autoři pojmem reminiscence, ale také i v zahraničí. Hlavním důvodem je potřeba ukázat na důležitost stáří, stárnutí a především potřeb samotných seniorů. V současné době je řada literatury, které dokážou přesně specifikovat reminiscenci a uvést také praktické příklady pro samotné provedení. Z tohoto důvodu uvedeme v následující části literaturu, kterou ve stručnosti specifikujeme a popíšeme. Zároveň se také zmíníme o daných autorech literatury. Tímto chceme zdůraznit jejich odbornost, významnost a praktickou zkušenost. Samotní zmínění autoři jsou pro nás odborníky v daném oboru a jsou pro nás důležitými osobnostmi. Musíme také zdůraznit, že tématem reminiscence se v posledních letech začíná zabývat více autorů, protože každý člověk má potřebu vzpomínat na svou minulost popřípadě se vyrovnat či předat své zkušenosti a být také pro okolí něčím důležitým.

V domácí literatuře uvedeme knihu „*Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*“ (2010) od spoluautorek Janečkové a Vackové. Další významnou literaturu považujeme také od autorek Špatenkové, Bolomské „*Reminiscenční terapie*“ (Špatenková, Bolomská, 2011), které jsou v současné době u nás nejvýznamnější autorky zabývající se daným tématem. Opíráme se také o zahraniční literaturu, kde zmiňujeme velmi významnou osobnost, a to pana profesora Erwina Böhma „*Psychobiografický model péče podle Böhma*“ (Böhm, 2015). Dalšími zahraničními autorkami jsou Wehner, Schwinghammer „*Smyslová aktivizace v péči o seniory a*

*klienty s demencí*“ (Wehner, Schwinghammer, 2013). V cizojazyčné literatuře považujeme za důležité uvést knihu od Duccia Demetria „*Zabawa na tle zycia gra autobiograficzna w edukacji doroslych*“ (Demetrio, 1999).

### Domácí literatura

Pojmem reminiscence se v domácí odborné literatuře věnuje řada autorů. Můžeme zmínit například Hanu Janečkovou, Marii Vackovou. Spoluautorky ve své knize „*Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*“ (Janečková, Vacková, 2010) popisují reminiscenční terapii z hlediska definice a přístupů k reminiscenční terapii. Věnují se také praktickému využití vzpomínek. Kniha je velmi specifická díky velkým zkušenostem obou autorek a návodem k realizaci samotné reminiscence. Jedna z těchto autorek PhDr. Hana Janečková, Ph.D. vyučuje v současné době problematiku komunitní péče a sociologie medicíny na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Pracovala také ve Škole veřejného zdravotnictví Institutu postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví v Praze. Od roku 1992 vedla úsek vzdělávání Diakonie ČCE. V současné době je také členkou výboru České alzheimerovské společnosti. Hana Janečková se také podílela na výzkumu Gerontologického centra Praha, který se zabýval vlivu reminiscenční terapie na kvalitu života seniorů v institucích. Druhá z těchto autorek Mgr. Marie Vacková je v současné době ředitelkou Geriatrického centra v Týništi nad Orlicí, kde je snaha uplatňovat reminiscenční prvky prakticky v každodenním kontaktu s klienty tohoto zařízení. Obě autorky mají velké zkušenosti nejen po teoretické ale také praktické stránce s uplatněním různých metod v praxi v zařízeních sociálních služeb.

Dalšími spoluautorkami zabývající se touto tematikou jsou Špatenková, Bolomská, které ve své knize „*Reminiscenční terapie*“ (Špatenková, Bolomská, 2011) reflektují nejen teoretické, ale hlavně praktické aspekty metody reminiscence. Kniha je velmi dobrým návodem k uskutečnění reminiscence včetně jednotlivých prvků a příkladů. Autorky Špatenková a Bolomská dokázaly velmi dobře vystihnout a popsat jednotlivé zdroje pro reminiscenční terapii včetně fázi přípravy. Kniha se také zabývá seniory se specifickými potřebami a přístupem k této cílové skupině. Poukazuje také celkově na přínos reminiscenční terapie nejen pro vzpomínající, pracovníky instituce, ale také pro rodinu klienta. PhDr. Naděžda Špatenková, Ph.D. je v současné době významná jako gerontopsycholožka a ředitelka Univerzity třetího věku při Univerzitě Palackého v Olomouci. Stala se také spoluřešitelkou mezinárodního projektu ADEL, který se věnuje problematice opatrovnictví seniorů i jejich osamělosti a respektování lidských práv v zařízeních sociální péče. Další spoluautorkou podílející se na této knize se stala Mgr. Barbora

Bolomská, která je absolventkou oboru angličtiny a andragogiky v profilaci na sociální práci. Během svého vysokoškolského studia se intenzivně zabývala reminiscenční terapií. Měla možnost absolvovat řadu stáží v institucích, ve kterých byla aplikována reminiscenční terapie.

### Zahraniční literatura

Zahraničními autorkami věnující se dané problematice jsou například Lore Wehner, Ylva Schwinghammer, které ve své knize „*Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*“ (Wehner, Schwinghammer, 2013) poukazují na důležitost smyslové aktivizace vedoucí k vyšší kvalitě života i lepšího soužití. Autorka Lore Wehner vystudovala pedagogiku.

V současné době se zabývá Montessori pedagogikou a geragogikou. Od roku 2007 zavádí v Rakousku do sociální péče smyslovou aktivizaci. Spoluautorka zmiňované knihy Ylva Schwinghammer vystudovala germanistiku na Univerzitě Karla Františka. Od roku 2007 působí jako autorka, lektorka, textařka.

Dalším významným zahraničním autorem se stává také Erwin Böhm, který se proslavil knihou „*Psychobiografický model péče podle Böhma*“ (Böhm, 2015). Kniha je velmi specifická. Zaměřuje se na ucelenou koncepci starého člověka s ohledem na jeho individuální stránku i historii. Je zde poukazováno, jak mohou poskytovatelé služeb vypracovat a realizovat koncepci pro každého seniora. Hlavním cílem tohoto modelu je zlepšit zdravotní stav klientů. Samotný autor zdůrazňuje, že je důležitá kvalita v péči o seniory. Praktickým využitím modelu chce ukázat, že domovy či jakákoli jiná pobytová služba jsou schopny i s nízkými náklady či omezením personálu zajišťovat odbornou péči směřující k rehabilitaci každého klienta. Erwin Böhm poukazuje na celostní přístup a potřebu zlepšit u pacientů emocionální stav, který vede k celkovému dlouhodobému zlepšení kognitivních schopností. Vzhledem k velkým praktickým zkušenostem, které načerpal z dlouholeté praxe, se může Erwin Böhm považovat za odborníka ve své profesi. Profesor Erwin Böhm pracoval od roku 1974 ve funkci tzv. hlavní sestry na vídeňské psychiatrické klinice. V roce 1978 se začal věnovat svému pilotnímu projektu nazvanou „Přechodná péče“. Tento projekt byl zpracován do ošetrovatelského modelu, který je podkladem pro další výzkumné práce v této oblasti a je stále doplňován o nové poznatky získané z praxe. Erwin Böhm obdržel řadu významných ocenění. V roce 2001 založil tzv. Evropskou síť pro psychobiografický ošetrovatelský výzkum profesora Erwina Böhma.

## Cizojazyčná literatura

Knih od Duccia Demetria „*Zabawa na tle zycia gra autobiograficzna w edukacji doroslych*“ (Demetrio, 1999) do překladu přeložena „*Zábava na pozadí života autobiografické hry v oblasti vzdělávání dospělých*“. Duccio Demetrio se stal profesorem na Univerzitě v Miláně, kde působil až do roku 2012 jako filozof vzdělávání a psaní. Stal se zakladatelem autobiografické metodologie výzkumné skupiny. Demetrio Duccio se zabývá sociální pedagogikou, vzděláváním, interkulturním vzděláváním.

### 1.2 Vztah k tématu k sociální pedagogice

Samotné téma reminiscence má úzký vztah k sociální pedagogice. Sociální pedagogika pojednává nejen jak optimalizovat a usměrňovat životní situace ale také procesy, a to s důrazem na individualitu každého člověka i na jeho vnitřní potenciál. Současná sociální pedagogika zahrnuje dvě dimenze – sociální a pedagogickou. Sociální dimenze je dána společenskými podmínkami a sociálním rámcem. Sociální pedagogika nejen akceptuje, ale také se snaží hledat východiska i řešení pro optimální rozvoj osobnosti. Pedagogická dimenze spočívá v tom, jak realizovat a prosazovat požadavky, minimalizovat vznikající se rozpory (Kraus, 2014, s. 44-45).

Další významné poznatky o sociální pedagogice z odborného hlediska přináší také autorka Zlatica Bakošová, která poukazuje také na důležitost metody činnosti sociální pedagogiky vedoucí na pomoc člověku a ke zlepšení jeho života. Jedna z těchto metod je například metoda komunikace směřující k potřebě vypovídat se. Další z metod činnosti sociální pedagogiky je metoda zaměřená na posílení vlastních kompetencí. Tato metoda se zaměřuje na analýzu životního stylu jednotlivce a jeho zjištění, kdo ho usměrňuje popřípadě či je spolutvůrcem vlastního života. Poslední ze dvou metod, které zde chceme uvést, je metoda posílení důvěry a metoda jasných pravidel. Samotná autorka Z. Bakošová v závěru své kapitoly uvádí „Chovejte se k lidem taktně, slušně, s úctou, hledejte pozitivní rysy jejich osobnosti a úspěch se postupně dostaví“<sup>1</sup> (Bakošová, 2005, s. 25-27).

K výše uvedeným autorům musíme také zmínit Stanislava Bendla, který zdůrazňuje sociální pedagogiku jako pomoc a péči všem věkovým kategoriím. Hlavním smyslem či myšlenkou sociální pedagogiky je idea sociálního začlenění jedince. Sociální pedagogika usiluje,

---

<sup>1</sup> „Správajte sa k ľuďom taktne, slušne, s úctou, hľadajte pozitívne črty ich osobnosti a úspech sa postupne dostaví.“

aby se člověk dokázal integrovat do společnosti a svou aktivitou či činností dokázal být prospěšný nejen sám sobě ale i společnosti. Cílem je také důstojný, hodnotný a smysluplný život ve společenství druhých lidí (Bendl, 2014, s. 17).

Sociální pedagogika jako životní pomoc z pohledu historie, která vychází z altruistických potřeb člověka. Sociální pedagogika zdůrazňuje potřebu pomáhat. Pomoc je definována jako aktivní účast při řešení konkrétní životní situace i konkrétního cíle. Je snaha aktivizovat člověka a pomáhat mu zkvalitnit jeho život (Kraus, 2014, s. 133-135).

Každý člověk se dostává do množství nejrůznějších sociálních kontaktů. V rámci těchto kontaktů probíhá interakce, která se odehrává prostřednictvím komunikace. Pojem komunikace je proces, při kterém sdělujeme informace. Umožňuje získat vzájemné porozumění či výměnu emocionálního obsahu. Samotná komunikace je nezbytnou součástí socializace (Kraus, 2014, s. 119-121).

Další autoři, kteří se zaměřují na sociální pedagogiku, jsou Kornbeck a Jensen. Tito autoři se snaží prezentovat tzv. švédský model sociální pedagogiky. Zaměřují se na propojení adaptivního, mobilizačního a demokratického modelu. Cílem adaptivního modelu je adaptace a integrace jedince. Mobilizační model se zaměřuje na emancipaci klientů. Demokratický model vychází z humanisticko-demokratického myšlení. Cílem tzv. švédského modelu sociální pedagogiky je ukázat pomoc a podporu sociálního pedagoga v případě vyloučení jedince ze společnosti, a jeho praktické znalosti včetně metod, které sociální pedagog používá (Kornbeck, Jensen, 2013, s. 46).

### 1.3 K základním pojmům používaných v diplomové práci

Diplomová práce je zaměřena na pojem reminiscence, který se budeme snažit následně vysvětlit. Kromě tohoto hlavního pojmu se domníváme, že musíme zmínit také pojmy jako například senior, stáří, stárnutí, komunikace, aktivní naslouchání a empatie. Jsme názoru, že i tyto další pojmy se vztahují k tématu diplomové práce.

#### Reminiscence

Podle Janečkové a Vackové pochází pojem **reminiscence** z latinského slova *reminiscere*, které je přeloženo jako vzpomenout si či rozpomenout se, popřípadě obnovit v paměti. My budeme v českém výrazu tento pojem používat jako vzpomínka či vzpomínání (Janečková,



Vacková, 2010, s. 21). Vzpomínky či samotné vzpomínání jsou přirozenou činností každého člověka. Základem lidské identity patří schopnost vybavovat si zážitky či vzpomínky v různých souvislostech během celého jeho života. Člověka mnohdy drží pohromadě právě schopnost vybavit si své vzpomínky. Mnohdy stačí málo, aby starý člověk začal vyprávět své zážitky (Janečková, Vacková, 2010, s. 11). Špatenková a Bolomská (2011, s. 11) uvádí, že „*Vzpomínání není pouhým racionálním přemýšlením nad minulými událostmi, strohým převyšprávením minulosti, nebo faktickým záznamem předchozích událostí – jde v něm o mnohem víc.*“ Vzpomínání je ve své podstatě vizuální zkušenost, která může být stimulována zvuky, vůněmi, chutí či pohledem na určitou scénu. Vzpomínky nemůžeme oddělit od emocí, protože se na ně přímo vážou. Emoce během procesu vzpomínání zvonu vyplouvají na povrch. Jedná se tedy o aktivní proces, při kterém je minulost jakoby znovu prožívána samotným člověkem. (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 12). K tématu vzpomínání se také vyjadřují autorky Cingrošová a Dvořáková (2014, s. 8-9), které poukazují na potřebu člověka s cílem pobavit, pochlubit se svými znalostmi, předat své zkušenosti či předložit vlastní názory i myšlení svým blízkým. Vzpomínka má pro samotného člověka velmi důležitou funkci. Přispívá k zachování identity každého člověka s cílem podpořit zachování úcty a důstojnost včetně umožnění individualizované péče. Další autorka Vojtová (2014, s. 53) se k tématu vzpomínání vyjadřuje ve formě smyslové aktivizace zaměřující se na zpracování vlastního života, k sebezpřijetí a k prožití vlastního stáří. Připomenutí tradic a návrat ke kořenům či společná setkání má dát člověku pocit, že je druhými přijímán takový, jaký opravdu je. Omyly a chyby v životě mají vést k zamyšlení a pochopení či smíření. Práce se vzpomínkami má vést k rekonstrukci událostí a příběhů vyvolaných z paměti, které si člověk prostřednictvím vlastního vyprávění znovu zhodnotí a zpracuje. Vojtová (2014, s. 54) dále uvádí: „*Cílem práce se vzpomínkami je, aby přijatá minulost pomohla každému vidět přítomnost reálně, aby se smířil s tím, jak život žil, a dává podnět k tomu, aby prožil svou budoucnost důstojně a tak, jak by si přál.*“ Každý člověk na této věci je jedinečný svou identitou, a proto je potřeba pečovat a aktivizovat jedince s respektem a tolerancí. K pojmu vzpomínka se také více vyjadřuje Böhm (2015, s. 77-81), který zdůrazňuje rozdíl mezi pamětí a samotnou vzpomínkou. Paměť je racionální výkon a vzpomínka je myšlena jako emocionální akce. Dohromady tvoří společně životní souvislosti ze zážitků a příběhů. Samotná vzpomínka je vždy zakořeněna hlouběji uvnitř člověka. Působí buď pozitivně či negativně. Je snaha také přebarvovat původní zážitky do světlých barev. Na duši každého starého člověka musíme pohlížet jako na vzpomínku na emoce a z nich plynoucí důsledky. Jádro Böhmovy duševní péče spočívá v oživení prostřednictvím znovuoživení dávno prožitých zážitků a skutečností. Chceme-li trochu porozumět starým lidem a přistupovat k jejich potřebám vážně,

musíme se naučit chápat jejich prožitý život, porozumět jejich příběhům a jim samotným.

## Senior

Vzhledem k tématu a samotné diplomové práci musíme také zmínit pojem **senior**. Samotný autor Příbyl (2015, s. 13) poukazuje na skutečnost, že vymezení pojmu senior není v současné době věnováno mnoho prostoru. Tentýž autor také zmiňuje, že je snaha či pokus definovat slovo senior. Sám odmítá také definici, že senior je osoba s trvale změnou po fyzické či psychické stránce, a tím pádem musí být závislý na péči druhé osoby. Podle autora Toty (2016, s. 13) pochází název senior z latinského pojmu „senex“, což znamená starý člověk. Sám autor je toho názoru, že pojem senior se především spojuje s úctou ke stáří a odráží spíše vyšší věk než vztah jednotlivce k pobírání důchodových dávek.

## Stáří

Dalším důležitým pojmem se stává také slovo **stáří**. Stáří nebo-li senium uvádí Příbyl (2015, s. 9-10) jako konečnou vývojovou etapu lidského života, která končí smrtí. Celkově se jedná o důsledek a projev funkčních a morfologických změn, které jsou ovlivňovány geneticky ale také například způsobem života, životními podmínkami či samotnými nemocemi. Stáří se rozděluje na kalendářní, biologické a sociální. Jiný náhled na pojem stáří má Stuart-Hamilton (1999, s. 246), který uvádí, že: „*Spokojené stáří je pro člověka odměnou, není to však jeho nezadatelné právo. Je možné je dosáhnout přiblížováním se k perspektivě zestárnutí s čistou a otevřenou myslí.*“ K tomuto pojmu se také vyjadřuje Vojtová (2014, s. 13), která poukazuje, že stáří je častokrát spojováno s moudrostí a vyzrálým pohledem na život i na svět ve vztahu k osobním zkušenostem každého jedince. Následně také zmiňuje, že moudrost není doprovázena ve stáří automaticky. Zdůrazňuje, že je důležité umět pohlédnout zpět do své minulosti a k nenaplněným svým cílům. Různá tělesná i mentální omezení či jakékoli nezvládnuté životní zkušenosti mohou jedinci zastřít reálný pohled na současnost a nedovolí nelézt spojení mezi minulým životem a současností pro zpracování vlastní budoucnosti i přijetí vlastního stáří a stárnutí. Myšlenku týkající se spojení stáří s moudrostí vyjadřuje také Erikson (2015, s. 116), který poukazuje na moudrost spočívající ve schopnosti rozpomínat se, naslouchat, schopnost vidět, dívat se či pamatovat si. Jiný pohled na stáří má Böhm (2015, s. 18-27), který říká, že se člověk ve stáří vrací do svého citového světa. Používá opět své dřívější rituály a zvyky. Nevyužívá-li je, nemá pocit jistoty a bezpečí. Samotný autor zdůrazňuje, že je důležité oživit duši starého člověka. Symptom stáří nevnímá z pohledu nemoci nýbrž z pohledu biografie. Autor

zdůrazňuje na základě vlastních letitých zkušeností, že zlepšení emocionálního stavu klienta vede k dlouhodobému zlepšení kognitivních funkcí. Autorky Klevetová a Dlabalová (2008, s. 26) uvádí, že stáří je etapou, ve které by člověk měl dojít k bilancování dosavadního způsobu života. Přijmout život takový jaký ve skutečnosti je včetně všeho, co k němu patří. Pojem stáří uvádí Mühlpachr (2017, s. 22-23) jako přirozenou etapu lidského života, ve které dochází ke kumulaci psychických, fyzických i sociálních změn člověka. Stáří je vnímáno jako jedna ze životních etap stárnoucího rozvíjejícího organismu. Podle Klevetové (2017, s. 67) musíme chápat pojem stáří jako proces zrání osobnosti, které vede ke kvalitě života. V samotném období stáří nelze podceňovat význam psychosociálních potřeb.

### **Stárnutí**

Pojem **stárnutí** je fyziologický, dynamický, nevratný a komplexní proces, který postihuje veškeré živé organizmy. Slovo stárnutí pochází z anglického významu ageing. Dochází k vzájemnému propojení procesů biologického, psychologického a sociálních stárnutí. Proces stárnutí je ovlivněn vnitřními a vnějšími faktory (Příbyl, 2015, s. 9-10). K pojmu stárnutí se také vyjadřuje Mühlpachr (2017, s. 22-25), který je názoru, že známky stárnutí registruje člověk po celý život, neboť se jedná o přirozený celoživotní proces. Stárnutí člověka je podmíněno sociálními a genetickými faktory, ale také osobnostními dispozicemi. Čím více je starý člověk ve svém životě aktivní, tím déle si udržuje své psychické i fyzické schopnosti. Chabior (in Mühlpachr, 2017, s. 25) uvádí, že významným faktorem v životě seniora je i proces neustálého zdokonalování, hledání informací, učení se či vzdělávání se. Zejména to pomáhá seniorovi najít smysl života. Významnou roli hraje u staršího člověka účast na kulturních i politických aktivitách či sociálním životě ve společnosti, ale také na rekreacích i na organizovaných volnočasových aktivitách. Životní aktivita je nezbytná součástí staršího věku včetně zájmových, vzdělávacích, fyzických, seběvzdělávacích, sociálních aktivit apod. Autorka Špatenková (2013, s. 12) je názoru, že stárnutí je nevyhnutelný proces a je součástí životního cyklu každého člověka. Dále Pokorná (2010, s. 7) uvádí, že stárnutí je nedílnou součástí každého života a vlastností živého organismu. Autorka zdůrazňuje, že všechny odborné zdroje upozorňují na potřebu zvýšení zájmu o problematiku stáří a stárnutí nejen s ohledem na jedince, ale i na celou populaci.

## Komunikace

Nesmíme také opomenout zmínit pojem **komunikace**, který pochází z latinského slova *communicare* tzn. společně něco spojovat, sdílet, radit se, jednat či povídat si (Rieger a Vyhnálková, 1996, s. 93). Pojem komunikace doplňují také Palenčárová a Šebesta (2006, s. 9), kteří zdůrazňují komunikaci jako snahu dorozumět se. K samotnému pojmu se také vyjadřuje autorka Zacharová (2016, s. 8-18), která poukazuje na možnost člověka samotnou komunikaci ovlivňovat a spoluvytvářet. Zároveň je každý člověk její součástí. Je prostředkem sociálního začlenění jednotlivce do skupiny a přispívá k samotnému uspokojení potřeb sociálního styku. Komunikací jedinec uspokojuje smysl života. Rozvíjet a navázat vzájemnou komunikaci patří k základním potřebám každého člověka. Vždy probíhá mezi dvěma a více osobami.

## Aktivní naslouchání

Podle Palenčárové a Šebesty je **naslouchání** psychický (smyslový) proces podmíněný úspěšnou percepcí. Závisí na znalosti používaného jazyka, na uvědomění si podmínek komunikační situace, na využívání předcházejících zkušeností a vědomostí. Naslouchání je součástí komunikačního procesu a je nejdůležitější komunikační dovedností. Jedná se o každodenní činnost. Aktivní naslouchání posouvá člověka vpřed, pomáhá mu řešit problematické situace a lépe chápat druhého. Povzbuzuje ho k upřímnému vyjadřování názorů, myšlenek, postojů. Pozorné naslouchání ukazuje druhému, že si ho vážíme a oceňujeme jeho vědomosti a zkušenosti. Bez samotného naslouchání by nebyla komunikace (Palenčárová a Šebesta, 2006, s. 39-48). Autorka Zacharová (2016, s. 42) dodává, že aktivní naslouchání vede k vytvoření podmínek pro rozvoj samotného rozhovoru a vyžaduje nejen soustředění, ale také zájem o téma sdělení. Důležitou součástí aktivního naslouchání je také neverbální komunikace a mlčení. Pojmem naslouchání se také zabývá Nichols (2005, s. 130), který poukazuje na důležitost porozumění, pozornosti a potvrzení. Měli bychom se na druhou osobu naladit a věnovat pozornost tomu, co říká. Podstatou dobrého naslouchání je empatie.

## Empatie

Podle Zacharové (2016, s. 70-72) je **empatie** důležitým prvkem mezilidských vztahů. Jedná se o emocionální ztotožnění s pochopením jednání druhých lidí. Je to schopnost poznávat, porozumět důvod, příčinu i účel jednání neverbálních či verbálních projevů druhých osob. Empatie souvisí se schopností naslouchat a uměním správně si vyložit, co si druhý člověk myslí. K pojmu empatie se také vyjadřují Špatenková a Smékalová (2015, s. 205), kteří empatii

považují za schopnost vcítit se do toho, co starý člověk prožívá. Zároveň se jedná o pochopení zkušenosti jiného člověka a schopnost vidět danou situaci z pohledu někoho jiného. Empatie zahrnuje nejen vnímání ale také komunikaci.

## 2 REMINISCENČNÍ TERAPIE

*„Staří lidé jsou nesmírnou studnicí poznatků o minulosti,  
a pokud jim dáme šanci, většina z nich se o tento  
nashromážděný poklad velice ráda podělí.“*

*Faith Gibsonová*

V této druhé kapitole charakterizujeme pojem reminiscenční terapie. Dále se zabýváme specifickými přístupy využívané při reminiscenci včetně jejich forem. Zaměřujeme se také přímo na vzpomínající osoby. V poslední části této kapitoly se věnujeme přínosu reminiscence pro samotnou vzpomínající osobu a vlivu na kvalitu života ve stáří.

Reminiscence respektivě reminiscenční terapie je speciální metoda práce se seniory. Je založena na uznání důležitosti vzpomínání. Reminiscenční terapie byla vyvinuta ve Velké Británii. Zahrnuje široké spektrum aktivit jako např. kreativní, výrazové, interaktivní. Základem je zájem o minulé životní zkušenosti seniorů, kteří se této reminiscence účastní (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 9). Špatenková a Bolomská (2011, s. 19-20) dále uvádí, že důležitým okamžikem pro rozvoj reminiscenční terapie lze považovat „Projekt pro vytvoření reminiscenčních pomůcek (*The Reminiscence Aids Project*)“. Výsledkem projektu bylo v roce 1981 publikování záznamů pod názvem „Vzpomínka (*Recall*)“. Jednalo se o reminiscenční pomůcku, která hrála důležitou roli v osvětě aktivit založených na principu vzpomínání. Stačilo použít pouze magnetofon či diaprojektor. Tato pomůcka se objevila v době, kdy byl kladen důraz na celostní (holistický přístup k péči o samotného člověka. Od té doby je reminiscenční terapie ve Velké Británii uznávána a hlavně podporována zdravotnickými institucemi, charitativními organizacemi či orgány místní správy. Reminiscenční terapie začala být využívána nejen ve Velké Británii, ale také jinde ve světě. K nám se dostala až s téměř dvacetiletým zpožděním. Hlavním iniciátorem se u nás stalo občanské sdružení JOB, a to především prostřednictvím Informačního centra Rašovice. Velkou zásluhu si také zaslouží k prosazení samotné reminiscenční terapie v České republice Tatjana Kašlíková a Karel Kopřiva.

Reminiscence bývá označována jako reminiscenční terapie. Ve skutečnosti terapií není. Vhodnější je označení jako práce se vzpomínkami či pouze jako reminiscence. Termín terapie je v našich podmínkách uváděn jako psychoterapeutický vztah (vztah mezi klientem a psychoterapeutem). Terapie je vnímána jako proces, při kterém si klient uvědomuje, že má

nějaký problém. Z tohoto důvodu vyhledá pomoc terapeuta či psychoterapeuta. Při samotné reminiscenci je kladen důraz na sdílení zážitků a zkušeností, využití skrytého potenciálu člověka a vytvoření příležitosti k dalšímu rozvoji či růstu. Reminiscence označována jako terapie, může být z toho důvodu, aby tato metoda práce se seniory získala rychleji určitou prestiž (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 22).

K pojmu reminiscenční terapie se vyjadřují také Holmerová a kol. (2007, s. 181). Jsou názoru, že se jedná o aktivizační i validační metodu využívající vzpomínky, ale také o vybavování si prostřednictvím různých podnětů. Reminiscenční terapie je vhodná nejen pro zdravé seniory, kde má aktivizační i preventivní význam, ale i pro klienty s demencí trpící poruchami krátkodobé paměti. Cílem je posílit lidskou důstojnost, zlepšit komunikaci a stav klienta, včetně pomoci i podpory rodinnému příslušníku. Tuto metodu bychom měli považovat za součást dobré praxe v každé instituci, která poskytuje péči klientům s demencí tzn. ve zdravotnictví, v rezortu sociálních věcí a to z důvodů:

- jedná se o metodu levnou, účinnou i snadno aplikovatelnou,
- vhodnou pro klienty s lehkou nebo středně těžkou demencí,
- vhodnou pro klienty, pro které jiné terapeutické alternativy již nejsou.

Jedná se tedy o metodu, která využívá vybavování starších vzpomínek u klientů jako prostředku k aktivizaci i dalším cílům. Holmerová a kol. (2007, s. 181) zdůrazňují, že se v žádném případě nejedná o tzv. cvičení paměti, které bývá u těchto klientů velmi problematické.

## 2.1 Přístupy a formy při využívání vzpomínek

Při samotné reminiscenci musíme vědět, jaký bude náš způsob práce se vzpomínkami. Existují různé formy i přístupy k využívání vzpomínek v práci se seniory. Můžeme zmínit například analogii Norrise, který rozlišil tři funkční úrovně reminiscenčních skupin, a to na oddechovou, podpůrnou a terapeutickou (Janečková, Vacková, 2010, s. 23).

### ➤ Přístupy při využívání vzpomínek

Základním prvkem všech reminiscenčních přístupů je navození pohody, radosti, potěšení, ale také dobrého pocitu. Z tohoto důvodu musíme zmínit narativní, expresivní, reflektující ale také informační přístup.

## Narativní přístup

Narativní přístup pochází z latinského slova *narro*, které je přeloženo jako podávat zprávu, líčit, vyprávět či vykládat. Tento přístup pracuje se samotnými vyprávěnými vzpomínkami. Hlavním smyslem samotné reminiscenční aktivity je vyplnit volný čas seniora, sociálně začlenit, nastolit psychickou pohodu, posílit sebeúctu a hlavně také poskytnout příležitost k sebevyjádření. Základem narativního přístupu jsou volně a spontánně vyjádřené vlastní vzpomínky. Samotná reminiscence probíhá mezi dvojicí či ve skupině. Může se jednat také o individuální vzpomínání, autobiografii či dokonce o knihy života. Nejčastěji se pojednává o vyprávění příběhů ze života seniora, kde je důležitá uvolněná atmosféra a bezpečné prostředí. Nejdůležitější na tomto přístupu je, že nikdo nehodnotí vyprávěné příběhy a nikdo to od nikoho také neočekává. Samozřejmě bývá tento přístup některými autory považován za zjednodušující z důvodu nedostatečné přípravy osob vedoucí reminiscenční skupinu. Toto tvrzení samozřejmě popírají samotní účastníci, kteří si tuto aktivitu užívají, dochází k celkové změně jejich chování. Tento přístup také přispívá k poklesu negativních emocí (Janečková, Vacková, 2010, s. 23-24). V současné době podle Haškovcové (2012, s. 30) dochází také k rozvíjení narativního přístupu v zahraničí, kde hraje důležitou roli individuální a hlavně životní příběh seniora. K těmto názorům o narativním přístupu se přidává také Špatenková a Bolomská (2011, s. 15). Obě autorky uvádí, že se jedná o vzpomínání za účelem minulé události spojené s příjemnými zážitky doprovázející pozitivní emoce. Podle Strnada a Nejedlé (2014, s. 76) je cílem narativního přístupu spíše nalezení nového smyslu vlastního osobního či pracovního příběhu s významným posunem ve vnímání sebe sama. Freedman a Combs (2009, s. 53) jsou názoru, že se jedná o převyprávění a novém prožití vlastních příběhů.

Narativní rozhovor jako metodu zpracoval německý sociolog Fritz Schütze (Hendl, 2016, s. 180). Narace, jak uvádí Gavora (2010, s. 204-206), je samotné vyprávění. Je to nejpřirozenější způsob lidského vyjadřování tzn. všechno, co člověk zažil a co ví o světě, si ukládá v paměti ve formě vlastního příběhu. Na rozdíl od polostrukturovaného či nestrukturovaného interview je kladen větší důraz na vyprávění zkoumané osoby, které je zaměřené na určité téma. Samotný výzkumník je v pozadí, jen iniciuje vyprávění. Úlohou výzkumníka je, aby vypravěč o daném tématu vyprávěl ze široka, autenticky i zainteresovaně. Spolehlivost získaných údajů se často opírá tak, že se vypravěč opírá např. o fotografie, pracovní materiály apod. Tyto dokumenty pomáhají samotnému vypravěči vybavit si události včetně jejich pořadí. Pro výzkumníka jsou zdrojem dat, kterými může kontrolovat hodnověrnost obsahu samotného vyprávění. K tématu



narativní rozhovor se vyjadřuje také Hendl (2016, s. 180), který je názoru, že vypravěč je povzbuzován ke zcela volnému vyprávění. Při vyprávění nám může jít předem o určitá témata.

Narativní rozhovor, jak uvádí Hendl (2016, s. 180-181) se dělí na čtyři fáze tzn. stimulace, vyprávění, kladení otázek pro případné vyjasnění nejasností, zobecňující otázky. Nejdříve se musí subjekt stimulovat. Dotazovanému prezentujeme dané téma i jeho samotný význam. Snahou je získat důvěru. Pak je možné vypravěče požádat, aby začal vyprávět. Můžeme se zajímat o určitý tématický či časový výsek nebo o celý jeho život. Po ukončení vyprávění se tazatel snaží vyjasnit rozpory či ozřejmit nejasné otázky. V této fázi se také využívá schopnost dotazované osoby vyprávět. Při každém dalším upřesňujícím dotazu se citují příslušné úseky vyprávění. V poslední fázi rozhovoru se tazatel snaží využít schopnosti vypravěče vysvětlovat a je povoleno odpovídat na otázky typu proč, aby se dospělo k vyjasnění určitých významových struktur.

Rosenthalová (in Hendl, 2016, s. 181) rozvinula metodu narativního rozhovoru. Rosenthalová považuje vyprávění o životě i jeho rekonstrukci jako nutnou podmínku pro interpretaci určitých témat v životě osob. Rozděluje narativní rozhovor na fázi hlavního vyprávění a dotazovací fázi. V první fázi, tzn. ve fázi hlavního vyprávění, dává tazatel otázku jako výzvu k samotnému vyprávění. Dotazovaná osoba vypráví o svém životě, vytváří tím svoji biografickou prezentaci. V druhé etapě, tzv. dotazovací etapě, klade výzkumník internální i externální narativní otázky. Internální otázky se týkají toho, o čem bylo samotné vyprávění. Externální otázky se týkají témat, která nebyla zmíněna a tazatele zajímají.

### **Reflektující přístup**

Dalším přístupem, ke kterému patří především životní rekapitulace, je reflektující přístup, který je považován za speciální formu reminiscence. Cílem je vybavovat si vzpomínky z rozhovoru, který probíhá mezi terapeutem a účastníkem či malou skupinou za účelem porozumění životu včetně všech obtíží, konfliktů, a přijmout život takový jaký byl. Tento přístup má vést k odpuštění a usmíření mezi členy rodiny a přáteli. Mezi hodnotící přístupy může člověk řadit i reminiscenci uplatňovanou jako jednu z technik validace. Validace znamená přijmout realitu druhého člověka. Jedná se o způsob komunikace, která směřuje ke vzájemnému sblížení (Janečková, Vacková, 2010, s. 25-26).

## Expresivní přístup

Třetí přístup tedy expresivní je spojen s vyjádřením emocí. V tomto přístupu se jedná o práci s těžkými vzpomínkami, které v sobě starý člověk dlouhou dobu nosí. Tím, že senior o své těžké situaci mluví, může dostat velmi cenné rady a začít nahlížet na problém z jiného hlediska. Následně dochází u člověka k uvolnění vnitřního napětí včetně pohledu na sebe sama. Mluví-li člověk o traumatu, může nastat zmizení úzkosti, stresu či jakékoli jiné zdravotní problémy (Holczerová, Dvořáčková, 2013, s. 66). K tomuto názoru se také přidává Janečková a Vacková (2010, s. 29), které zmiňují psychologa Jamese Pennebakeru zabývající se metodou expresivního vyjádření emocí a otevření vlastní minulosti. Zdůrazňují, že člověk zapojuje při tomto přístupu do své obtížné situace blízké lidi, kteří projeví s člověkem soucit, ocení jeho jednání, naslouchají mu či poskytnou radu.

## Informační přístup

Čtvrtým přístupem je přístup informační, který je zaměřen na předávání zkušeností, poznatků i postojů. Využívají se autobiografické metody, kdy jedinec vypráví osobní příběh v kontextu historické události včetně vlastní interpretace a poučení pro mladou generaci. Reminiscenční program by měl zahrnovat nejen přednášky pamětníků, vzdělávací pořady, setkání generací, ale také tvorbu reminiscenčních beden (Janečková, Vacková, 2010, s. 30).

### ➤ Formy reminiscence

Existuje řada kategorizace forem reminiscenční terapie. Můžeme zmínit například **Faith Gibsonovou**, která rozlišuje reminiscenci specifickou a obecnou. **Obecná reminiscence** znamená, že je předem naplánovaná a jsou při ní využívány různé reminiscenční pomůcky, které mají sloužit ke stimulaci vzpomínek na určité téma. **Specifická reminiscence** znamená, že jsou cíleně vybrané specifické pomůcky. Jsou používány takové materiály či předměty, které starý člověk přímo vlastní či se ho bezprostředně týkají (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 26).

Reminiscenční terapie podle Špatenkové (2013, s. 68) může být realizována buď individuálně či ve skupině. **Skupinová reminiscenční terapie**, jak uvádí Špatenková, Bolomská (2011, 26), může mít podobu formální či neformální. Při **formální skupinové reminiscenci** je vedena skupinová diskuze zaměřená na různé aspekty minulosti pod vedením tzv. reminiscenčního terapeuta. Může se jednat např. o prohlížení starých filmů, diapozitivů, fotografií či poslech hudby. Podle Špatenkové a Bolomské (2011, s. 28) by měla být formální

skupinová reminiscence předem naplánovaná. Je vhodné, aby reminiscence probíhala někde, kde je možné zajistit plnou koncentraci. Na samém začátku mohou účastníci reminiscence potřebovat dopomocť při snaze soustředit se na určité téma. Reminiscence by měla být cíleně zvolena. Nejsou-li lidé na tento druh činnosti zvyklí, je lepší začít sdílením informací o sobě, vlastní rodině, zázemí, a až poté se postupně věnovat dalšímu tématu do hloubky. Formální skupinová reminiscence by měla mít omezený počet osob. Tyto osoby by měli s účastí v reminiscenční terapii souhlasit. Měli by být tak předem obeznámeni, jak a co bude probíhat. Velká pozornost by se měla věnovat také tzv. facilitaci skupiny. Podle Špatenkové a Bolomské (2011, s. 28) dochází k **neformální skupinové reminiscenci** spontánně a nenuceně. Tento typ reminiscence je otevřen komukoliv, kdo je zrovna přítomen v dané místnosti jako např. pracovníci či návštěva. Hlavní rolí reminiscenčního terapeuta je snaha vtáhnout starého člověka i ostatní účastníky do probíhající konverzace, diskuze či debaty. Tato forma reminiscence by měla být zábavná a odlehčená vzhledem k neformální atmosféře. Je samozřejmě nezbytné zajistit, aby všichni účastníci dobře slyšeli, viděli a v místnosti byla příjemná atmosféra. Hlavním cílem neformální skupinové reminiscence je snaha přinést radost i stimulaci, ale také smysl do života starého člověka v instituci. Podle Špatenkové (2013, s. 68) je neformální skupinová reminiscence součástí jiných aktivit. Hlavním cílem je navození atmosféry tzv. domácího prostředí, rozptýlení seniorů či společná interakce. Jedná se např. o pouštění dobové hudby či dekoraci místnosti starými fotografiemi apod. Autorky Špatenková, Bolomská (2011, s. 28) jsou názoru, že v praxi většinou jednoznačné dělení na formální a neformální skupinovou reminiscenci nefunguje. Hlavním důvodem je, že často dochází k prolínání obou forem reminiscence. Tento způsob může být naopak velmi příjemný i uvolňující, předchází-li před specifickou formální vedenou diskuzi nezávazné popovídání si.

O **individuální reminiscenci** se zmiňuje Špatenková, Bolomská (2011, s. 26-28), které jsou názoru, že tato forma je velmi dynamická a může také dojít k vytvoření intenzivního vztahu mezi naslouchajícím a vzpomínající osobou založené na vzájemné důvěře. Pro starého člověka může být samotné vzpomínání přínosem. Tímto se mu dostává potvrzení, že je stále respektován jako individualita. Díky tomu vzniká také prostor pro témata, která jsou pro vzpomínající osobu velmi důležitá. Pro ostýchavějšího člověka je tento typ reminiscence nejvhodnější, neboť zde vzniká prostor a čas, aby si na naslouchajícího postupně zvykl a došlo k vybudování určitého vztahu. Hlavním cílem individuální reminiscence je přinést radost a smysl do života starého člověka v instituci.

## 2.2 Reminiscenční zdroje

Reminiscenční zdroje, jak uvádí Špatenková, Bolomská (2011, s. 31), mohou být využity ke stimulaci procesu vzpomínání, ale také k navození správné atmosféry při reminiscenci.

Zdroje:

- Reminiscenční pomůcky, tzn. zdroje, které si zakoupíme, zapůjčíme či si je vyrobíme a poté přímo použijeme pro vzpomínání i stimulaci konverzace.
- Komunitní zdroje, tj. místa, která může klient navštívit.
- Lidské zdroje, tzn. všichni lidé, kteří mohou spolupracovat.

**Reminiscenční pomůcky** podle Špatenkové, Bolomské (2011, s. 32-36) jsou v reminiscenci používány proto, aby pozitivně podněcovaly vzpomínající. Čím více smyslů je stimulováno při užití konkrétní pomůcky, tím je její použití pro klienta přínosnější. Do reminiscenčních pomůcek patří vizuální pomůcky (fotografie, kresby či obrázky, promítání obrázků na plátno, články z novin či časopisů, televize, video, promítání filmů), auditivní pomůcky (nahrávky zvuků, mluveného slova, hudební nahrávky, zvuky okolo nás), sensorická stimulace (dotýkání se věcí, vůně, chuť).

Do **komunitních zdrojů** patří například knihovna, muzeum, galerie či škola. Významnými **lidskými zdroji** pro reminiscenci jsou ošetřovatelky, sociální pracovníce, dobrovolníci či pracovníci sestavující si aktivizační program apod. (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 38-40).

Při využívání reminiscenčních zdrojů se dodržuje několik zásad:

- nezahlcovat staré osoby nadměrným množstvím materiálu,
- obsah reminiscence by měl být vybírán s přihlédnutím k prostředí, věku starého člověka apod.,
- mělo by se vycházet z toho, co starý člověk sám zažil,
- naslouchat klientům reminiscence a nechat se jimi vést,
- nesnažit se lpět na určitém tématu, cílem je stimulace starého člověka, nikoliv jeho omezení (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 31).

## 2.3 Osobnost a reminiscence

Každý člověk je osobnost. Zvláště u starých lidí při vzpomínání je zapotřebí využít specifické přístupy. Jak uvádí Špatenková a Bolomská (2011, s. 16-18), touto myšlenkou se zabýval anglický psycholog P. G. Coleman, který sestavil typologii vzpomínajících. Snažil se najít spojitost mezi typem vzpomínajícího a celkovou spokojeností se svým životem a samotným přístupem k přítomnosti. Jeden z těchto typů je člověk, který vzpomíná často a cení si vlastních vzpomínek. Druhý profil člověka je ten, který vzpomíná často, ale jeho vzpomínky ho trápí. Třetím příkladem osobnosti je člověk, který vzpomíná zřídka, protože nespátřuje ve vzpomínání smysl. Poslední typ osobnosti se samotnému vzpomínání vyhýbá, neboť mu vzpomínky připomínají ztráty, které prožil.

### **První kategorie: Člověk vzpomínající často si cení vlastních vzpomínek**

Člověk, který se řadí do první kategorie, vnímá vzpomínání jako něco, čím se rád a často zabývá. Přináší mu velmi dobrý pocit. V těžkých situacích je pro něj útechou a pomáhá mu vyrovnat se s problémy. Vlastní vzpomínky považuje za něco velmi cenného, proto má člověk také snahu napsat o svém životě knihu.

### **Druhá kategorie: Člověk, který vzpomíná často, ale jeho vzpomínky ho trápí**

Do této kategorie řadíme lidi, kteří jsou vlastními vzpomínkami oběžováni a deprimováni. Nedokážou se smířit s tím, jak svůj život prožili. Vlastní život považují za neuspokojující a nedokážou se vyrovnat s tím, co se jim během života přihodilo.

### **Třetí kategorie: Člověk, který vzpomíná zřídka, protože nespátřuje ve vzpomínání smysl**

V této kategorii se vyskytují lidé, kteří vzpomínají velmi málo. Vzpomínky pro ně nemají žádný zvláštní význam. S vlastním životem jsou celkem spokojeni.

### **Čtvrtá kategorie: Lidé, kteří se samotnému vzpomínání vyhýbají, neboť jim vzpomínky připomínají ztráty, které prožili**

Do poslední kategorie patří osoby, které se snaží vzpomínání vyhnout. Vzpomínka jim přináší bolest a smutek, protože se během svého života nedokázali vyrovnat se ztrátou, kterou utrpěli. Často trpí depresi.

Colemanova typologie má pro reminiscenci velký význam, protože je respektován individuální přístup ke člověku. Umožňuje také identifikovat, zda je metoda vhodná pro daného jedince či nikoliv. Samotná reminiscence je nejvhodnější pro osoby spadající do první kategorie.

## **2.4 Reminiscence a její podíl na uchování kvality osobnosti seniora**

Reminiscence má pozitivní vliv na zvýšení kvality života seniorů. Může být také obohacujícím prvkem pro rodinné příslušníky, pracovníky, dobrovolníky či další osoby, které se samotné reminiscence zúčastní. Přínos reminiscence nemůže být vnímán jako samozřejmost, ale jako důsledek hloubky i kvality pozornosti, která je věnována naplnění potřeb sociálních, psychických i spirituálních. K dosažení pozitivních výsledků nestačí pouze pravidelná reminiscenční terapie. Je zapotřebí také vnímat seniora jako osobnost a jeho individualitu.

### **Přínos reminiscence pro vzpomínající osobu**

Reminiscence může seniorovi pomoci při adaptaci na život v instituci. Samotná situace může být pro starého člověka velmi psychicky náročná, protože ztratili nejen vlastní domov, věci, zvyky, ale hlavně vlastní navyklý způsob života. Tento proces může vést až k úplnému uzavření do sebe, s potřebou nekomunikovat a často také dochází ke vzniku deprese. K tomuto negativnímu důsledku nemusí dojít, budou-li se pracovníci instituce seznamovat detailně s daným jedincem a jeho vlastní životní historií. Malá reminiscenční skupina může prolomit pocit izolace u seniora. Členové skupiny se navzájem učí naslouchat si, akceptovat se a navzájem se otevírají při sdělování významných okamžiků vlastního života. To vede následně k navázání nového přátelství. Reminiscence může vést ke vzniku nových vztahů, ke zlepšení jejich sociability a zároveň podporuje vědomí vlastní identity. U starého člověka je možné také přispět ke znovuoobnovení osobní identity, vlastní hodnoty a pocitu jedinečnosti seniora. Reminiscence by se měla zaměřit s ohledem na obnovení narušené identity seniora především na životní období, naslouchání vzpomínajícímu seniorovi a dopomoc členům samotné reminiscenční skupiny k uvědomění si, že jejich vlastní život má určitou formu. Reminiscenční terapie zvyšuje nejen sebevědomí, ale také sebeúctu seniora. Vrací starému člověku jeho důstojnost a hodnotu. Umožňuje vyjádření emocí, podporuje pozitivní komunikaci a vzájemnou interakci. Může dopomoci k vyrovnání se s nevyřešenými emocemi a konflikty včetně přinášet do života seniora radost (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 77-78). Podle Janečkové a Vackové (2010, s. 33) dochází u osob účastnících se reminiscenční terapie k otevřenosti. Osoby jsou více odvážnější a kritičtější k vnějším podmínkám vlastního života.

## Kvalita života ve stáří

Kvalita života v období stáří, jak uvádí Špatenková a Smékalová (2015, s. 43-44), se týká nejen naplnění životního stylu, úrovně, potřeb či zdravotního hlediska, ale také spokojenosti starého člověka. Kvalita života vyjadřuje, jak člověk hodnotí sám svou vlastní životní situaci. Smysluplnost a kvalita života v období stáří ovlivňuje nejen integraci seniora do společnosti, ageismus, ale také diskriminaci starého člověka. Dostatek smysluplných aktivit pro seniora má vliv na samotnou kvalitu života člověka. K tématu se také připojuje Tomeš a kol. (2017, s. 115), kteří zdůrazňují důležitost přínosu seniora pro své okolí a jeho společenské uznání. Starý člověk závislý na pomoci druhé osoby má tendenci považovat se za břemeno pro okolí. Podle Mühlpachra (2017, s. 49-50) kvalita života člověka představuje duchovní život, tvořivost, kreativitu, ale také řadu sociálních, duchovních i psychických elementů. Kvalitu života můžeme také definovat jako stupeň uspokojování materiálních i duchovních potřeb člověka, stupeň integrace člověka do společnosti či splnění očekávání v životě. Mluvíme-li o kvalitě života, musíme mít na paměti podmínky ekonomické, sociální, zdravotní, podmínky bydlení, sociální prostředí jedince, bezpečnost člověka či jeho volný čas. Kvalita života člověka je spojena s edukací člověka v průběhu jeho vlastního života, ale také s jeho socializací i enkulturací. Kolman (in Mühlpachr, 2017, s. 51) uvádí, že kvalita života není novým současným problémem. V minulosti se tento pojem ztotožňoval s pojmy jako např. podmínky či styl života, způsob života nebo podmínky lidského bytí. Dále Mühlpachr (2017, s. 69-80) uvádí, že hovoříme-li o kvalitě života staršího člověka, jde především o hodnocení individuální kvality. Hlavními složkami jsou většinou pohoda, spokojenost, životní štěstí a očekávání. Životní spokojenost je ovlivněna životními úspěchy, životními událostmi či neúspěchy, zdravotním stavem. Nejdůležitějším vnějším elementem vytváření kvality života u člověka je vlastní rodina včetně celého komplexu vztahů, který je v této rodině vytvořený.

### 3 PRAKTICKÉ VYUŽITÍ VZPOMÍNEK

V této třetí kapitole se věnujeme praktickému využití vzpomínek s odkazem na cizojazyčný a zahraniční zdroj. Dále zmiňujeme také metody využívané při reminiscenci včetně hmatatelného výsledku na konci reminiscenční aktivity. V poslední části této kapitoly seznamujeme s pojmy denní stacionář a senior.

Pro každého člověka jsou velmi důležité vzpomínky i vzpomínání. K základním vlastnostem lidské psychiky patří schopnost aktivně si vybavovat vzpomínky. Při vzpomínání dochází k možnosti znovuprožívat události svého života, přehodnocovat je, a začleňovat je do svého životního příběhu. Jedná se o ožívování minulosti v představách, při činnostech zaměřených na kreativitu, při vyprávění příběhů či o subjektivních interpretaci vlastních zkušeností v minulosti ale také o zkušenosti druhých lidí a jejich osobních zážitků i historických událostí. Vzpomínání má nezastupitelné místo v duševním životě každého člověka. Objevuje se nejčastěji ve vyšším věku. Má nezastupitelný charakter z hlediska terapeutického využití. Existují různé přístupy i teoretická východiska, která se snaží pochopit stáří jako významnou plnohodnotnou etapu života v protikladu s představami, že se jedná o úpadek a konec života nevhodný zájmu širší společnosti ale také okolí (Janečková, Vacková, 2010, s. 14). K samotnému tématu vzpomínka se také vyjadřuje Erwin Böhm (2015, s. 77-78), který se ztotožňuje s tvrzením, že starý člověk žije převážně ve vzpomínkách. Staří lidé si však mohou stěžovat, že se jim paměť zhoršuje. Vzpomínku lze chápat jako něco jiného než paměť. Böhm zdůrazňuje, že oba pojmy se týkají minulosti. Samotnou paměť má člověk na data, čísla domu, tváře či slovíčka, která jsou zapotřebí se naučit nazpaměť. Pojem vzpomínka je ale zakořeněno hlouběji uvnitř. Učí-li se člověk nazpaměť či mechanicky, může si uchovat jakékoli věci, anebo už to nedokáže. To, co si člověk vnitřně osvojil, nespočívá pouze ve skutečnostech, které uslyšel či uviděl. U vzpomínky se jedná o součást života člověka. Mají pozitivní či negativní význam. Dávají životní souvislosti smysl. Samotné vzpomínání je vztahem člověka k vlastnímu vnitřnímu světu. Člověk vzpomíná vždy na to, co již bylo, ať ho to naplňuje štěstím či trápí. Starý člověk nemůže uniknout vlastnímu osudu zabývat se vzpomínkami, nechce-li je vědomě potlačit. Paměť jako racionální výkon a vzpomínka jako emocionální akce tvoří dohromady životní souvislosti ze samotných příběhů a z folkloru klientů a nás samotných. V duševní péči se člověk stává terapeutem vzpomínání. Samotná vzpomínka neponechává vlastní zážitky nezměněné. Dochází k tzv. přebarvování. Jedná-li se o zemřelého přítele, či věci, o které člověk v minulosti usiloval, dokáže člověk vedlejší okolnosti zapomenout nebo přikrašluje si sympatie. Kromě přikrašlování dokáže člověk



vyprávět také nejen o dobrých, ale také o zlých starých časech. Na duši seniora musíme pohlížet jako na vzpomínku na emoce a z nich plynou určité důsledky. Při práci se vzpomínkami je zapotřebí reaktivovat duši seniora, nikoli provádět u starého člověka trénink orientovaný k současné situaci. Jádrem Böhmovy duševní péče spočívá v aktivování minulé, vědomé a uložené skutečnosti tzn. oživit prostřednictvím znovuoživení dávno prožité skutečnosti. Erwin Böhm se zabývá psychobiografickými obsahy, které jsou převážně příběhy, folklorní situace, morální otisky či copingy. Pojem „folklor“ vyjadřuje Erwin Böhm jako výchovnou poučku či průpovídky, které mají přispívat k výchově dětí. Pojem „coping“ vysvětluje Erwin Böhm (2015, s. 117) jako snahu zvládat vlastní život, zátěže, reagování na okolí, naučené životní vzorce apod. Dále Böhm (2015, s. 31) zdůrazňuje, že dochází při změně ve stáří u člověka k míchání včerejšího a předvčerejšího dne se zlomkem daného dne, takže člověku „*...věci minulé jako vzpomínky dávají v bilanci smysl života.*“

### 3.1 Reminiscence a její praktické využití

Vzpomínání je vnímáno nejen jako součást ale také jako projev tzv. zdravého stárnutí. Cílem je umožnit smířit se a vyrovnat s prožitými křivdami, dospět k životní moudrosti, přehodnotit špatná rozhodnutí. Z tohoto důvodu jsou vzpomínky starého člověka využívány nejen v sociální oblasti, ale také důležitým materiálem pro společenské vědy. Samotná sociologie používá narativní (autobiografické) metody k poznání osudu konkrétní sociální skupiny a ke zhodnocení významu jejich zkušeností pro identitu a společné soužití obyvatelstva. Sociologové prokázali vysokou důležitost vyprávěných příběhů pro každého jedince. Ve vzpomínkách jde nejen o poznání a přiblížení minulosti ale také o zdroj společných kořenů, národní hrdost, identitu, tradice. Vzpomínání a vzájemné sdílení s rodinnými příslušníky či blízkými má v životě jedince důležité místo. Kromě sociologie musíme zmínit také kulturní antropologii, která má za cíl interpretaci chování a jednání živých osob na základě vyprávění příběhů. Nesmíme také opomenout historii, která čerpá ze samotných vzpomínek pamětníků. Jedná se o vzpomínky na průběh dějinných událostí, které jsou nedocenitelnou hodnotou pro nastupující generaci. Musíme zde také zmínit velmi důležitou oblast, a to podpora zdraví v komunitě. Cílem takového projektu je snaha o přiblížení lidí k sobě navzájem a spojit je prostřednictvím vzpomínek, které rádi vyprávějí a sdílejí. Reminiscence se stává místem uvolnění, posílení identity, prostředkem k příjemnému prožitku, připomenutí historie či celkově vede ke spojení s místním společenstvím (Janečková, Vacková, 2010, s. 38-41). Podle Špatenkové a Bolomské může reminiscence hrát ve skutečnosti širší roli. Obě autorky zmiňují ve svém díle A. Norrise, který se zasazuje, aby

reminiscenční terapie byla vnímána jako integrální součást péče o staré lidi v institucích. Hlavním důvodem se stává, že starý člověk několikrát během dne sklouzne do vyprávění o své vlastní minulosti. Toto se stává zcela náhodně při kontaktu s druhou osobou. Ignorování vzpomínajícího, který se nám snaží něco sdělit, je známka necitlivosti. Pokud je samotné vzpomínání důsledkem reminiscenční terapie, které probíhá jen v jinou dobu, dochází k maření vloženého úsilí všech zainteresovaných osob (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 28-29). V tomto pojetí rozvinula svou práci se vzpomínkami **Pam Schweitzerová**, která založila v roce 1983 společnost tzv. Age Exchange Theatre Trust tzn. Divadelní sdružení při britské charitativní organizaci Age Exchange. V roce 1987 otevřela v Londýně první pamětní středisko pro odbornou přípravu v oblasti vzpomínek. Zde se mohou setkávat všichni lidé všech generací a kultur, kteří se zúčastní jakéhokoli reminiscenčního projektu. V roce 1993 vznikla tzv. European Reminiscence Network tzn. Evropská reminiscenční síť, kterou Pam Schweitzerová vedla do roku 2005. Cílem Schweitzerové je zlepšovat kvalitu života seniorů a zaměřit se na pozitivní prožitky. Posledních 30 let se věnuje nahrávání a uchování vzpomínek seniorů zaměřující se na klíčové témata v sociálních dějinách 20. století. Pam Schweitzerová založila také v roce 1993 divadelní společnost starších lidí tzv. Good Companions (Pam Schweitzer, ©2016). Zde se setkávali lidé ve věku od 65 do 86 let bez jakékoli osobní zkušenosti s divadlem. Za spolupráce s Pam Schweitzerovou vzniklo deset originálních produkcí, které se rozvíjely za pomoci improvizace na základě vlastního sdíleného životního zážitku. V roce 1992 vznikla první produkce s názvem „Pamatuji si kdy...“. V této improvizované hře se starší lidé dohodli, že si zahrají některou ze svých vzpomínek z mládí. Druhé dílo vzniklo v roce 1994 pod názvem „Babičské kroky“, kde si děti zahrály na starší osoby a senioři hráli své prarodiče. Třetí mezigenerační hra vznikla v roce 1995 pod názvem „Cheers“. Starší lidé zde zahráli, jak prožili konec války a následující období svého života. Čtvrtá hra pod názvem „Práce probíhá“ vznikla v roce 1996. Byla zaměřena na individuální i sdílené vzpomínky seniorů při první zkušenosti z pracovního světa. Hra byla podána s velkým humorem a vynalézavostí. Pátá hra „Naše století a nás“ vznikla v roce 1999. Jednalo se o nejambicióznější dílo, které procházelo časovým obdobím od nejstarších vzpomínek v samotném roce 1920 až po tisíciletí. Do hry se zapojilo celkem jedenáct starších žen a jeden muž. Tato hra byla zaměřena na osobní příběhy, skladby i choreografii. Odehrála se nejen na slavných divadelních festivalech v Kolíně a to v roce 1999, ale také v Londýně v roce 2000. Šestá hra pod názvem „Jubileum“ vznikla v roce 2002. Byla navržena k padesátému výročí vstupu královny Alžběty II. Hra byla odvozena od paměti starších osob o jejich vlastních životech na počátku padesátých let minulého století. Tato hra má velký úspěch. Klade důraz na životní zkušenost obyčejných lidí. Sedmá hra „Přátelská ulice“ vznikla v

roce 2004 zaměřená na zkušenosti ze svého dětství s učením na ulici (Pam Schweitzer, ©2016).

### 3.2 Metody využívané při reminiscenční práci se seniory

Reminiscenční aktivity mohou mít různou formu a podobu. Reminiscence využívá prvky *arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie, zooterapie, terapie pohybem, validační terapie* apod.

*Arteterapii* můžeme vnímat jako preventivní nebo léčebný přístup. Jsou v ní využívány prvky ze všech oblastí výtvarného umění. Nejčastěji jde o koláž, malbu či kresbu. Arteterapii je možné kombinovat s reminiscenční terapií.

*Muzikoterapie* je terapie, která využívá účinky hudby na psychiku samotného člověka. K oblíbené aktivitě starého člověka patří zpravidla zpěv.

*Dramaterapie* je léčba divadlem a dramatem, která využívá zejména představitost.

*Zooterapie* nebo-li terapie se zvířaty, je mezi starými lidmi velmi oblíbenou činností. Pokud není možné, aby starý člověk přímo v instituci choval zvíře, je vhodné realizovat tzv. canisterapii, která využívá pozitivního působení psa na samotného člověka.

*Terapie pohybem* se může realizovat formou chůze, záměrného cvičení či tancem. Pohyb i tělesná aktivita je pro člověka důležitá v každém věku. Starý člověk, který pravidelně cvičí, je zdravější a cítí se duševně i fyzicky lépe než ten, který necvičí.

*Validační terapie* se opírá o naslouchání a vcit'ování. Je určena pro seniora, u kterého dochází k nástupu zmatenosti. K validačním technikám patří například hudba, práce s hlasem, dotek, napodobování druhého apod. (Špatenková, 2013, s. 69-74).

#### ➤ Metody využívané při reminiscenci

Při samotné reminiscenci se využívají verbální i neverbální metody. Z tohoto důvodu musíme jednotlivé metody také zmínit a popsat.

Do **verbálních metod** řadíme vzpomínání, které je založeno na užívání slov v písemné či ústní formě. Vzpomínat může pracovník se svým klientem při poskytování každodenní péče či terapeut tzn. facilitátor, asistent při společném sezení v určeném čase. Vzpomínat mohou také lidé, kteří si povídají ve skupině či jeden vypráví nějaký příběh většímu počtu osob, popřípadě

spolu navzájem vzpomíná dvojice osob hovořící z očí do očí. K verbálním technikám patří také např. recitace básní, společný zpěv známých písní, hraní rolí, hlasité předčítání, hraní divadla podle vyprávěných vzpomínek. Vzpomínky mohou být také zapsány ručně a poté jsou přepsány do počítače či je starý člověk sám píše do počítače. Senior může psát dopisy, zápisky, životní příběh či deník. Zapsané vzpomínky, které jsou doplněné dokumenty i fotografiemi, jsou uspořádány do knih života, paměti či kronik.

Vyjadřují-li se vzpomínky za pomoci těla či výtvarnými prostředky, popřípadě dochází k tichému vnímání reminiscenčních podnětů, jedná se o **neverbální metody**. Příkladem může být prohlížení např. fotografií, pohlednic, starých časopisů, sledování filmů, popřípadě také práce např. vaření, praní, šití, pečení, žehlení. Dalším příkladem může být aktivní výtvarná tvorba tzn. kresba, vzpomínková krabice, koláž, modelování. Do neverbálních metod patří také vycházky i výlety (tzn. do místa narození, muzea atd.), tanec, neverbální divadlo (pantomimické hraní rolí), pantomimické hry (znázorňování činností – sport, pracovní činnost či zrcadlení druhé osoby), oblékání starých kostýmů, naslouchání hudbě (Janečková, Vacková, 2010, s. 66-67).

Při reminiscenci se mohou objevit různé problémy jako např. starý člověk nemluví o své minulosti, vzpomínky jsou zmatené, může se objevit problém s kolegy, někteří staří lidé mohou narušovat průběh reminiscence či může dojít ke konfrontaci s bolestivými tématy (Špatenková, 2013, s. 69).

Podle Janečkové a Vackové (2010, s. 67) může, ale také nemusí být výsledkem reminiscenční aktivity nějaký produkt. **Podle výsledku** dělíme reminiscenční metody na nemateriální a materiální. **Nemateriálním výsledkem** je např. spokojenost, nové poznatky i vztahy, příjemný zážitek. Autorky Špatenková a Bolomská (2011, s. 81) jsou názoru, že velkým přínosem pro samotného seniora je **hmatatelný výsledek** na konci reminiscenční aktivity jako např. kniha, výstava, audio-nebo videonahrávky vzpomínání, výtvarné dílo či kniha životního příběhu. Mnozí staří lidé mají potřebu zanechat důkaz o své existenci.

### 3.3 Reminiscence využívaná ve stacionáři pro seniory

Reminiscence je využívána v různých zařízeních sociálních služeb. Sociální službou podle zákona č. 108/2006 Sb. §3, o sociálních službách se rozumí činnost, která zajišťuje pomoc i podporu osobám za účelem prevence sociálního vyloučení či sociálního začlenění. Sociálním začleňováním se rozumí proces, který zajišťuje, že osoba sociálně vyloučená či sociálně

vyločením ohrožená dosáhne příležitosti i možnosti, které jí pomohou plně se zapojit do sociálního, ekonomického, ale i kulturního života společnosti a žít způsobem, který společnost považuje za běžný (Česko, 2012).

### Stacionář

Stacionář je podle zákona č. 108/2006, Sb. služba, která je poskytována osobám se sníženou soběstačností z důvodu věku či zdravotního postižení, ale také osobám s chronickým duševním onemocněním.

Stacionář pro seniory je určen těm seniorům, kteří mají problémy s mobilitou a trpí např. Alzheimerovou chorobou atd. Některé stacionáře nevyklučují návštěvu zdravých seniorů. Tato sociální služba může být příkladem k naplňování sociální funkce tzn. poskytují rodinným příslušníkům starého člověka pocit, že jejich příbuzný je v bezpečí, je o něho postaráno, ale také má zároveň smysluplnou náplň volného času. Cílem sociální funkce u starých lidí je přispívat k lepším mezigeneračním vztahům i mezigenerační komunikaci včetně prevence ageismu (Pávková in Janiš, Skopalová, 2016, s. 31).

Stacionář nabízí tyto základní činnosti:

- pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu,
- pomoc při osobní hygieně či poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- vzdělávací, výchovné i aktivizační činnosti,
- poskytnutí stravy,
- sociálně terapeutické činnosti,
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- pomoc při obstarávání osobních záležitostí, uplatňování práv a oprávněných zájmů (Česko, 2012).

## Senior

Senior je osoba, která dosáhla 65 i více let, jak uvádí Janiš a Skopalová (2016, s. 34). Kalvach (1997, s. 22) člení seniory na mladé seniory (65-74 let), staré seniory (75-84 let) a velmi staré seniory (85 a více let). Autoři Janiš a Skopalová (2016, s. 35) dále upozorňují, že stanovení věkové hranice přináší do budoucna jisté komplikace, protože s prodlužující se délkou života bude nezbytné věkovou hranici revidovat.

## Aktivizace

Člověk je, jak uvádí Kalvach (1997, s. 82), od přirozenosti tvor činný. Nečinnost u člověka je spojena s prázdnotou, nízkou kvalitou života atd. Proto je potřeba staré lidi aktivizovat a podněcovat je k určité míře psychické i tělesné aktivitě. Je zapotřebí respektovat přání i možnosti konkrétního starého člověka. Základem je individualizovaný osobní přístup včetně sledování konkrétního cíle v rámci pozitivního ovlivňování kvality života seniora. Psychická aktivizace musí vycházet z přání klienta, jeho perspektivy i životní situace, ale také hlavně respektovat jeho možnosti. Každá aktivita je podmíněna tím, aby klient chtěl, uměl i mohl danou činnost provádět. Člověku může bránit k činorodosti například faktory psychické tzn. obava ze zesměšnění či odsouzení, faktory vztahové tzn. klientovi brání rodina, faktory finanční či bytové tzn. sociální zabezpečení ve stáří i sociální pomoc. Pasivita u klienta může být způsobena, také řadou zdravotních problémů tzn. poruchy chůze, bolesti, únava, poruchy sluchu či zraku apod. K aktivizačním i stimulačním metodám patří například rozhovor i četba.

Podle Kalvacha (1997, s. 84-85) je aktivizace naléhavá například u osob:

- nemocných s poruchami řeči, čtení, psaní, prostorového vnímání,
- nemocných poruchami hybnosti, po úrazech i operacích apod.,
- prožívající rezignovanou apatii neúspěšné adaptace na vlastní stáří nebo osobní situaci tzn. ztráta smyslu života, osamělost.

U těchto osob je zapotřebí usilovat o nalezení pocitu spokojenosti a překonávající vlastní prázdnotu. K nástrojům patří například:

- tělesná aktivizace tzn. nácvik chůze, postavování,

- krátkodobá změna prostředí tzn. vysazování do křesla, krátkodobý pobyt venku,
- aktivizační rozhovor,
- kognitivní aktivace,
- skupinová terapie tzn. snaha o prolomení izolace, navázání interpersonálního kontaktu, vyprávění o událostech z mládí, využívá se hudba, zpěv, pohybové aktivity,
- reminiscence – vyplouvání starých zážitků i zájem o události z mládí klientů poslech starých desek, vybavení místnosti např. ve stylu školních tříd z počátku století, četba z kopií novin starých několik desetiletí atd.
- aktivizace využívající domácí zvířata tzn. komunikace se zvířetem nebo krmení zvířat apod.

## 4 METODY PODLE VÝZNAMNÝCH AUTORŮ

V této čtvrté kapitole se věnujeme autorům, kteří se zabývají tématem reminiscence včetně popisu a důležitosti jejich metod. Zmiňujeme také publikace, ze kterých čerpáme. Z těchto metod také vycházíme při realizaci praktické části výzkumu diplomové práce.

### 4.1 Metoda podle Špatenkové a Bolomské

Autorky Špatenková a Bolomská vytvořily publikaci „Reminiscenční terapie“, která se přímo zaměřuje na pojem reminiscence. V teoretické části diplomové práce jsme také vycházeli z této publikace (více viz kapitola č. 3). Zde jsme již zmínili jednotlivé metody včetně praktických příkladů a návodů, jak postupovat při realizaci reminiscence.

Reminiscence je speciální metoda práce se starými lidmi, která je založena na uznání důležitosti samotného vzpomínání. Vzpomínání je také proces, ve kterém hraje individuální způsob důležitější roli než historická či chronologická správnost zapamatovaného. *„Vzpomínky jsou nedílnou součástí našeho života. Mohou dávat našemu životu smysl, mohou být zdrojem radosti, ale i bolesti. Někdy jsou vzpomínky tím jediným, co zůstává – jako právě ve stáří, kdy přítomnost nemusí být zrovna povznášející a budoucnost je nejistá. Minulost ale nemusí být ztracená, protože žije dál právě ve vzpomínkách....“* (Špatenková a Bolomská, 2011, s. 9-12).

#### Realizace vzpomínkové výstavy

Organizace takové výstavy přináší podle Špatenkové a Bolomské (2011, s. 81-84) zpravidla všem zapojeným seniorům značné naplnění a uspokojení. Před samotným zahájením přípravné práce je nutné se rozhodnout, zda se bude jednat o specifickou či všeobecnou výstavu. Všeobecná výstava se zaměřuje na zobrazení minulosti s použitím materiálů, které jsou zrovna k dispozici. Specifická výstava je mnohem obtížnější. Zaměřuje se na určité téma směřující do hloubky. Hlavní zásadou je, vybrat takové téma, které je zajímavé. Různá témata je vhodné nejprve přednést při reminiscenčním setkání či jakékoliv vhodné příležitosti. Podle míry zájmu seniorů se poté vybere nejvhodnější téma. Po zvolení konkrétního tématu následuje navázání kontaktu s lidmi i organizacemi, které mohou být při organizování výstavy nápomocny. Může se jednat např. o knihovnu, noviny, rozhlas, archiv či firmy s rodinnou tradicí. Seniori mohou na výstavu zapůjčit své osobní věci. V průběhu, jak jsou získávány informace i objekty k samotné výstavě, je velmi vhodné o nich v rámci reminiscenční terapeutické skupiny diskutovat. Může



poté také následovat vzpomínání nad získanými materiály. Nejdůležitější je, aby se samotní účastníci reminiscence podíleli na celém průběhu vzniku výstavy. Musí také o všem vědět, co se děje a aktivně se zapojovali do příprav celé události. Stanou-li se účastníci reminiscence pouze pasivním publikem, veškerá aktivita pak ztrácí smysl. Je vhodné podrobně připravit seniory na průběh výstavy a to, zda se bude jednat o dlouhodobější či krátkodobější výstavu tzn. jednodenní či týdenní. Přínosem výstavy je nejen stimulace způsobená aktivní účastí seniorů na samotné přípravě, ale také může navodit větší pocit domova tzn. účastníci zde prožili část vlastního života. Výstava nabízí množství témat k samotným rozhovorům a je inspirací pro návštěvníky institucí, kteří jsou mnohdy na rozpacích, o čem konkrétním mají hovořit se svými blízkými. U vzpomínkové výstavy nemusí jít jen o velkou výstavu. Může se jednat také o malou výstavku na jediné polici. Zajímavou aktivitou je také vytvoření vzpomínkového koutku v příslušné instituci, který je vybaven vybranými dekoracemi ale také dobovým nábytkem.

### **Kniha vzpomínek**

Vytvoření knihy obsahující příběhy, básně, vzpomínky, kuchařské recepty může podle autorek Špatenkové a Bolomské (2011, s. 84-86) posloužit jako stimulace a reálný cíl reminiscenčního setkání. Starý člověk může projevit zájem sám sepsat vlastní vzpomínky. Hlavním důvodem je, že měl již nějaké předchozí zkušenosti např. s vedením kroniky či deníku. Je důležité, aby tomu, co senior napíše, byla věnována opravdová pozornost. V žádném případě by neměl být senior jakkoliv hodnocen či krizitován obsah vzpomínkové knihy i její formy. Velmi cennou se stává rukou psaná kniha, kterou může starý člověk sám či s dopomocí další osoby ilustrovat a vlepovat fotografie. Někteří staří lidé si také trufají psát počítači. Pocit vlastní důležitosti i hodnoty starého člověka stoupne, jestliže vytvořené dílo může věnovat svým blízkým. Sepsání knihy vzpomínek je možné i v rámci skupinové reminiscence. Jednotlivé vzpomínky či příběhy jsou v průběhu reminiscence zaznamenávány. Vždy je nutné získat souhlas všech seniorů, kteří se účastní reminiscenční skupiny. Je vhodné starým lidem vysvětlit důvod, proč jsou jejich vlastní vzpomínky tímto způsobem uchovávány, a rovněž se k nim pravidelně či občas vracet. Je vhodné vyprávění seniorovi přečíst, ale také ujistit se, že je to opravdu to, co nám chtěl říci. Samotné opětovné čtení vzpomínek slouží jako akt potvrzení hodnoty jednotlivých účastníků reminiscence. Je-li cílem práce v reminiscenční skupině shromáždění společných vzpomínek, je vhodné se zaměřit na práci s konkrétními tématy. V tomto případě je velmi přínosné orientovat komunikaci na srovnání dnešní doby s časy minulými. Podaří-li se knihu vzpomínek vytvořit, přichází také čas pro její propagaci a to např.

uspořádání oslavy či večírku. Vzpomínky seniorů lze také umístit na tématické nástěnky, zaslat k otištění do časopisu, zveřejnit na internetových stránkách či zapsat ve formě kroniky.

### **Kniha životního příběhu**

Podle auterek Špatenkové a Bolomské (2011, s. 86) se kniha životního příběhu systematickým záznamem rozhovoru mezi starým člověkem a naslouchající osobou probíhající po určitou dobu. Sepsání takého díla je vhodným důvodem pro komunikaci se starým člověkem. Tato kniha zaznamenává ve stručnosti život starého člověka. Může obsahovat informace o osobnosti seniora, popis jeho životních událostí, jeho názory či zájmy, ale také postoje. Jejím tvůrcem je buď přímo senior, nebo vzniká za dopomoci jiné osoby jako např. reminiscenčního terapeuta, dobrovolníka či někoho z příbuzných. Kniha životního příběhu obsahuje nejdůležitější životní události jako např. datum i místo narození, vzdělání, informace o rodinných členech, zaměstnání, vstup do manželství, narození dětí atd. Práce na knize by neměla zabrat více než deset hodin naslouchání včetně zjišťování faktů. Neopakovatelná hodnota knihy se získává díky tomu, že senior sám v nich většinou posuzuje vlastní život a vše, co dokázal. Důraz je vždy kladen na prožívání konkrétního seniora a na to, jak na něho určité události zapůsobily či jak se dotkly jeho života. Práce na knize životního příběhu může přinést povzbuzení i pro ostatní, aby se zapojili do reminiscence a podstoupili podobnou cestu. Při její tvorbě má senior možnost uvědomit si hodnotu vlastního života včetně jeho rekapitulace. Ke knize životního příběhu se vyjadřují také Janečková a Vacková (2010, s. 120), které jsou názoru, že tvorba knihy života napomáhá starému člověku k adaptaci, podporuje zachování osobní identity, ale také slouží k propojení předchozího života a života v instituci. Cílem knihy života je, aby si senior uspořádal vlastní život, přehodnotil obtížné životní situace včetně předání vlastních zkušeností. Pracovníkům instituce pomáhá poznat starého člověka i z jiné stránky.

### **Vzpomínkové krabice**

Každý starý člověk, jak uvádí Špatenková a Bolomská (2011, s. 88-89), si může sám či s dopomocí druhé osoby vytvořit tzv. archiv vzpomínek. Může se jednat o bednu, kufřík, krabici apod. Senior si ji sám vybere, vyrobí či vyzdobí. Může do ní uložit např. fotografie, dopisy, audionahrávky, videonahrávky, šperky, oblíbené věci atd. Se vzpomínkovou krabicí lze pracovat při individuální, ale také skupinové reminiscenci. Vzpomínková krabice pomáhá získat informace o starém člověku a jeho životě. Umožňuje vzpomínat za pomoci řady stimulů, tzn. vzít předměty do ruky, přivonět k věcem, prohlédnout si oznámení atd. Druhou variantou

vzpomínkové krabice je vzpomínkový balíček, který má podobu obálky, která obsahuje fotografie, dopisy, obrázky či drobné předměty důležité pro vzpomínající osobu. Tento vzpomínkový balíček je velmi vhodný pro imobilního starého člověka, který ho může mít stále na dosah např. pod polštářem, v kapce či v šuplíku. Umožňuje mu snadnou manipulaci a může mu být kdykoliv k dispozici. K tématu vzpomínkové krabice se také vyjadřují autorky Janečková a Vacková (2010, s. 128), které jsou názoru, že starému člověku slouží vzpomínková krabice pro radost i osobní potřebu, ale také vede k navázání komunikace.

### **Předčítání a vyprávění příběhů**

Autorky Špatenková a Bolomská (2011, s. 89) uvádí, že celá metoda reminiscenční terapie stojí na vyprávění příběhů. Nejjednodušší a věčnou aktivitou je nahrávání samotných příběhů starých lidí a následná prezentace ostatním účastníkům skupiny, po které by měla následovat diskuze. Dále je možné reminiscenci zaměřit na odkrývání starých příběhů a pověstí, které jsou většinou předávány z generace na generaci. Pro stimulaci fantazie může hrát velkou roli předčítání příběhů. Samotné čtení by nemělo trvat déle než dvacet minut, popřípadě i méně. Je dobré se v klíčových momentech textu zastavit a zrekapitulovat veškerý dosavadní průběh děje. To napomůže posluchači, aby se při poslechu neztratil. Při zastaveních je možné prodiskutovat témata slyšená z textu, vzpomínky, pocity i cokoli dalšího, co se posluchačů dotýká. Diskuze může následovat rovněž až po přečtení samotného textu. Text by neměl být příliš složitý, vhodný je například text určený pro děti či bajky atd. Vhodnými zdroji se mohou stát také biografie, autobiografie, povídky, legendy apod.

### **Dramatizace vzpomínek**

Cílem kreativního využití vzpomínek podle Janečkové a Vackové (2010, s. 119) je pozitivní naladění zúčastněných osob, pobavení a samozřejmě radost z výsledku. Může se jednat o písničky či vyprávění krátkých historek. Jednoduché scénky ze života si mohou účastníci reminiscence zahrát. Scénka může probíhat beze slov i se slovy. Důležité je, aby se všichni účastníci cítili velmi dobře. Účastníci reminiscence se mohou také domluvit, že společně připraví improvizované divadelní představení. Autorky Špatenková a Bolomská (2011, s. 94) jsou názoru, že vytvořené divadelní představení na základě vzpomínek i vyprávění může být pro zúčastněné neopakovatelným a stimulujícím zážitkem. Základem reminiscenčního divadla je dramatizace vzpomínek starých lidí. Nemusí se jednat jen o velké divadelní představení, ale také drobné scénky sehrané samotnými klienty.

## **Reminiscenční výlety i vycházky**

Vzpomínka seniora, jak uvádí Špatenková a Bolomská (2011, s. 97-98), se často vztahuje k místu, která hrála v jeho životě nějakou důležitou roli. Může to být škola, pracoviště, chalupa, rodiště apod. Reminiscenční vycházky mohou seniora velmi stimulovat, protože znamenají příjemnou změnu, ale také dochází ke spontánnímu vzpomínání na minulé zkušenosti i zážitky. Srovnání minulostí se současností vede k jejich propojení a pocitu kontinuity vlastního života. Cílem reminiscenčního výletu mohou být např. muzea v přírodě, skanzeny, místní muzea, koncentrační tábor Osvětim, město Zlín včetně muzea obuvi, Filmového ateliéru Zlín apod.

## **Hudba**

Hudba je podle Špatenkové a Bolomské (2011, s. 96-98) zdrojem potěšení, uspokojení, radosti, pomáhá uvolnit se či odpočinout si. Hudba má v reminiscenci mnohostranné využití tzn. při zahájení nějaké aktivity či signál k ukončení, použit jako doprovod k tanci nebo cvičení, hrát na jakýkoliv hudební nástroj, hudbu poslouchat či skládat, zpívat či ji využít k relaxaci. Hudbu volíme podle prostředí nebo nálady.

## **Tanec**

Tanec je z pohledu reminiscenčního setkání aktivitou, která měla v životě seniorů nezastupitelné místo. Špatenková a Bolomská (2011, s. 96) jsou názoru, že tanec je možno v reminiscenci využít mnoha způsoby tzn. uspořádání výstavy o plesovém oblečení, popřípadě témata k reminiscenčnímu setkání jako například moje první taneční, můj první ples či nejoblíbenější tanec.

## **Využití kreativních přístupů**

Kreativní přístupy mohou být uklidňující, stimulující ale také zajímavé. Podle Špatenkové a Bolomské (2011, s. 92-93) otevírají prostor pro komunikaci, sebevyjádření, nápady apod. Při samotné tvorbě se pracuje s různými materiály i barvami, zapojují se smysly. Mezi schopnosti patří šití, pletení, aranžování, vyšívání atd. Při využití kreativních technik v reminiscenčním setkání se klade důraz na samotný proces. Senioři, kteří nejsou schopni nebo ochotni se zúčastnit tvůrčí práce, mohou přispět při reminiscenci nápadem. Může se jednat, například o vytvoření reminiscenčních kreativních projektů tzn. kresba či malování vzpomínek, vytvoření koláže apod.

## Fotografování

Fotografování se může stát pro reminiscenci zdrojem nových aktivit i podnětů. Hlavním důvodem podle Špatenkové a Bolomské (2011, s. 90-91) jsou snímky, na kterých lze zachytit místo, kde starý člověk žil, pracoval či se k nim vážou silné vzpomínky. Další možností je fotografování osob při běžných činnostech popřípadě portréty. Fotografie seniorů je možné vytisknout, zarámovat a použít jako dekoraci chodby zařízení či místnosti. Je možné fotografie při reminiscenci promítat prostřednictvím dataprojektoru na zeď či projekční plátno.

## Poezie

Jak uvádí Špatenková a Bolomská (2011, s. 90), je mnoho starých lidí schopno vybavit si básně, které se naučili během školních let. Při reminiscenčním setkání se mohou stát náplní témata jako například báseň mého mládí, recitační soutěž, nejoblíbenější básnička apod. Je možné využít vhodně zvolenou básničku při zahájení reminiscence či na jeho samotném konci. Může být založen také přímo kroužek či klub, ve kterém bude hlavní náplní činností práce s poezií, popřípadě tvůrčí psaní či vlastní recitace. Troufne-li si starý člověk na recitaci vlastní tvorby či oblíbené básně, je možné uspořádat pásmo poezie pro ostatní klienty dané instituce či veřejnost.

## 4.2 Metoda podle Demetria Duccia

Demetrio Duccio je významný italský profesor, který napsal publikaci *„Zabawa na tle życia gra autobiograficzna w edukacji dorosłych“*. V současné době je tato kniha cizojazyčná. Z tohoto důvodu jsme si jí také museli přeložit, abychom mohli v této diplomové práci z ní vycházet. Tato kniha obsahuje celkově 30 her. Z této publikace jsme si vybrali tři hry (Gra, Galeria portretów rodzinnych, Widok z lotu ptaka), které následně také popíšeme a za pomoci respondentů vyzkoušíme. Zároveň tyto hry budou vést respondenty k samotnému vzpomínání.

- **„Gra“** do překladu **„Hra“**

Tato první činnost je zaměřená na vytvoření příběhu s cílem dozvědět se o účastníkovi hry co nejvíce informací z jeho života. Samotná hra slouží nejen k rozvoji paměti, ale také jako snaha vyvolat mnoho epizod či událostí v životě. Součástí této „Hry“ je i plánec, na kterém jsou políčka s obrázky a čísly. Účastník hry má za úkol hodit kostkou a posouvat se na jednotlivá políčka, na kterých jsou vyobrazené motivy. Účastník hry si má na základě těchto vyobrazených

motivů vzpomenout na svou životní událost (Duccio, 1999, s. 23).

- **„Galeria portretów rodzinnych“** do překladu **„Galerie rodinných portrétů“**

Tato druhá hra je zaměřena na hlubší poznání sebe sama. Cílem je získat informace o rodině účastníka hry, rodinné vazby i vztahy. Výsledkem této činnosti může být vypracování deníku, který je obohacený o fotografie i dopisy. Může obsahovat také zvláštní podkapitulu o vzdálených příbuzných, kteří se nikdy spolu nesešli. Tímto lze výsledný rodinný portrét obohatit (Duccio, 1999, s. 48-49).

- **„Widok z lotu ptaka“** do překladu **„Pohled z letu ptáka“**

V této hře mají účastníci hry za úkol, představit si, že se dívají na celý svůj život z tzv. ptačí perspektivy. Hlavní podstatou je zavzpomínat na celek svého života (Duccio, 1999, s. 60).

#### 4.3 Metoda podle Erwina Böhma

Metoda Erwina Böhma má velkou souvislost se samotným prvkem vzpomínání. Při tvoření biografie člověka je zapotřebí, aby samotný klient zavzpomínal na to, jak svůj život žil a co bylo pro něj důležité.

Erwin Böhm se zabývá psychobiografickým modelem péče. Jak uvádí Böhm (2015, s. 55): *„Psychobiografická péče se opírá o emocionální stav a biografii starého člověka.“*

Biografickým výzkumem se podle Böhma (2015, s. 46) chápou všechny výzkumné metody i postupy sociálních věd, jejichž základní či vedlejší data představují životní příběh klienta. Böhm zdůrazňuje, že hlavní smysl spočívá ve využití vlastního materiálu, daného klienta jako pomoc pro reaktivizaci.

Böhm (2015, s. 47) při biografickém přístupu vymezuje tři oblasti:

- První oblast se týká zaměření na dlouhodobou, terciární, kolektivní paměť a krycí vzpomínky tzn. vzpomínky, které překrývají negativní situace. Böhm je názoru, že ve stáří vyplouvají u lidí na povrch tzv. pravé příběhy. Ty se projevují regresivně či dětsky. Životní lež se u člověka proměňuje. Člověk více pociťuje i prožívá.
- Druhá oblast přináší nutnost spojit biografii člověka i historickou biografii s výzkumem

životních událostí.

- V třetí oblasti je vnímána lidová moudrost nebo-li folklor jako kompenzace i útěšné jednání. Böhm zdůrazňuje, že je zapotřebí zapojit celou osobnost člověka, aby nedošlo k regresi do dřívějších vývojových stádií (dob i situací).

Cílem Böhma (2015, 148) je snaha zlepšit stav klienta ve smyslu změnit chování.

Böhm (2015, s. 54) svůj model psychobiografie zařazuje k tzv. mäeutické koncepci péče pocházející z Holandska. Tato péče je zaměřená na prožitek, intuici, pocity. Böhm se ztotožňuje s první částí pohledu, a to na tzv. „*situaci prožitku*“. Je názoru, že by se pocity klientů měly dostat odborné odpovědi ze strany pracovníků či personálu. To podle Böhma (2015, s. 55) znamená..., *studium biografického pozadí je nezbytně nutné.*“

Pokud chceme trochu porozumět starému člověku a přistupovat k jeho potřebě vážně, musí se člověk seznámit s jeho biografií i jeho domovem. Je zapotřebí chápat jejich prožitý život, porozumět jejich příběhu regionálně, historicky, ale také ve vztahu k jejich osobě. Teprve poté můžeme hovořit o péči zaměřené na potřeby i o celostním přístupu (Böhm, 2015, s. 81). Vzpomínáním se stimulují zachovalé komunikační schopnosti. Z tohoto pohledu musíme práci se starým člověkem vycházející z osobní, historické i regionální biografie chápat jako emocionální bazální stimulaci či psychogenní prvotní komunikaci (Böhm, 2015, s. 84).

## II. PRAKTICKÁ ČÁST



## 5 VYMEZENÍ VÝZKUMNÉHO PROBLÉMU A CÍLE VÝZKUMU

V této praktické části se přímo zaměříme na vzpomínky výzkumných osob. Zajímá nás, zda je reminiscence využívána ve vybraném stacionáři pro seniory. Chceme také zjistit, zda nalezneme vzájemné souvislosti ve výpovědích jednotlivých výzkumných osob.

*Hlavním cílem výzkumu je analyzování vyprávění seniorů včetně vytvoření knihy vzpomínek.*

Výzkumný problém této diplomové práce můžeme specifikovat následující otázkou:

*Jak senioři vzpomínají na své zásadní životní události, které ve svém životě zažili?*

### 5.1 Výzkumné otázky

V souladu se stanoveným cílem jsme si ve výzkumu stanovili tyto výzkumné otázky:

- 1) Jak senioři vidí svůj prožitý život?
- 2) S jakými tíživými životními situacemi se staří lidé setkali?
- 3) Jak se staří lidé umí vyrovnat s událostmi, které prožili?
- 4) Jaké životní události ovlivnily život seniorů?

### 5.2 Výzkumná metoda

Z důvodu hlubšího proniknutí do problematiky a porozumění zkoumanému problému se nám jeví jako nejvhodnější kvalitativní přístup, jehož hlavním cílem je, jak uvádí Gavora (2010, s. 186), snaha porozumět lidem i událostem v jejich životě.

Výzkumná metoda, která se nám jeví jako nejvíce vhodná pro tento výzkum, je dotazování ve formě narativního rozhovoru. Před samotným rozhovorem byl s respondenty udělán tzv. předinterview za účelem zjištění nezbytně nutných informací o samotných respondentech.

#### **Předinterview**

Jedná se o tzv. strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami, na něž mají respondenti odpovědět. Používáme ho také tehdy, když jde o vstupní i závěrečný rozhovor. Základním

účelem je, co nejvíce minimalizovat efekt tazatele na kvalitu daného rozhovoru. Tento typ rozhovoru je vhodný, pokud ho tazatel nemá možnost opakovat a má málo času se respondentovi věnovat (Hendl, 2016, s. 177-178). Jak uvádí Gavora (2000, s. 111-114), tento typ interview je vlastně ústním dotazníkem. Z časového hlediska je pro výzkum méně náročný. Odpovědi respondenta může výzkumník buď zapisovat či nahrát na diktafon. Nahrávku jde použít pouze tehdy, souhlasil-li s nahráváním respondent. Při písemném záznamu odpovědi respondenta je možné zapisovat odpovědi průběžně (použití zkratk, symbolů, těsnopis) nebo po jejím doznění či odpovědi zapisovat prostřednictvím např. počítače. Při samotném rozhovoru je zapotřebí zaznamenat i datum, kdy se rozhovor uskutečnil.

### **Narativní rozhovor**

Narativní rozhovor bychom mohli specifikovat jako metodu zaměřující se na vyprávění o vlastním životě. Tento typ rozhovoru jsme již popsali v teoretické části v kapitole č. 2. Z tohoto důvodu se nebudeme více rozepisovat o narativním rozhovoru.

### **Kvalitativní přístup**

Kvalitativně orientovaný výzkum vychází zejména z fenomenologie, která zdůrazňuje subjektivní aspekty jednání osob (Chráska, 2016, s. 29). Hendl (2016, s. 45) zdůrazňuje, že kvalitativní výzkum získal postupně v sociálních vědách rovnocenné postavení s ostatními formami výzkumu a neexistuje jediný obecně uznávaný způsob, jak dělat či vymežit kvalitativní výzkum. Creswell (in Hendl, 2016, s. 46) má toto pojetí: „*Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění založený na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.*“ Strauss a Corbinová (1999, s. 10-11) jsou názoru, že pod pojmem kvalitativní výzkum se rozumí jakýkoliv výzkum, jehož výsledků se nedosahuje za pomoci statistických procedur či jiných způsobů kvantifikace. Může to být výzkum týkající se příběhů, chování, života lidí nebo chodu organizací apod. Kvalitativní metody se užívají k odhalení, ale také porozumění tomu, co je podstatou jevů, o nichž toho moc nevíme. Mohou být použity k získání nových i neotřelých názorů na jevy, o nichž už něco člověk ví. V neposlední řadě můžeme za pomoci kvalitativních metod získat o jevu detailní informace, které se kvantitativními metodami obtížně podchycují. Švaříček a Šedová (2007, s. 17) definují kvalitativní přístup jako „*proces zkoumání jevů a problémů v autentickém prostředí s cílem získat komplexní obraz těchto jevů založený na*

*hlubokých datech a specifickém vztahu mezi badatelem a účastníkem výzkumu. Záměrem výzkumníka provádějícího kvalitativní výzkum je za pomoci celé řady postupů a metod rozkrýt a reprezentovat to, jak lidé chápou, prožívají a vytvářejí sociální realitu.“*

### 5.3 Výzkumný vzorek

U kvalitativního přístupu, jak uvádí Gavora (2000, s. 144), jde vždy o výběr záměrný. Nikdy se nepoužívá náhodný výběr. Záměrný výběr je potřebný proto, aby vybraná osoba byla vhodná a měla potřebné zkušenosti a vědomosti z daného prostředí. Výběr osob je vždy reprezentativní. Jedná se vždy o osoby, které žili déle v daném prostředí a dokonale ho znají. Jsou schopni o něm podat věrnou zprávu.

Před uskutečněním narativního rozhovoru se hledá takový subjekt, u něhož je jistota, že bude schopen sám vyprávět (Hendl, 2016, s. 180).

Pro diplomovou práci a účel výzkumného šetření byli do kvalitativního výzkumu vybráni klienti Stacionáře pro seniory. Jak uvádí Gavora (2008, s. 204), je velmi důležitou zásadou při kvalitativním přístupu nezveřejňovat osobní údaje tzn. místo, jméno. Hlavním důvodem je, aby nedošlo k poškození zkoumané osoby. Tazatel při zveřejnění výsledků či jakýchkoliv dat musí dbát na to, aby osoby i konkrétní prostředí nebylo možné identifikovat. Důvodem je ochrana osoby a jejího soukromí. Z tohoto důvodu nebudeme uvádět adresu daného zařízení ani jména osob. Švaříček a Šedová (2007, s. 45-46) se zmiňují o tzv. důvěrnosti. Důvěrnost znamená, že se nebudou zveřejňovat žádná data, která by umožnila identifikaci účastníka výzkumu. Kromě tohoto principu je důležité v každém výzkumu získat souhlas s nahráváním od účastníka výzkumu. Výzkumník by měl souhlas zdokumentovat, a to např. vyplněním formuláře či souhlas nahrát na diktafon.

### 5.4 Přípravná fáze výzkumu

Na začátek musíme zmínit, že v zařízení Stacionáře pro seniory pracujeme na pozici sociálního pracovníka a s danými klienty jsme přímo v kontaktu. Na základě osobních zkušeností byli vybráni takoví klienti, kteří chtějí sdělit informace o svém životě a životních událostech. Tito klienti byli osobně osloveni a byl jim vysvětlen důvod rozhovorů. Byli také požádáni, aby si sebou přinesli nejoblíbenější fotografii ze svého života. Následně byl domluven termín, kdy bude předinterview i rozhovor uskutečněn.

Abychom mohli realizovat výzkum, museli jsme nejprve vytvořit otázky k tzv. předinterview, který uvádíme v příloze č. 3. Hlavním důvodem je, abychom o výzkumných osobách mohli získat základní informace, které jsou velmi důležité a zároveň nás seznamují se samotnými informanty. Následně jsme poté vytvořili otázky k narativnímu rozhovoru, který uvádíme v příloze č. 4. Tento rozhovor byl sestaven z otázek, který vychází z metod významných autorů zabývajících se tématem reminiscence. Jednotlivé autory a jejich metody jsme již zmínili v kapitole č. 4. V rámci výzkumu jsme také chtěli vyzkoušet a zároveň realizovat hru D. Duccia. Vzhledem k hernímu plánu D. Duccia, který uvádíme v příloze č. 5, jsme museli zvolit jinou metodu než hození kostkou a postupování figurky na jednotlivá políčka. Hlavním důvodem bylo vyzkoušet si pouze jeden motiv z herního plánu D. Duccia s cílem zavzpomínat si na základě vyobrazeného motivu. Herní plánek D. Duccia obsahuje celkově 65 obrázků. Z tohoto důvodu jsme si připravili do krabičky 65 čísel, ze kterých si měli jednotlivé výzkumné osoby vytáhnout pouze jedno číslo. Veškeré rozhovory jsme se rozhodli, že budeme nahrávat do notebooku.

## 5.5 Realizace výzkumu

Jména účastníků výzkumu byla záměrně změněna na počáteční písmeno. Z pěti účastnic výzkumu byly pouze čtyři účastnice výzkumu, protože jedna informantka onemocněla. Předinterview a interview byly s výzkumnými osobami uskutečněny vždy v ten daný den. Samotné rozhovory byly uskutečněny v termínu od 07.03 do 09. 03. 2018 v zařízení stacionáře pro seniory. Před samotnými rozhovory byli klienti seznámeni s důvodem provedení rozhovorů včetně tématu diplomové práce a zachování anonymity. Všechny účastnice výzkumu souhlasily s nahráváním rozhovorů do notebooku. Tento souhlas s nahráváním jednotlivých informantek byl zaznamenán vždy v předinterview. Následně ze záznamu z předinterview jsme si udělali později poznámky, které jsme doslovně nepřepisovali a zaznamenali je do tzv. terénního deníku. Tyto poznámky jsme se rozhodli udělat až po samotném rozhovoru, protože jsme se obávali, že psaní poznámek před účastníky výzkumu by vedlo k rozptýlení, nesoustředění a odvádělo by to velkou pozornost od samotného rozhovoru a jednotlivých otázek. Na začátku rozhovoru byly výzkumné osoby požádány, aby si z připravené krabičky vytáhly jedno číslo kvůli vyzkoušení hry D. Duccia (výzkumná osoba A: č. 42, výzkumná osoba B: č. 55, výzkumná osoba C: č. 57, výzkumná osoba D: 48). Při realizaci výzkumu bylo zjištěno, že si žádná informantka nedonesla slíbenou oblíbenou fotografii ze své minulosti. Z tohoto důvodu byla snaha improvizovat a povzbudit výzkumné osoby, aby si alespoň v mysli vzpomněli na nějakou fotografii a dokázali nám o ní vypovědět nějaké informace.

## 5.6 Popis výzkumného vzorku

V této části se zabýváme charakteristikou vybraných výzkumných osob. Jména výzkumných osob tedy klientek, které uvádíme níže, jsou záměrně změněna kvůli zachování anonymity. Charakteristika bude vycházet z tzv. předinterview.

### Výzkumná osoba č. 1 – paní A

Rozhovor s paní A. byl uskutečněn přímo ve stacionáři pro seniory a to ve středu 07. 03. 2018 v dopoledních hodinách. Paní A. si sama dojela na invalidním vozíku k předem připravenému místu k rozhovoru. Rozhovor byl veden ve společenské místnosti stacionáře. Byla snaha zajistit soukromí při rozhovoru. Bohužel se, ale stalo, že nás při rozhovoru vyrušila pečovatelka, která o nahrávání bohužel nevěděla. Paní A. toto nerozhodilo a pokračovala poté dále v rozhovoru. Při rozhovoru bylo vidět u paní A. občas slzy či smích.

Paní A. je ve věku 84 let. Bydlí v rodinném domě s rodinou. 12 let je již na invalidním vozíku. Paní A. je velmi komunikativní. Velmi se bojí nemocnic z důvodů špatné zkušenosti s lékaři a zdravotními sestřičkami. K paní A. chodí ráno pečovatelka, která jí dopomáhá s hygienou. Dokáže se sama oblékat. Snahou je být co nejvíce samostatná a méně závislá na druhé osobě. Přes den sleduje hodně televizi jako např. Českou tajenku a čte časopisy. Ráda poslouchá muziku. Má cukrovku, což jí velmi omezuje také ve sladkém jídle, které má velmi ráda. Odpoledne za ní dochází rodina, aby jí zkontrolovali, zda je v pořádku. Když je teplo, tak chodí doma na zahradu. Do stacionáře dojíždí pouze 1x týdně, a to ve středu hlavně kvůli pobožnosti. Přijede pro ni vždy pracovnice ze stacionáře. Do tohoto zařízení by chodívala i vícekrát, ale zdravotní důvody jí to nedovolují. Stacionář jí zajišťuje kontakt s druhými lidmi, dopomáhá jí k zajištění odvozu k lékaři. Ráda je v kolektivu tohoto zařízení, kde se také zasměje. Ve stacionáři si připadá jako mezi rovnými lidmi. Nejvíce se jí líbí besídky na vánoce i velikonoce, které by mohly být častěji. V rámci těchto besídek vystupují děti, které přednáší různé básničky či mají vystoupení.

### Výzkumná osoba č. 2 – paní B

Rozhovor s paní B. byl uskutečněn v dopoledních hodinách ve středu 07. 03. 2018 přímo v zařízení stacionáře. Paní B. Jsem požádala o přesun do společenské místnosti., kde jsme se společně usadily kvůli zajištění soukromí při rozhovoru. Před samotným rozhovorem i během rozhovoru byla paní B. mírně nervózní. Mluvila stručně a rychlým tempem. Z naší strany byla

snaha účastníci výzkumu zklidnit pohlazením ruky, a tímto uvolnit atmosféru.

Paní B. je ve věku 80let. Bydlí sama na vesnici v rodinném domě. Její manžel jí umřel. Každý den jí navštěvuje její dcera. Má čtyři vnoučata a sedm pravnoučat. Volný čas tráví na zahrádce. Má snahu být v kontaktu se svými sousedy, které také navštěvuje. Má ráda procházky. Stacionář navštívila zatím pouze dvakrát. Z tohoto důvodu nemohla uvést při rozhovoru aktivity, které se jí v minulosti líbily a chtěla by je častěji zařadit do programu. Do zařízení dochází každou středu kvůli pobožnosti. Paní B. zařízení vyhledala, aby nemusela být sama doma a nenudila se. Ve stacionáři se jí líbí možnost popovídat si a nová společnost. Měla možnost vyzkoušet jako aktivitu skládání obrázků a ruční práce, které jsou její oblíbenou činností.

### **Výzkumná osoba č. 3 – paní C**

Rozhovor s paní C. byl uskutečněn v pátek 09. 03. 2018 v samotném zařízení ve společenské místnosti. Paní C. přišla s velmi dobrou náladou. Na rozhovor se velmi těšila. Byla velmi komunikativní a také se občas zasmála. Při bolestivé vzpomínce měla v očích slzy. Při samotném nahrávání přišla do místnosti její známá, která o rozhovoru nevěděla a měla tendenci si s námi také popovídat na téma její vlastní život. Byla upozorněna, že je veden rozhovor s paní C., který je také nahrávám. Poté jsme měli již soukromí a nikdo už do místnosti nevstoupil.

Paní C. je ve věku 78 let. Bydlí sama. Navštěvuje jí její rodina. Od 16-ti let začala pracovat v kuchyni a poté se vypracovala na šéfkuchařku. V současné době chodí o francouzské holi. Má velkou rodinu, která jí často navštěvuje. Zařízení stacionáře navštěvuje 1krát týdně kvůli pobožnosti. Zapojuje se do různých aktivit jako například pečení. Do stacionáře chodí, protože je tu pohoda a klid. Zároveň se tu setkává také se svými známými. Nejvíce se jí líbí, že do programu je občas zavedeno vzájemné vzpomínání na minulost a vlastní zážitky.

### **Výzkumná osoba č. 4 – paní D**

Rozhovor s paní D. byl uskutečněn v pátek 09. 03. 2018 v dopoledních hodinách. Ve společenské místnosti byl veden rozhovor. Při rozhovoru nás krátce vyrušila sociální pracovnice, která donesla paní D. připravený čaj. Rozhovor byl veden v klidné atmosféře. Účastnice výzkumu byla komunikativní. Přišla v dobré náladě.

Paní D. je ve věku 93 let. Bydlí sama v bytě. Má dceru a dva syny. Dcera jí často navštěvuje včetně jejich vnoučat i pravnoučat. Při pěkném počasí chodí ráda ven do parku na procházku.

Účastní se v zařízení stacionáře krátké bohoslužby. Dopomáhá zde při pečení a ráda se také účastní jakékoliv komunikace. Zúčastňuje se také krátkého cvičení. V minulosti se zálibou cvičila a velmi ráda na toto téma vzpomíná.

## 6 ANALÝZA A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

Pro zpracování získaných dat jsme se rozhodli využít kvalitativní metodu zakotvené teorie podle Strausse a Corbinové (1999, s. 14), kteří ji definují jako teorii odvozenou na zkoumání jevu. Nezačíná se teorií, ale začíná se zkoumanou oblastí. Necháme, ať se vynoří to, co je pro danou oblast významné.

Abychom mohli vytvořit analytický příběh, museli jsme nejprve provést transkripci textu tzn. převod rozhovorů do písemné podoby. Poté jsme si barevně označili v textu kódovací jednotky (věty, odstavce), ke kterým jsme přiřadili kód tzn. provedli jsme kódování textu. Dané kódy jsme přiřadili do kategorií. Celý tento proces se nazývá otevřené kódování. Následně jsme provedli axiální kódování tzn. snažili jsme se nejprve jednotlivé kategorie sloučit do určité kategorie. Axiální kódování, jak uvádí Strauss a Corbinová (1999, s. 84), je proces, který uvádí subkategorie do vztahu k nějaké kategorii. Axiální kódování je zacílené na objevení i rozvinutí kategorií ve smyslu paradigmatického modelu. Z tohoto důvodu vycházíme v našem výzkumu právě z tohoto paradigmatického modelu Strausse a Corbinové.

Obrázek č. 1: Paradigmatický model



Jak uvádí, Strauss a Corbinová (1999, s. 70-74), příčinné podmínky odkazují na události nebo případy, které vedou ke vzniku jevu. Jev je událost, případ, či ústřední myšlenka, na kterou se zaměřuje soubor interakcí, ke které má soubor jednání nějaký vztah. Kontext je soubor vlastností, které jevu náleží. Intervenující podmínky ovlivňují strategii jednání či interakce. Strategie jednání či interakce znamená zvládnutí či reagování na jev. Následky znamenají výsledky jednání



## 6.1 Analytický příběh

### 6.1.1 Příčinné podmínky: Příčiny ovlivňující vzpomínky

#### · Subkategorie: Rodinné vztahy

Rodina jako základ, která ovlivňuje samotného jedince do budoucna a působí na něj ve všech oblastech.

Výzkumné osoby pochází z různě početně velkých rodin. (B10) „...*máme dobrou rodinu. Pak bylo doma šest. A prozatím jsme už jenom tři.*“; (C13) „*Sourozenci dva.*“; (D8-9) „*Já jsem z početné rodiny. Nás bylo, maminka se dala na čtyři děti. Bylo nás pět.*“

Pocit projevit lásku k bližnímu také zmiňuje výzkumná osoba D. (D9-10) „...*móžu říct, že nás měli hodně rádi. Aspoň mě ta jedna tak hrozně rozmazlovala. Měla mě tak jako panenku.*“; (D103) „...*ony byly o hodně starší jak já a hrozně mě rozmazlovaly.*“

Výzkumná osoba D zmínila také vzpomínku zaměřující se na vzájemnou pomoc v rodině. (D139-141) „*Měli jsme bratrance, mu zemřeli rodiče. A tak byli dvě děvčata a jeden chlapec. No a my jsme byly samy děvčata, tak maminka si vzala toho chlapce k sobě. Tak se tak rodina podělila o ty děti.*“

Pohled na vlastní rodiče zmiňují výzkumné osoby C a D. (C10-11) „*Tatínek dělali od rána do večera, kopali. Měli jsme hodně pola a vinohradu jsme měli a sklep máme veliký, pěkný.*“; (C22) „...*jsem viděla chudáček byli chudý, vysoký, nadělaný...*“; (D85) „*Můj tatínek byl jako tesař. Měl tesařství a maminka mu tam pomáhala...*“

K samotnému tématu pomáhání vlastním rodičům se vyjadřují výzkumné osoby B, C, D. (B4-5) „*Já jsem chodila jako do kravína, a tak a na pole a tak. Všelijako jsem prodělala. Dobytek jsem poklouzela.*“; (B5-6) „...*u nás nebyla školka, tak jsem musela chodit tam, kde jako nějaké peníze se vydělaly. A pak se chodilo k sedlákům a tak.*“; (B37) „...*my jsme museli pracovat. Rodiče byli zemědělci, že. My jsme lítali po poli.*“; (B77) „*Chodili jsme pásat krávy.*“; (B77-78) „*Kopat zemáky, pomáhali rodičům. Chodila na pole, posbírala jako ten....*“; (C19-20) „...*jsem chodila do vinohradu. Tatínek mě učili kopat, víte. Abych jim jako pomáhala kopat, no a šlo to.*“; (D69-70) „*Maminka pravda chodila do pole k sedlákům jako to. A já, když jsem šla z vlaku, tak jsem jí musela vystřídat, ale že...Tady byla řepa, se přetrhávala. Tož to byly dvě*

měřice.“; (D71-72) „*Tak, jak jsem šla z vlaku, tak jsem šla zrovna za ní a říkám: „Mami, běžte už dom.“ Já jsem za ní už dělala.“*; (D73) „*Mamince jsem hodně pomáhala.“*; (D164-165) „*No, nemyslete si. Musela jsem s ním chodit do lesa. Tam si vybíral stromy. Já jsem musela sekat a dělat otýpky s ním.“*; (D173-174) „*...jak jsem to posbírala. Všecko jsem mu zarovnala. A on dělal, že je to taková pěkná otýpka. „Tak to má být.“ Já jsem byla ráda...“*“

Z vyjádření výzkumných osob B, C, D také vyplývá respekt k vlastním rodičům. (B44-48) „*...jsem doma taky brečela, že se půjdeme koupat. Měla jsem kámošky, kamarádky, že se půjdeme koupat. Přišla jsem dom a ona už byla nachystaná, kde jdeš? No jdu se koupat. Já tě nechcu. Oni mě nechcou. Mamka říká: „To ne. Když ten, tak s ní půjdeš nebo nepůjdeš nikde.“ Oni šli pod splach a já jsem s ní musela být navrchu, žádný takový. Docela mě tím dostali....“*; (B76-77) „*Chodili jsme, poslouchali jsme.“*; (B84-85) „*Poslouchat jsme museli. Když jsme zlobili doma. Tak mamka řekla: „Tatínek jde.“ To jsme měli respekt...“*; (C147-148) „*My si tě vezmeme to P. (město). Taťka nechtěli. To víte, že bych se tam vdala a už tady bych nic neviděla. Taťka říká: „Ne ne, ona bude tady doma.“ No a to jsem tady tedy zůstala.“*; (D228-229) „*Maminka mě na to nechtěla dát. Že kdo pak bude dělat otroka cizím lidem. Já jsem tatínka holila, stríhala. Já jsem uměla s břitvou zacházet. Ona řekla ne. Nebudeš dělat otroka cizím chlapům.“*; (D231) „*My jsme nikdy mamince neodporovali.“*“

Výzkumná osoba C také zmiňuje společné trávení volného času s rodiči. (C 116-117) „*Nakupovali jsme, víte. Já jsem vždycky měla plno s maminkou. Ona měla nůši na zádech a tam jsme dávali botky jsme koupili, ponožky, halenku jsem koupila děvčatům.“*“

Z těchto odpovědí celkově vyplývá, že pro rodinné vztahy bylo velmi důležité, aby **děti respektovaly vlastní rodiče a musely jim také pomáhat**. Tato subkategorie je tvořena kódy: rodinní příslušníci, láska v rodině, vzájemná pomoc v rodině, soucit s vlastními rodiči, pomoci rodičům, respekt k rodičům, nákup s rodiči.

#### · **Subkategorie: Rodinné vazby**

V rámci rodiny jsou důležité také rodinné vazby, které by měly stmelovat samotné členy rodiny.

Výzkumná osoba B si je vědoma (B72) „*I když mi ta papuča jezdí.“*, že komunikace je pro ni velmi důležitá.

Vzájemně myslet na rodinné příslušníky a zároveň je obdarovat zmiňuje výzkumná osoba A. (A107) „*Opravdu, já jsem měla hodnýho aj tchána.“*; (A108) „*A on mi dal 10tisíc, tchán. To bylo peněz.“*; (A110) „*A koupil mi šičí stroj.“*; (A112) „*A přijel jednou a dovezl mi tak pěkný*

ubrus.“; (A114-115) „*A když někde ještě ještě byl na veletrhu v B. (město), tož mi dovezl taky čokoládu ale mojemu nic, leda mi. Měl mě rád jako.*“ Výzkumná osoba C k tomu přidává osobní zkušenost, kdy sama obdarovala svého blízkého člena rodiny. (C60-61) „*Právě jsem měla velký sklep, veliký, dlouhý, a tak právě říkám M. (jméno): „To bude tvůj sklep.“ A tak má ho, sklep, ten můj. No jo, všechno no.*“

Jako velmi důležitou součást svého života bere výzkumná osoba B potřebu být v kontaktu se svými blízkými. (B23-24) „*...málo bývám doma. Co bych doma dělala, třeba jdu k dceři, nebo jdu k zeťovi, a tak všude chodím nebo k sousedce. Mám švagrovou vedle. Pokecat.*“; (B12) „*Jak máme narozeniny nebo nějaký takový, tak se navštívíme.*“

**Součástí rodinné vazby je důležitá nejen komunikace, ale také vzájemná rodinná návštěva.** Dalším důležitým faktorem se také stává **schopnost myslet na své blízké rodinné příslušníky a obdarovat je nejen věcně, ale také finančně.**

Tato subkategorie je tvořena kódy: vzájemná návštěva v rodině, komunikace, obdarování blízkého člena rodiny.

- **Subkategorie: Rodinné problémy**

V rámci rodiny může docházet také k různým nečekaným událostem a problémům. Události, které ovlivnily samotné výzkumné osoby a jejich život, uvádí výzkumné osoby C a D. Výzkumná osoba C uvedla, že (C5-6) „*...do nás narazilo auto. To byla rána. Maminka krvácela... Měla pořád nůši na krku...*“; (C6-7) „*Snažila jsem volat o pomoc. Ten chlap z auta nepomohl. Nožem jí jako nůši rozřízl...Vzal si jí a ani nepomohl.*“; (C16) „*To víte, smutný jsme měli vánoce.*“ Dále výzkumná osoba C doplňuje (C87-89) „*...dcera už mi umřela. 50 roků měla. Mluvíme spolem, bavíme se a na druhý den za mnou přišel M. (jméno) jako kluk a říká: „Babičko, víš, co se stalo? Maminka nám zemřela.“*“; (C89-91) „*Nevím, nikdo neví proč.*“ Já nevím proč, dotedka nevím. Aj pan doktor říká: „Já nevím, jestli srdce? Říkají, že srdce vypovědělo. Bavili jsme se všechno, tak mě zemřela dcera.“ Výzkumná osoba D uvádí: (D2) „*Já jsem manželka brzy ztratila. Brzo jsem byla vdovou, ale podruhé bych se nevdávala.*“

Výzkumná osoba D si vzpomněla na událost, která ovlivnila osobně její maminku. (D79-80) „*Spadla na zem. Od té doby už potom nechodila na muziku. Tož ani nemohla. Se jí točila hlava.*“ Výzkumná osoba B si vzpomněla na svého rodinného příslušníka, který: (B70) „*...zavolal záhranku. Ti mě dali do nemocnice a dali podporu srdce...*“ K tomu výzkumná osoba B doplňuje: (B70-71) „*Ještě říkali: „Můžete mu poděkovat za život.“ ... Říkám vnukovi: „Mám ti poděkovat za život.*“

Z těchto odpovědí nejvíce vyplynulo, že **rodinný život** výzkumných osob **ovlivnily tragické události**, které zůstaly velmi hluboce v informantech zakořeněny. Kódy, které byly určeny, jsou: omezení, záchrana života, vděčnost za život, tragédie v rodině.

### 6.1.2 Jev: Vzpomínání

Hlavní myšlenkou rozhovorů s výzkumnými osobami je snaha vzpomínat na svůj uplynulý život. Z tohoto důvodu nám vychází jako hlavní jev pojem vzpomínání.

### 6.1.3 Kontext: Vzpomínky na konkrétní znaky etap lidského života

#### · Subkategorie: Znaky prožitého dětství

Dětství prožívá každý člověk jiným způsobem. Z tohoto důvodu se můžeme také podívat na vyjádření výzkumných osob k samotnému období dětství.

Výzkumná osoba D se vyjadřuje ke svému dětství takto: (D8) „*Já jsem měla krásný dětství.*“; (D21) „*Já můžu vzpomínat teda na dobrý dětství, protože maminka ta byla hodná a tatínek taky.*“; (D68) „*Měla jsem dobrý a hodný rodiče.*“ Stejného názoru je také výzkumná osoba C: (C87) „*Měla jsem pěkné dětství.*“ K tomu také rozšiřuje svoji odpověď: (C23) „*Prožila jsem dětství ve vzpomínkách, v chudobě.*“

Výzkumná osoba B uvádí, že jako děti: (B54) „*...jsme hráli na četníky a zloděje, jako ty dětské hry.*“; (B56) „*S balónem hráli volejbal a takový hry.*“ K tématu dětské hry také zavzpomínala výzkumná osoba C, která uvádí stejnou dětskou zábavu jako výzkumná osoba B: (C19) „*...jsme hráli s balonem.*“ Na svou nejoblíbenější hračku zavzpomínala výzkumná osoba D takto: (D215-217) „*Já jsem měla tak velkou panenku. To byla hlíněná, jak bych Vám to řekla. Měla tak krásný vlasy, dlouhý vlasy měla. To jsem mohla jako ručičkama hýbat, nohama, jak jsem chtěla.*“

V rámci dětství prožily výzkumné osoby A, B, D různé zážitky. Výzkumná osoba D si zavzpomínala na svůj největší zážitek z dětství, který se odehrál v přírodě, kdy ji měla hlídat starší sestra. (D107-108) „*Ale zkrátka si to pamatuju, jak jsem poskakovala a ono se to rozjelo z toho kopca. Ja jsem jela furt pryč.*“; (D109-112) „*Nevyvrátila jsem se. Nic se mi nestalo. A tehdy ty kočárky měly taková velká kola, to bylo v módě. A já, jak jsem tam poskakovala v tom kočárku, tak on se rozjel. Ten kámen uhnul. Já jsem jela z kopca dolů. To si pamatuju, to jsem*

*byla dost velká a byla jsem v kočáře.* “ K tomu si také vzpomněla na další příhodu, která se uskutečnila zase v přírodě: (D176-177) „...tam bylo dobře. No ale taky, když několikrát řezali a já byla několikrát na vršku na dubě jak veverka.“; (D182) „Nespadla jsem, ani jednou jsem nespadla ze stromu.“ Výzkumná osoba se i vzhledem ke svému vysokému věku vyjádřila takto: (D204) „...i dneska tam budu chodit po stromě, jak veverka. (smích) Nebojím se. Nemám příležitost.“ Na jiné zážitky ze svého dětství si zase vzpomněla výzkumná osoba A, která zavzpomínala na svoji sousedku. (A31-32) „...tož jsme si šli na ty trnky a vytentovali se jí na práh, na schodky.“; Dále výzkumná osoba A uvádí, že: (A39-41) „...kolem té vrby byly ty černé bobule. Já si nevzpomenu. Tak jsme to natrhali si. Huby jsme si pomatrali. To byli bílý, žlutý a černý. My jsme ty huby měli černý jak saze.“; (A43) „...tož co jsme mohli dělat. Tož leda samý takový vylomeniny jsme dělali.“ Podobné zážitky z dětství uvedla výzkumná osoba B: (B51-52) „Tam byla taková ulička a tam byli tři chalupy, takže my jsme se tam scházeli. Tam jsme vždycky dělali ty voloviny všelijaký.“

V období dětství vzpomínají výzkumné osoby A, B, D na činnosti, které musely pravidelně vykonávat. Výzkumná osoba A uvedla, že musela chodit: (A16) „...odpoledne tři kilometry do kostela, tři kilometry z kostela.“; (A49-50) „Museli jsme jít ráno do kostela.“ Výzkumná osoba A také zavzpomínala na svou kamarádku, která: (A 132-133) „...musela chodit taky do kostela.“ Stejnou činnost uvádí také výzkumná osoba B. (B75) „Chodili jsme do kostela, že. Do školy jsme chodili.“ Výzkumná osoba D zase zavzpomínala, jak: (D22) „...chodili jsme do pole...“; Dále zavzpomínala na svého otce, jak mu pomáhala: (D167-168) „...když jsem šla ze školy. Tak jsem mu tam nesla oběd a už jsem tam s ním byla až do večera.“

V rámci dětství vzpomíná výzkumná osoba B také na dárek, o který se musela společně se svými kamarády starat. (B56-57) „Jak přišli R. (občané), tak nám tam dali takový zelenočerný balonek. A tož jsme ho vždycky opatrovali, jak oko v hlavě, jak se říká.“

**Znaky prožitého dětství**, jak nám vyplynulo z výpovědí výzkumných osob, **jsou spokojenost**, ale také **dětské hry včetně různých typů zábav a pravidelných činností**, které museli a měli za povinnost vykonávat. V této subkategorii byly zvoleny tyto kódy: spokojené dětství, chudoba v dětství, zodpovědnost, dětská zábava, radost ze života, odvaha, rozmary dětství, oblíbená hračka, pravidelná činnost.

#### · **Subkategorie: Znaky prožitého mládí**

K období mládí se vyjádřila výzkumná osoba A takto: (A62-65) „...vzpomínám, jak jsme chodili do toho lesa a v tom lese byly agáty. To pěkně vonělo. A rostly tam hříby. Potom tam byly

*ořechy, lískáče. Tož jsme chodili na lískáče. To všechno bylo v tom. A už, jak jsme starší byli. Tak, takové trhoviny.“* Dále výzkumná osoba A s úsměvem vzpomíná, jak: (A97-98) „...jela motorka a já říkám: „Já ho zastavím.“ *A tož dojížděla ta motorka, že a já jsem udělala tož tak (zamávala) a on zastavil doopravdy.“; (A103) „Tož blbosti jsem dělala, tož jsem dělala blbosti.“; (A130-131) „A těch blbostí jsme nadělali s B. (jméno) hrozně moc. A to jsme byli generáli s K. (jméno).“; (A133-134) „Leda, že ta čertovina ve mně držela furt. To Vám můžu říct.“ Další vzpomínku svého mládí uvádí výzkumná osoba A takto: (A47-48) „Tož tam hráli a my jsme nemohli...“; (A48-49) „My jsme šli poslouchat do toho lesa. (smích) A tam jsme skákali radostí, že tančíme. (smích) Vylomeniny jsme dělali. Žádnýmu jsme neublížili.“*

Z výsledku rozhovoru nám vyšlo, že **v mládí je snaha porušovat zákazy a provádět různé rozmary**. Kódy, které jsme si zvolily, jsou: rozmary mládí, zákaz, obejití situace.

#### · **Subkategorie: Znaky prožité dospělosti**

Nad obdobím dospělosti se zamýšlela výzkumná osoba A, která si zavzpomínala na situaci, kdy řešila v životě důležitý krok. (A136-137) „Já jsem vyšla školu, když jsem chodila do školy, jak jsem vycházela, tož na co se furt učit jako. A já jsem si, tož na holičku. No, potom jsem pořád přemýšlela, jestli jsem udělala dobrý kousek nebo ne.“; (A138-139) „Tak jsem říkala, tři roky se učit, žádný peníze nebudu mít. Chcu se oblíkat, chcu jít na muziku. Tak jsem šla radši do práce, do Š. (název).“; (A139-140) „Tam jsem byla 14roků a vydělala jsem si peníze, tak jsem si mohla koupit, co chcem. A tak bych neměla nic.“

Volný čas, jak uvedla výzkumná osoba A, strávila většinou se svými kamarády. (A88) „Tož jsme chodili po městě. Co jsme měli dělat, že no.“

**Znakem období dospělosti**, jak nám vyplynulo z rozhovoru, je **snaha rozhodnout se o důležitosti vlastních priorit a být co nejvíce nezávislá na svých rodičích**. V této subkategorii jsme si vytvořily tyto kódy: volný čas, priority v životě, nezávislost.

#### · **Subkategorie: Znaky období stáří**

Období stáří je poslední etapou lidského života. K tomuto období a pohledu na něj se nám celkově vyjádřily výzkumné osoby A, B, C.

Víra v Boha a samotná modlitba je důležitá pro výzkumnou osobu C. (C105-106) „Do kostela modlit se modlím. No a jinak k přijímání chodím pořád jako, včil si to udržuju.“ K tomu

také výzkumná osoba C ještě dodává: (C108) „*Kostel mi dává posilu takovou vnitřní, víte. Útěchu, že jsem klidná.*“

Společné setkávání s druhými lidmi z důvodů návštěvy kněze ve stacionáři uvádí výzkumná osoba C takto: (C37-38) „*Babky sem chodí a víte, tu sedí, který jsou jako věřící. A to už jsem si jich pozvala sem, poté přijde. Řekne: „No dobrý, no.“ A tož tady sedíme vždycky a on vykládá nám.*“

Výzkumná osoba B ráda vzpomíná na procházky, které nejen v minulosti a i v současnosti uskutečňuje. (B80) „*Na procházku jsme chodili, ještě do včilku.*“

**Znakem pro období samotného stáří nám vyplynuly z rozhovorů důležité body jako jsou návštěva kostela a modlitba k Bohu. Vzájemné setkávání s druhými osobami a procházky jsou také velmi důležité pro samotné seniory.**

Pro období stáří byly zvoleny tyto kódy: aktivita ve stáří, společné setkávání, víra, vnitřní klid.

#### 6.1.4 Intervenující podmínky: Vliv faktorů na samotné vzpomínky

Samotné vzpomínky ovlivňují různé faktory a zároveň na ně mají také vliv. Do těchto faktorů můžeme řadit takové kategorie, které nám vyplynuly z rozhovorů s jednotlivými výzkumnými osobami tzn. **práce, zájmy a záliby, partnerské vztahy, zdravotní problémy, zkušenosti a lidské chování.**

#### Práce

- **Subkategorie: Znamky pracovní činnosti**

K tématu práce se vyjadřuje výzkumná osoba D, která si vzpomněla na tuto informaci: (D23-24) „*...já jsem chodila do závodu, tam se přelo len a konopí, víte, ševcovská příze.*“ K tomu také dodává: (D30) „*No, já jsem si to uměla seřídít a zvládla jsem to.*“ Výzkumná osoba A uvedla: (A19) „*Potom v pondělí jsem šla do práce.*“ K tomu si také vzpomněla na situaci, jak se dělaly: (A20) „*...blbosti v práci. Aj mi nalili vodu na stoličku v práci...*“

V rámci pracovní činnosti uvedly výzkumné osoby různá pracovní místa. Výzkumná osoba A uvedla, že: (A128) „*...na kravíně jsme takový blbosti dělali, taky.*“ K danému tématu uvedla výzkumná osoba B tuto informaci: (B37-38) „*...jsem chodila do továrny.*“ Výzkumná osoba D uvedla zase jinou pracovní pozici. (D147) „*...já jsem byla jako přadlena lnu a konopí.*“ K tomu také dodává: (D28) „*... ráda jsem pracovala.*“

Výzkumná osoba D si zavzpomínala na práci v lese, kdy se snažila prokázat svoji samostatnost. (D191) „*V lese jsme káceli stromy a dělali otýpky z haluzí.*“; (D196-197) „*On mě nechal jako. Když řezával dřevo, tak to už jsem byla skoro dospělá...*“; (D198) „*Tak já jsem s tím řezávala dřevo.*“ Jinou vzpomínku na činnost uvádí výzkumná osoba C. (C49-51) „*Já jsem na to byla kapacita. Já jsem dělala, točila víno, presuju. Až do mrtě jsem jsem vždycky vytáhla víno. Držela jsem a do sklíneček jsem všem nalivala, to bylo moje.*“ K této vzpomínce dodává: (C45) „*No to je dřina, (smích) velká ale všechno jsem dělala.*“; (C47-49) „*Stříhali jsme nůzkama. Všechno se pak pomačká, ty hrozny, a pak se to presuje. Víte, teče víno jako do toho a to se dává do beček, aby to kvasilo pěkně, nesmí se zacpávat, že to by roztrhlo ten sud. A tak pěkně....*“

**Znaky pracovní činnosti**, jak uvedly výzkumné osoby, byly nejen snaha být samostatný, aktivní, ale také snaha se naučit vše, co bylo důležité a prospěšné. Oblast zaměstnání, ve kterých se výzkumné osoby objevily, směřoval přímo do zemědělství, továrny či práce jako přadlena. V této subkategorii byly zvoleny tyto kódy: druh práce, pracovní zařazení, pomoc při činnosti, samostatnost při práci, aktivnost, pracovní schopnost, radost z práce, zážitky, znalost pracovního postupu.

- **Subkategorie: Pracovní problémy**

V rámci zaměstnání zažila výzkumná osoba D velmi nepříjemnou situaci s nadřízeným. (D34-36) „*A měla jsem tak sprostého mistra. On mě neviděl tady u toho stroje, že jsu. A on Vám přišel z té strany a jak mi brzdil tu mašinu. Já jsem vyletěla na něho.* „Blázne jeden blbý.“ *Povídám: „Jsi mistr ale jsi blbý jak...“ Nechcu říct, jak co. Byla jsem sprostá.*“ K tomu ještě dodává: (D38) „*Na truc mě. Strhl mi púl stroje, púl mašiny.*“

**Pracovní problémy**, jak nám vyplynulo z rozhovoru, mohou vést nejen k samotné nepříjemné situaci, ale také k upřímnosti ze strany zaměstnance vůči vedoucímu. Pro tuto subkategorii byly přiřazeny tyto kódy: nepříjemnosti, nezodpovědnost vedoucí osoby.

## **Zájmy a záliby**

Zájmy či záliby mohou být u různých osob individuální, což nám také potvrzují výpovědi výzkumných osob.

- **Subkategorie: Typy oblíbených činností**

Oblíbené činnosti zmínili při rozhovoru výzkumné osoby A, B, C, D. Výzkumná osoba A vzpomíná jak: (A79-80) „*...tenkrát letěli jsme na motorky.*“ Výzkumná osoba B si zase



zavzpomínala na tyto činnosti: (B94) „...chodili jsme háčkovat, plíct, takové kurzy všelijaký.“ Jako další vzpomínku na oblíbenou činnost uvedla: (B31) „Ráda chodím do lesa.“ Pro výzkumnou osobu C byly zase oblíbené jiné činnosti, jak uvádí: (C40-41) „Já umím točit víno, všecko víte? Do sklineček a všecko.“; (C43) „... kopat a uvazovat víte? Hrozny jako tak. A tož jsem všecko ráda dělala.“; (C77) „Já ráda vařím.“ Výzkumná osoba D zase uvedla: (D139) „Ráda jsem zpívala a hrála všelijaký hry.“

**Oblíbenými činnostmi u výzkumných osob byly nejen ruční práce, procházky, zpívání, hry, ale také práce na vinohradě.** Byly vytvořeny tyto kódy: zájmová činnost, procházky.

• **Subkategorie: Znaky společenského vyžití**

K tématu společenské vyžití uvádí výzkumné osoby A, B, D totožné informace. Výzkumná osoba A uvedla: (A55) „...já jsem hrozně ráda tančila. Sestra mě naučila na dvoře tančit.“ K tomu ještě dodává informaci: (A62) „Já jsem ráda chodila na ty muziky a ráda jsem tančila.“ Výzkumná osoba B zase zavzpomínala: (B88-89) „Cvičila jsem v H. (název). Chodívali jsme, tančívají jsme, besedy a takový to věci.“; (B92) „To byli tanečky, besedy. Tančívají jsme všelijaký takový ty tance...“ Radost z tance a cvičení uvedla výzkumná osoba D: (D144) „Já jsem ráda tančila.“; (D150) „Hrozně ráda jsem cvičila.“; (D75-76) „Já jsem byla tanečnice. Ne, že bych se chválila. Nemyslete si, že se chvám, ale pro mě si chodili staří chlapi, tak jsem uměla tancovat.“; (D84) „Pro mě si chodili i staří chlapi. Říkali: „Ty jsi celá matka.“

Na své první zkušenosti s tančením si zavzpomínala výzkumná osoba C, která uvedla: (C26-27) „...poprvé jsem byla u muziky a kluci chodili pro mě tancovat. „Že C.(jméno) ty umíš tak dobře tancovat?“ Já povídám: „Jsem naučená, mě to bavilo.“ K tomu ještě dodává: (C28) „... a já jsem tančila s tím a s tím a s tím.“ (C161-163) „Když byla třeba muzika. Já jsem tady vždycky měla kluky kamarády jako muzikanty: „C. (jméno), můžeme přijít?“ „Ano, přijděte.“ Babičky k nám, mohly tancovat. Tancovaly, no a vždycky na to vzpomínají.“

**Znakem společenského vyžití, jak nám vyplynulo z rozhovorů, byly tance, besedy, muzika.** Pro tuto subkategorii jsme vytvořily tyto kódy: radost z pohybu, první zkušenosti s muzikou, taneční partneři.

• **Subkategorie: Znaky dobrého sportovního vyžití**

Na téma sport zavzpomínala výzkumná osoba D, která uvedla: (D48) „Já jsem cvičila na tom sletě jako dorostenka.“; (D127) „Já jsem chodila na volejbal ...“; (D127-128) „Ale my jsme tam opravdu cvičili.“

Na zkušenosti se sportem vzpomíná výzkumná osoba D takto: (D132-134) „...pamatuju

*si to z toho dětství, ještě když jsem byla ten ... Já jsem si musela lehnout na zem a on mě chytl za ruky a hned jsem mu stála na rukách až nad hlavou. A tak on mě tak od malička cvičil.“* Dále také vzpomíná: (D51-52) *„Jsmo museli ukázat, co umíme.“*; (D52-53) *„Já jsem byla veverka. Pro mě to nebylo nic těžkýho. Já i dneska polezu po stromě.“*; (D130) *„...já jsem byla taková ohebná.“*

Výzkumná osoba D si také zavzpomínala na sokolský slet, kterého se osobně zúčastnila. Na tuto událost vzpomíná takto: (D58-60) *„Na to hrozně ráda vzpomínám. Bylo to něco moc krásnýho. Takže my jsme cvičili a druhá polovička byla v hledišti, dívala se na nás. Potom jsme si to vyměnili. Zase oni cvičili a my jsme se dívali na ně.“*; (D56) *„...já v první řadě. To se mi hrozně líbilo.“* K tomu také dodává: (D52) *„... jsme měli dobrý víte vedoucí...“*

**Znakem dobrého sportovního vyžití**, jak nám uvedla výzkumná osoba, je nejen **schopnost zúčastnit se sportu**, ale také **být aktivní v rámci různých sportovních aktivit včetně vnitřní radosti zúčastnit se sportovní činnosti**. Byly zvoleny tyto kódy: sportovní vyžití, zkušenosti, schopnosti, spokojenost, být viděn, příjemné zážitky.

- **Subkategorie: Dopravní prostředek**

Vlastní zkušenost s řízením motorového vozidla uvedla výzkumná osoba B, která vzpomíná na toto období takto: (B94) *„Udělal jsem si autoškolu.“*; (B96) *„Nebyl to problém. To já, když jsem dělala na motorku, tak jsem nemohla dostoupnout...“*; (B101-102) *„Na pincku jsem jezdila hodně.“* Dále také vzpomíná na tuto událost: (B97-99) *„Kdysi jsem vezla mamku a říkám: „Ježiši ne, vždyť to spadneš z motorky. Tak napřed já si stoupnu a potom si Vy sednete a potom teprve pojedem a ne sednout, hupnout a potom motorka. Tož tak to bylo.“*

Výzkumná osoba B také vzpomíná, jak došlo ke zničení a demontáži její vlastní motorky. (B106-107) *„Kluci si ho ještě předtím rozebrali. Ti tam začali nalívat do toho... Napřed to ještě jezdilo a potom tam začali dávat tyto, vodu a už to bylo.“*

**Dopravní prostředek**, jak vyplynulo z rozhovoru, **se může stát také zálibou**. Jako kódy byly zvoleny tyto: řízení dopravního prostředku, pravidla při jízdě, zničení dopravního prostředku.

## **Partnerské vztahy**

- **Subkategorie: Zkušenosti s partnerským vztahem**

Rozdílné zkušenosti s partnerským vztahem uvádí výzkumné osoby A, C. Výzkumná osoba

A si zavzpomínala na situaci, kdy měla zájem o jednoho partnera na muzice. (A80-81) „...*dlouho jsem se netěšila, protože já jsem s ním tančila. A on viděl mě, tož přišel za mnou. A tančili jsme spolem.*“; (A81-82) „...*přišel si tančit pro mě a povídal, že jestli jako ho nepočkám, že bude konec. Však já jsem na to čekala.*“ Druhá vzpomínka výzkumné osoby A vede k partnerovi, o kterého nejevila zájem. (A95) „*A mi se to nezdálo. Tož zas mě odvezdl. Tam, jak jsem byla. No a byl konec.*“ Důležitou událostí v životě výzkumné osoby A se stalo setkání s jejím životním partnerem. Jak sama uvádí: (A104-105) „...*potom jsme se poznali s mojim. A to jsem měla už 28 roků. Už jsem byla stará, že?*“ Výzkumná osoba C také zavzpomínala, jak se seznámila se svým partnerem, kterého ale také po delší době odmítla. (C122) „*Já jsem s jedním pánem se seznámila a on mě vzal letadlem. Pilot byl.*“; (C124-125) „*No a tak jsem byla šťastná. On mě hrozně chtěl. Pilot víte. Nechtěla jsem ho.*“; (C133-135) „*Měl maminku hodnou. Tak jsme byli. Pěkný dům a vilu. Jenomže já jsem, prostě nechtěla jsem ho. A on nechtěl. Chtěl, abych byla s ním.*“; (C137) „*Něchtěla jsem do vily. Jsou trdlo. Ne, nechtěla. A tož tak.*“

Výzkumné osoby měly z partnerských vztahů, jak nám vyplynulo z rozhovorů, **občas obavu či také určitá očekávání ze vztahu**. Hlavní kódy, které byly zvoleny pro tuto subkategorii, byly tyto: zájem, očekávání, strach ze situace, životní událost, osobní vztah, odmítání životní situace.

## Zdravotní problémy

### • Subkategorie: Specifika při zdravotních problémech

Se zdravotními problémy se setkaly výzkumné osoby A, B, C. Jednu ze vzpomínek uvedla výzkumná osoba A, která si zavzpomínala na svého rodinného příslušníka a jeho zdravotní problémy. (A115-117) „*Ale doktor nechtěl ho nechat doma, že je tam malý děcko, že musí jít na kontrolu na plicním a z plicního už ho nedovezl dom.*“ Následně také tato výzkumná osoba vzpomíná na vlastní zdravotní problémy. (A151) „*Zase jsem měla koliku a zase jsem musela do nemocnice k doktorovi.*“ (A153-155) „*Tož jsem byla doma. Poté jsem šla do práce. Dlouho jsem tam nebyla, jestli tři, čtyři měsíce a zase zpátky k doktorovi D. (jméno).*“ K tomu také dodává: (A122-123) „*Přijela za mnou paní doktorka, a že napřed jsem byla u ní a všeci měli takové moče normální. Já jsem to schovávala. Mě bylo haňba za to.*“; (A126-127) „*Bylo půlnoci, když mě vezli do nemocnice, když už jsem to nemohla vydržet. To byli bolesti, ukrutný.*“ Výzkumná osoba C nám sdělila, že v současné době: (C71) „*Napuchlé mám nohy, nemůžu. Jé, toto celé žíly mám.*“; (C152) „*Nemůžu chodit, bolí mě nohy. Jaja, a nevadí, to už jsem stará, 78 roků mám*“

79. “ Vzpomínku na situaci, kdy měla pocit beznaděje, uvádí výzkumná osoba B takto: (B16-17) „*Občas nevím. Kdysi jsem byla, to jsem byla, nevím, v jakýsi depresi. Byla jsem u doktora nebo kde. No a zůstala jsem tam.*“; Dále také vzpomíná na situaci, kdy musela být odvezena do nemocnice. (B66-67) „*Pak jsem měla zástavu srdce. Jsem byla. Kde já jsem to byla. To jsem byla v O. (obec). A to jsem zkolabovala.*“

Zdravotní problémy způsobovaly výzkumné osobě C veliké nepříjemnosti. Výzkumná osoba C se k tomu také vyjádřila: (C73-74) „*Bolelo to. Já jsem celý den stála na nohách, to už je všechno pryč. Ráda jsem to dělala.*“ Výzkumná osoba B se k bolesti nohou a celkovému strachu z pádu vyjádřila zase takto: (B34-35) „*Už to bolí trochu. Tak ještě na něho sednu, ale už nemám takovou odvalu. Mám 89 roků tož, mám strach, ať nespádnou. Opřu se o kolo, když někam jdu.*“

**Následkem zdravotních problémů**, jak vyplynulo z rozhovorů, se u výzkumných osob **vyklytly zdravotní komplikace vedoucí mnohdy také k samotné obavě a strachu o svůj život**. Jako klíčové kódy byly zvoleny tyto: zdravotní komplikace, pocit studu, bolest.

· **Subkategorie: Znaky důsledků zdravotních komplikací**

Vlivem stáří může u jedince také docházet k omezení určitých činností, na které byla osoba zvyklá. Následně tuto skutečnost uvádí výzkumná osoba B. (B31-32) „*Na kole jsem ještě jezdila. Ted' už jsem to kolo odložila. A to jsem projedila na těch lesích.*“

V rámci svých možností se snaží výzkumná osoba A dělat v současné době činnosti tak, jak jí to její zdravotní stav dovolí. (A147-148) „*To se nemůžu už pohybovat mezi lidima, jak jsem se pohybovala, ale však tady jsu. Jak můžu, tak to dělám.*“

Přání zlepšit vlastní zdravotní stav vyjádřila výzkumná osoba A, i když si je vědoma, že to není reálné. (A158-159) „*Tak jsem skončila až tož na tom nepěkném vozíku. Není pekné, pro mě je škaredé, protože já bych chtěla chodit a já nemožu.*“ Výzkumná osoba D upřímně uvedla tuto informaci: (D161) „*Tož už jsem taky stará baba, tož co si můžu vytentovat.*“

Jak vzpomíná výzkumná osoba A, důsledkem dlouhodobého zhoršení zdravotního stavu, musela řešit odchod ze svého zaměstnání. (A156-157) „*To byl tam ten revizní a on byl potvora veliké. Ještě říkali, kdož ví, jestli tě dají do důchodu.*“; (A157-158) „*Já jsem říkala: „Však já nechci jít do důchodu. Já chci jít dělat.“ Já bych musela marodit pořád. Takže mě dal do důchodu.*“

**Hlavními znaky důsledků zdravotních komplikací**, jak nám vyplynulo z rozhovorů, je **neschopnost smířit se s vlastním zdravotním stavem a současnou situací**. Dalším důsledkem

může být také **předčasný odchod do důchodu** či **omezení určitých činností**. V této subkategorii jsme si zvolily tyto kódy: omezení aktivity ve stáří, reálný pohled, neschopnost smířit se s vlastní situací, komplikace ve stáří, odchod do důchodu.

## Zkušenosti

### • Subkategorie: Praktické zkušenosti

Na zkušenosti, které byly získány v rámci svého života, vzpomíná a dokáže také uplatnit výzkumná osoba C i v současné době. (C61-63) „*Já mám dobrou chuť, víte, na víno. To je dobrý z druhé bečky, že to jsem tak jako.... Poznám dobrý nebo kyselý, hodně přislazený. Všecko já: „Prosím tě, ticho bud’, to není dobrý víno.“ A už jsou potichu.“* Dodává také poznámku, že dokáže také druhým lidem poradit. (C64-65) „*Já říkám: „Nebojte se, já mám dobrý čuch a dobrý jazyk. Já Vám řeknu, který víno musíte Vy mět.“*

Z těchto odpovědí vyplynulo, že **díky dlouholeté praktické zkušenosti získají lidé určitou znalost svého oboru**. Byl vytvořen tento kód: poznání kvality.

### • Subkategorie: Nezájem dnešní doby o činnosti

Výzkumná osoba C vzpomíná na minulost a zároveň hodnotí kriticky dnešní dobu. Vyjádřila se takto: (C150-151) „*To já zase mám dobrou chuť, tak jsem třeba nudle dělala. To oni nedělají, jenom kupovaný vysypou. Všecko já jsem široky nudle dělala, všecko. Já, to bývalo. Jaja, kde jsou ty časy.“*; (C145-146) „*Že včil nejsou dobrá jídla, oni to odfláknou všecko. A to já zas ne všecko.“*; (C153-154) „*Byla jsem v kuchyni jako větr. To bylo moje. A teď? Kupujou nudle, no kde já... No jejda. Vajíčka jsou, no všecko.“*

Z rozhovoru vyplynulo, že **v minulosti neměli lidé takové možnosti jako dnes**. Zároveň **na přípravě jídla si dávali více záležit** na rozdíl od dnešní doby, kdy se dají veškeré potraviny v obchodě koupit. Hlavním kódem, který byl zvolen pro tuto subkategorii, je: bezstarostnost.

## Lidské chování

### • Subkategorie: Problémy v životě

V rámci svého dětství si vzpomněla výzkumná osoba A na situaci, kdy jednala velmi nezodpovědně. Uvedla následující situaci: (A8-9) „*...ten sedlák, tož ty husy zavřel nám. On mi jich nechtěl dát, že jsem se měla jako věnovat husám a né koupališti.“* Výzkumná osoba A následně uvedla důsledek jejího nezodpovědného chování. (A 9-10) „*Tož maminka musela tam*

*jít pro ty husy, a tož jsem měla doma binec.“*

Na nepříjemnou situaci si vzpomněla výzkumná osoba A, která uvedla: (A70-72) *„Byli jsme na té muzice. A včilka jsme tančili a to. A potom přišel jeden za mnou a říkal: „Chcou tě zbit D. (občané), že s kterým si nechtěla jít tančit.“ Říkám: „No, a jak já se teď dostanu dom.“*

Jak vyplynulo z rozhovorů, **nezodpovědné chování a nepříjemné situace mohou způsobovat problémy v životě**. Jako kódy byly vybrány: nezodpovědnost, nepříjemnost.

**Subkategorie: Znaký dobrého kolektivního vztahu**

Na situaci, kdy výzkumné osobě A pomohl kolektiv, vzpomíná takto: (A72-73) *„...šli se mnou věci a mě dali doprostředka...“*; (A73) *„Mě dali doprostředka, aby jako kdyby mě chtěli zbit.“* Dále si také vzpomněla na situaci, kdy jí její kamarádka pomohla. (A57-59) *„Jé, kamarádka přišla. Já říkám, že: „Já nemůžu, já musím schovávat zemáky, představ si.“ A ona řekla: „Já ti pomůžu a půjdeme obě dvě.“ Tak jsme utkali potom na tu muziku do R. (obec)“* Další vzpomínka výzkumné osoby A je zaměřená na vzájemnou soudržnost mezi sourozenci. (A83-84) *„Sestra, tož šla s děvčatama a přišla spíše dom jak já. A maminka se ptala, kde jsou. A ona říká: „Tož já nevím, kde je.“ Ona neprozradila.“* Na jinou situaci v rámci rodiny vzpomíná výzkumná osoba B, která uvedla: (B60-61) *„...mamka, přestřelka byla u nás, a říká: „Kdyby náhodou nás tady zabili, tak ať nás zabijou všechny na kuchyni...“*

Setkávání se svými vrstevníky uvedla výzkumná osoba D takto: (D152-154) *„Jsme chodívali tancovat, celá tlupa. Nebyla jsem sama. Ale měli jsme svoje chlapce jako víte, tanečníky. A tak, když v okolí se někde tancovalo, tak jsme všude prohlídli.“*

**Znakem dobrého kolektivního vztahu**, jak nám vyplynulo jednotlivých rozhovorů, je nejen **vzájemná pomoc a soudržnost**, ale také **společné setkávání se svými vrstevníky**.

Kódy, které byly zvoleny, jsou: kolektivní pomoc, držet při sobě, společné setkávání s vrstevníky, ochrana.

· **Subkategorie: Znaký lidského chování**

Snaha být ochotný a pomáhat druhým osobám uvádí vlastní zkušenosti výzkumné osoby B, C, D. Výzkumná osoba B zavzpomínala na ochotu souseda a uvádí tuto vzpomínku: (B78-79) *„K sedlákům, když třeba chtěli půjčit, měli jaký si to pole a chtěl tatínek půjčit tu sekačku jako to, tak vždycky to nešlo skládat to a dělat okotce.“* Výzkumná osoba C zase vzpomíná na tyto situace: (C66-67) *„No a přišli faráři, pět a říkali: „My bysme tak chtěli, abys byla na faře a vařila nám. Já jsem tam přišla a hned jsem vařila a to.“*; (C67-68) *„A tak jsem jim navařila, napekla, se jim to líbilo, nachystala jsem všechno.“*; (C82-84) *„No a pak jsem udělala koláče,*

však doted'ka, kteří jsou tady kluci. „My na to babičko, vždycky vzpomínáme na Vás a věil nám nedají ani kúsek.“ Já jsem nadělala jeden plech a to jsem jim rozdala, oni rádi jijou.“; (C92-94) „Já jsem jedenáctero cukroví udělala na vánoce, tady babičkám. A doted'ka, která je tady a neumřela, tak na to vždycky vzpomíná.“; (C96-97) „A kluci mě donesli plný košík trnek a já jsem jeden plech rozkrojila, každému dala.“ Jinou vzpomínku uvedla výzkumná osoba D. (D25-26) „Já jsem byla, víte, tak blbá, že když onemocněla u toho druhého, tak jako já dělala ševcovskou přízu.“ Zároveň hodnotí sama sebe takto: (D28) „Já jsem byla takový blbec, víte...“

Dnešní dobu vnímá výzkumná osoba C takto: (C163-164) „Tady to už není. Oni nedělají nic. Sestřičky nejsou pro babičky.“; (C94-95) „Jedenáct kousků měli, teď mají nic tady toto, když udělají, tak po jednom kousku, ajaj vzpomínky.“ Následně hodnotí výzkumná osoba C sama sebe: (C164-165) „Já jsem byla pro babičky. Co chtěly, to jsem jim udělala. Všecko jsem udělala... To jsou všelijaký vzpomínky.“

Blízký vztah se svojí sestrou uvádí výzkumná osoba A následovně: (A18-19) „Potom jsme už šly přes les a už jsem jí doprovodila, ať nemusí obcházet...“

Výzkumná osoba A zavzpomínala také na situaci v létě, kdy touha po koupání byla větší než splnění vlastních povinností. (A3-5) „...lákalo mě to koupat se, že .. Jsem natrhala z máku ty listy, jak roste mák, že? Tož ty listy. Já jsem jim těm husám ten mák naházela, a ony byly jak ožralé, a ony spaly, a já jsem šla se koupat.“; (A7-8) „...soused můj se tam koupal a říkal, pojd' se taky okoupat. No a mě dlouho nemusel navádět. Já jsem se šla koupat a husy utekly.“

Sdílet druhé osobě vlastní názor, se nebojí říct výzkumná osoba C. (C35-36) „Velebný pán byl můj kamarád a je teď. A to on vždycky: „C. (jméno), bylo to dobrý?“ „Bylo“. Tak to dělejte. Jen aby mu lidi nenadávali, víte?“

**Znakem lidského chování**, jak vyplývá z vyjádření výzkumných osob, **může být nejen ochota pomoci druhým lidem, myslet na druhé ale také na své zájmy, upřímnost či samotná neochota**. Pro tuto subkategorii byly zvoleny tyto kódy: doprovod blízkého člena rodiny, rada druhé osoby, ochota, nezáměr o druhé, lenost, myslet na druhé, touha, lákání druhé osoby.

#### · **Subkategorie: Povaha člověka**

Každý člověk má jinou povahu. K tomuto tématu se vyjadřují výzkumné osoby A, C.

Sama sebe hodnotí výzkumná osoba A takto: (A61-62) „Já jsem byla hrozně veselá, no.“; (A68) „Já jsem byla potvora.“ K tomu také dodává: (A146-147) „Jak říkám, mám ráda lidi a budu jich mít do smrti, ať už su, jaká chcu, že.“ Podobně hodnotí svoji povahu výzkumná

osoba C. (C139-140) „*Já jsem byla veselá. Tancovat jsem pěkně uměla. Sami kluci vždycky: „C. (jméno) pojď dokola.“ Tož jsem šla. A to když už jsem byla vdaná, víte.*“

Na svou nejlepší kamarádku vzpomíná výzkumná osoba A takto: (A100-101) „*...ona byla taky taka veselá. Ona se furt smála ještě více než já.*“ Dokázala si také zavzpomínat na svou sousedku, na kterou má velmi negativní vzpomínky. (A30-31) „*A ona každému nadávala. Ona měla takovu blbou povahu, víte? A ona byla takový rapl, no.*“; Výzkumná osoba A několikrát zdůraznila tuto informaci: (A34-35) „*Ona nadávala každému.*“; (A37) „*A ona nadávala o sto péro.*“ Při této vzpomínce se také výzkumná osoba nahlas zasmála. Uvedla také následovně: (A36-37) „*A ona neměla jakousi, já už nevím, jak to, kterou tu písničku neměla ráda. A pantáta to vždycky pouštěl.*“

Výzkumná osoba C dokázala zavzpomínat a zároveň také zhodnotit vlastní postoj k práci s postojem druhých osob. Uvedla: (C77) „*Jsem dělala nudle domácí, víte, oni by se na to vysrali. To oni by ne, ale já jo.*“; (C80-81) „*To to víte, to žádný neuměl tak dělat. Já jsem takový věci měla ráda.*“

Rozdílnost povah také zmínila výzkumná osoba A, která zmínila své sousedy: (A26) „*U nich se vařivaly trnky i blbosti jsme tam dělali všelijaký. Oni to všechno snášeli.*“

Na svého manžela vzpomíná výzkumná osoba C takto: (C29-30) „*Žárlil na mě, byl hrozně žárlivý. Hodný byl všechno ale hrozně žárlivý. No já jsem se smívala, já jsem byla pro blbost.*“

**Některé výzkumné osoby se charakterizovaly jako povaha velmi veselá. Povahou člověka, jak vyplývá z rozhovorů, může být vznětlivost, trpělivé či snaživé chování, ale také samotná žárlivost.** Jako kódy byly vybrány: trpělivost, snaživost, rozdílné povahy u lidí, schválnost.

### 6.1.5 Následky: Hodnocení života

#### · Subkategorie: Pohled na život

Výzkumné osoby C, D uvedly, že často vzpomínají na svůj prožitý život. Výzkumná osoba D uvedla: (D214) „*No to víte, že ráda vzpomínám.*“ Podobné vyjádření uvedla výzkumná osoba C: (C30-31) „*Dobrá to bylo, no. Vždycky vzpomínám na všechno.*“; K tomu také dodává: (C84-85) „*No božínku, vzpomínky nám zůstanou, jinak...*“

Vlastní život hodnotí výzkumná osoba B takto: (B101) „*Všecko pomínulo. Už je všechno pryč.*“; (B71-72) „*Všecko se skoro přežije.*“; (B107) „*Tož takový věci. To všechno je už pryč.*“



Na svého blízkého člena rodiny zavzpomínala výzkumná osoba A, kdy jí zůstala v mysli tato vzpomínka: (A117-119) „*Oni ho odvezli do V. (město), do nemocnice. No, jestli tam byl tejdén, 14 dní ani to ne a zemřel. Ještě mi stihl napsat korespondenční lístek a už byl konec.*“

Výzkumná osoba D vyjádřila svůj názor na život takto: (D235) „*Všechno to už poumíralo....*“

Stejný názor má také výzkumná osoba B: (B85-86) „*Kamarádky jsem měla dobrý. Už jenom jedna je. Všechno umřelo. Ted'ka mám sousedky dobrý. Takový je to život. No tak vzpomínáte.*“

Spokojenost s vlastním životem uvedly výzkumné osoby A, C. Výzkumná osoba C uvedla:

(C105) „*Dobrý jsem měla život.*“ Výzkumná osoba A zavzpomínala a zároveň sdělila tuto informaci: (A107) „*Stáří jsem měla jako s manželem dobrý.*“

Pohled na vlastní život, jak uvedly výzkumné osoby,

Jak vyplynulo z rozhovoru, **výzkumné osoby rády vzpomínají na svůj prožitý život.**

Zároveň si také uvědomují, že **to, co bylo, už není a je pouze ve vzpomínkách.** Byly zvoleny tyto kódy: smíření se s životem, smrt blízké osoby, spokojenost s vlastním životem.

#### · **Subkategorie: Čekání na konec života**

V současné době výzkumná osoba C hodnotí sama sebe takto: (C151-152) „*Už jsem stará, na umřítí.*“ Dodává také: (C100) „*...já jsem si svoje odpracovala a musím už jenom umřít.*“ *Čekám na umřítí.*“; (C102-103) „*...mám vedle manžela, máme dvojhrob. Pak hned z kraje první hrob je náš a čekám až jenom zemřu...*“; (C108-109) „*A velebný pán, když dával poslední pomazání víte ale ne.*“ „*Ano ale já chcu*“ *Že naráz můžu zemřít a kdo by mě to dal.*“; (C110-112) „*...tož mě dal poslední pomazání, víte na rukách jako křížek. Já jsem byla šťastná, kdybych zemřela, tak mě šupnou do toho a hotovo. Já říkám: „Ne ne, já jsem křesťanka a já chci být pěkně se všeckýma poctama.*“; (C153) „*Takže mě už to pán bůh zaplat', za všecy roky, co jsem tady byla.*“

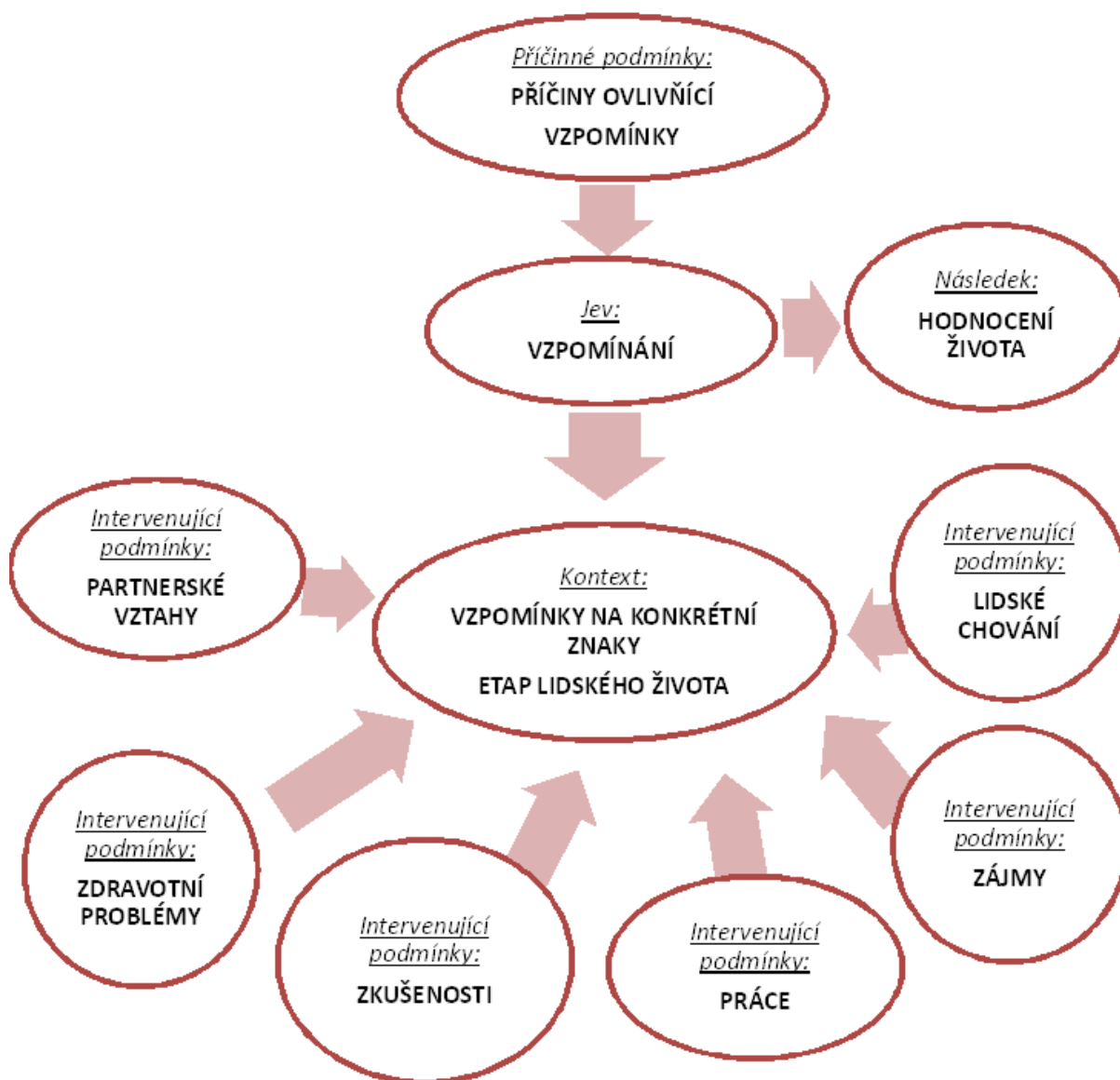
Samotné vzpomínky vyvolávají ve výzkumné osobě C tyto pocity: (C56) „*Všechno jsem dělala, všechno. A tož takový smutný vzpomínky.*“; (C103) „*...to je hrozný, já se nabrečím, když si navšecko vzpomenu.*“ Výzkumná osoba D vnímá v současné době sebe samu takto: (D5-6) „*Já jsem taková zapomnětlivá. Nikdo se mě na nic neptá, takže se na to zapomene, no.*“; (D137) „*Už je to moc roků. Tak si toho moc nepamatuju.*“; (D211-212) „*Nevím, mě se to všecko plete dohromady.*“

Samotné čekání na konec života, jak vyplývá z rozhovorů, **přináší snahu být připraven na smrt, celkový smutek, smíření se s vlastním životem a uvědomění si, že celkový konec života přináší také zapomínání.** Kód: čekání na smrt, smutné vzpomínání, paměť.

## 6.2 Shrnutí výsledků výzkumu

Výstupem našeho výzkumu byl pokus o sestavení paradigmatického modelu. Na základě axiálního kódování a hledání vztahů mezi jednotlivými kategoriemi jsme vytvořili tzv. paradigmatický model vzpomínek. Pro lepší přehlednost výsledků jsme vytvořili tzv. grafické znázornění paradigmatického modelu vzpomínek, který jsme uvedli níže (více obrázek č. 2).

Obrázek č. 2: Paradigmatický model vzpomínek



Zdroj: Vlastní výzkum

### 6.3 Shrnutí výzkumné části

Cílem výzkumu bylo zjistit za pomoci rozhovorů, jak senioři vzpomínají na své zásadní životní události, které ve svém životě zažili. Zároveň byla také snaha vytvořit pro výzkumné osoby knihu vzpomínek. Bohužel bylo zjištěno, že ze čtyř výzkumných osob, mají zájem o vytvoření knihy vzpomínek pouze dvě výzkumné osoby. Další dvě výzkumné osoby uvedly, že nejeví zájem o písemnou formu vyřčených vzpomínek. Toto přání jsme také akceptovali. Z naší strany byla také snaha získat odpovědi na výzkumné otázky a dokázat si odpovědět na hlavní výzkumný problém.

#### **První výzkumná otázka: Jak senioři vidí svůj prožitý život?**

Senioři často vzpomínají, že jejich prožitý život byl velmi pěkný a dobrý. Rádi vzpomínají na všechno, co v životě zažili. Jejich vzpomínky zůstávají v paměti, i když u některých dochází již k výpadkům paměti. Sami jsou si vědomi, že některé jejich události prožili už dávno a mnohdy si už na některé detaily nepamatují. Senioři vnímají svůj život jako již prožitý a zdůrazňují, že všechno již pominulo a je už pryč. Mnohdy se u nich objeví v očích slzy či samotný smích, když si vzpomenou na některé jejich důležité vzpomínky. Můžeme se také zamyslet nad jednotlivými obdobími, které samotní senioři prožil, a ve kterých přímo uvádějí konkrétní pocity a prožitky z daného období. Na období dětství vzpomínají celkově jako na část života, která byla velmi krásná, pěkná, dobrá. Někteří uvádějí, že prožili své dětství v chudobě. Období mládí bylo specifické tím, že byla snaha dělat různé rozmary včetně snaha obejít určité zákazy. Na období začátku dospělosti je vzpomínáno jako na potřebu ujasnit si své priority, protože někteří měli tendence místo rozšíření vzdělání odejít přímo do svého zaměstnání z důvodů nezávislosti na svých rodičích. Základním důležitým vodítkem k rozhodnutí v jejich životě se staly finance a vidina, koupit si vše, co budu potřebovat. Na poslední etapu lidského života vzpomínají staří lidé jako na poslední období svého života s pocitem a vidinou čekání na svou smrt.

#### **Druhá výzkumná otázka: S jakými tíživými životními situacemi se staří lidé setkali?**

Staří lidé mají spojené tíživé životní situace s úmrtím svého blízkého člena rodiny. Jedna z výzkumných osob uvedla, že před samotnou smrtí blízkého člena rodiny, dostala od něj z přímo z nemocnice ručně napsaný dopis směřovaný přímo jí osobně. Nad tímto se také můžeme zamyslet a říct, že mnohdy senioři sami cítí, že nastává konec v jejich životě a mají

potřebu se se svými blízkými rozloučit. Další tragická událost, která se odehrála, bylo úmrtí maminky před samotnou výzkumnou osobou. Jak sama uvedla, tato událost se stala v období dětství a často se slzami v očích na tuto tragédii vzpomíná. Můžeme říct, že ztráta jednoho z rodičů, je pro dítě velkou tragickou událostí, která ho poznamenává na celý život. Nejen ztráta vlastního rodiče ale i smrt dospělé dcery velmi poznamenalo tuto výzkumnou osobu. Můžeme celkově zhodnotit, že samotné vzpomínky nám připomenou naše zemřelé, na které člověk vzpomíná s velkým zármutkem. Tíživou situací může být také vzpomínka u starých lidí na zhoršení svého zdravotního stavu v průběhu života, které jim zkomplikovalo osobní život.

### **Třetí výzkumná otázka: Jak se staří lidé umí vyrovnat s událostmi, které prožili?**

Staří lidé berou život tak, jak je. Na události, které již prožili, pouze vzpomínají buď se smíchem a samotnou radostí nebo mají slzy v očích a pláč. Aby se dokázali s danými událostmi vyrovnat, volí formu vyprávění a vzpomínání na dané události. Můžeme říct, že tímto se člověku velmi uleví a částečně se zbaví i své bolesti, která ho osobně velmi tíží. Dochází také následně k vyrovnání a smíření s danou situací.

### **Čtvrtá výzkumná otázka: Jaké životní události ovlivnily život seniorů?**

Ve stručnosti můžeme říct, že životní události, které ovlivnily samotný život seniorů, jsou např. tragické události, zdravotní problémy, zkušenosti, partnerské vztahy, práce ale také samotná rodina. První z těchto událostí, kterou uvádíme, je tragická událost. Tu jsme již rozepsali ve výzkumné otázce č. 2. Z tohoto důvodu nebudeme více specifikovat tento termín. Zdravotní problémy, jako jedna ze životních událostí, velmi ovlivnily ale i v současné době ovlivňují samotný život seniorů. V průběhu života nastává řada zdravotních komplikací, které mohou vést člověka až k omezení vlastních činností či popřípadě dřívější odchod do důchodu. Mnohdy se také stává, že se člověk za své zdravotní problémy stydí, nesvěří se nikomu ani svému praktickému lékaři. Poté také nastává situace, kdy se zdravotní stav celkově zhorší a musí skončit i v nemocnici. Tuto skutečnost také uvedla jedna z výzkumných osob. Můžeme také říct, že samotné zaměstnání také ovlivňuje zdravotní stav člověka. Jak nám vypověděla jedna z výzkumných osob. Její zaměstnání jí způsobilo zdravotní komplikace, které vedly následně také k pobytu v nemocnici a samotné operaci. Kromě zaměstnání musíme zmínit i osobní zkušenosti, které člověka do budoucna velmi ovlivňují. Tyto zkušenosti se snaží senioři následně předat mladší generaci, kteří mnohdy o to nejeví zájem. Jak uvedla také jedna z výzkumných

osob. Je snaha mladé generace si všechno ulehčit, zjednodušit a neuvědomují si, že získané informace od starší generace mohou být cennou informací. Jako další důležité události, které ovlivnily samotný život lidí, jsou partnerské vztahy. Ty měly také velký vliv na další život člověka. Od nich se také odvíjelo, jaká bude další budoucnost. Bylo také zjištěno, že byla určitá obava z partnerských vztahů. Měla-li žena kolem třiceti roků a vdávala se, považovalo se to, že už je stará na vdávání. Velmi nás také zaujala výpověď výzkumné osoby, která měla možnost vdát se za bohatého přítele, ale přednost dala raději vlastní rodině, zájmům a zálibám. Musíme podotknout, že dnešní doba je úplně rozdílná. Nedá se tímto srovnávat s minulostí, protože dnešní generace má úplně jiné priority. Poslední životní událost, kterou chceme uvést, je rodina. Rodina, do které se člověk narodil, velmi ovlivnila samotné jedince také do budoucna. Rodiče byly pro své děti vzorem a měli také autoritu. Děti je poslouchaly a co řekl rodič, to platilo. Neexistovalo odmítání. Co jsme také zjistili z rozhovorů, děti musely pomáhat vlastním rodičům na polích, starší sourozenci se museli postarat o mladší sourozence. Neexistovala žádná rivalita. Sourozenci se měli mezi sebou navzájem velmi rádi a dokázali si také vzájemně pomáhat. Na závěr musíme říct, že rodina držela vždy při sobě a byl-li jakýkoli problém, i vzdálená rodina dokázala vypomoci.

Na závěr si musíme také dokázat odpovědět na výzkumný problém, který jsme si specifikovali následující otázkou: Jak senioři vzpomínají na své zásadní životní události, které ve svém životě zažili? Musíme říci, že získanými odpověďmi na výzkumné otázky, jsme mohli nalézt také odpověď na výzkumný problém. Jak jsme již uvedli, staří lidé rádi vzpomínají na veškeré své zážitky. Ať se jedná o smutné či veselé události, vždy dokážou na ně vzpomínat jako na vlastní životní situace, které byly a už nejsou, ale ovlivnily jejich život. Senioři dokážou vzpomínat na své zásadní životní události s úsměvem, ale také si dokážou poplákat nad bolestivou vzpomínkou, kterou ve svém životě zažili. Jak senioři sami uvádějí, vzpomínky zůstanou, jen my tu už nebudeme. Dále jsme si také stanovili na začátku praktické části v této diplomové práci otázku, zda je reminiscence využívána ve vybraném stacionáři pro seniory. Jak uvedla jedna z výzkumných osob v samotném předinterview, do aktivizačního programu je občas zařazeno vzpomínání na minulost i na vlastní zážitky. Chtěli jsme také zjistit, zda nalezneme vzájemné souvislosti ve výpovědích jednotlivých výzkumných osob. Musíme poznamenat, že některé odpovědi se vzájemně ztotožňují, navzájem doplňují popřípadě jsou rozšířeny o další poznatky.

## 6.4 Diskuze

Tuto diplomovou práci jsme vytvořili z důvodu našeho osobního zájmu a hlavně s cílem vyzkoušet si tuto metodu. Jak jsme zjistili, po prostudování odborné literatury, je reminiscence velmi zajímavým tématem, ale také doporučovanou metodou zvláště pro zařízení sociálních služeb nejen pro cílovou skupinu senioři, ale i pro lidi s demencí či jakýmkoli jiným zdravotním omezením. Musíme také zdůraznit, že našim cílem bylo také vytvořit pro výzkumné osoby knihu vzpomínek. V současné době tato kniha vzpomínek je v rozpracované fázi a bude po dokončení plného znění předána dvěma výzkumným osobám, které se na tuto knihu velmi těší. Jak samy uvedly, budou velmi rády, když si budou moci zpětně přečíst vlastní výpovědi. Další dvě výzkumné osoby o tuto knihu neprojevíly zájem, jak jsme již v předešlé podkapitole uvedli. Chceme ale také prezentovat tuto knihu vzpomínek v rámci této diplomové práce. Rozhodli jsme se, že uvedeme pouze obal této knihy bez jakéhokoli textu (příloha č. 6). Hlavním důvodem je zachování anonymity samotných výzkumných osob. Musíme také zmínit, že uskutečněné rozhovory, jsou cenným materiálem nejen pro nás samotné, ale také i pro ty, kteří tuto diplomovou práci budou číst. Musíme hlavně ocenit angažovanost a ochotu výzkumných osob zúčastnit se rozhovorů s cílem sdělit nám důležité informace z jejich osobního života.

Vzpomínky u starších osob, jak souhrně můžeme říci, vedou k celkovému hodnocení jejich života, smíření se s vlastním životem a situacemi, které v životě zažili. Výsledky výzkumu se shodují s autorem Butlerem (in Janečková, Vacková, 2010, s. 38), který uvádí, že vzpomínky umožňují vyrovnat se a smířit se s prožitými křivdami, přehodnotit špatná rozhodnutí a dospět k celkovému vyrovnání se se svojí současnou situací.

Nyní bychom chtěli přistoupit k samotné interpretaci výsledků v kontextu s našim náhledem na dané pojmy. Jak jsme již uvedli, celkovým výsledkem se stalo hodnocení vlastního prožitého života. Bylo zjištěno, že staří lidé rádi vzpomínají na svůj prožitý život, který byl mnohdy bolestivý ale také s pěknými vzpomínkami. Staří lidé si uvědomují, že vzpomínají pouze na něco, co se již nikdy nevrátí. S tímto se také spojuje celkové smíření nejen se svým prožitým životem, těžkými událostmi, ale také s tím, že může nastat kdykoli konec v jejich životě. Snahou je být kdykoli připraven na vlastní smrt.

## 6.5 Doporučení

Cílem této práce je upozornit na téma vzpomínání u starých lidí jako jednu z metod práce se seniory, která je velmi efektivní vedoucí k poznání samotného seniora. Vzpomínky jako takové, nám mohou napovědět, proč se člověk chová určitým způsobem či má na určitou věc daný názor. Poznat druhé osoby není jednoduché. Jak jsme zjistili, život výzkumných osob nebyl vůbec lehký, mnohdy velmi složitý a těžký. Na základě uvedených poznatků v teoretické ale také v praktické části se nyní pokusíme zformulovat určité výstupy, které se nám zdají velmi důležité a podnětné k samotnému zamyšlení.

- Respekt a pomoc rodičům

Děti musely rodiče respektovat, poslouchat. Nesměli odmítnout, a co řekl rodič, to platilo.

- Soudržnost v rodině

V rodině byla důležitá komunikace, vzájemné rodinné návštěvy a celková soudržnost a jakákoli pomoc v případě krize.

- Události, které ovlivnily rodinu

Tragické události dokázaly rodinu vždy stmelit a vždy si v nouzi pomoci.

- Spokojené dětství

I když se žilo v chudobě, děti byly spokojené, nebyla závist a měli se velmi rádi.

- Priority a nezávislost

V dospělosti byla snaha být nezávislý na svých rodičích a uvědomit si své priority.

- Setkávání s přáteli

Společné chvíle a setkávání s přáteli byla také jedna z důležitých věcí, na které lidé často vzpomínají. Mladí lidé chodili společně na různé zábavy, a to nejen v místě bydliště, ale také mnohdy několik kilometrů pěšky.

➤ Víra v Boha

Lidé byli věřící. Rodina vedla děti k víře, modlitbě a návštěvě kostela.

➤ Práce na poli

Lidé často v minulosti trávili čas na poli. Zapojovala se celá rodina. Děti byly zvyklé pomáhat vlastním rodičům, neodmlouvaly.

➤ Partnerské vztahy

Mladí lidé spolu uzavírali sňatky v kostele. Do rodin se narodilo více dětí. Svatby v pozdějším věku nebyly obvyklé.

➤ Zdravotní komplikace

Vlivem zaměstnání docházelo také k různým zdravotním problémům.

➤ Kolektivní soudržnost

Lidé dokázali spolu držet při sobě, pomoci si v nouzi a existovala sousedská výpomoc.



## ZÁVĚR

V této diplomové práci jsme se věnovali tématu reminiscence. Cílem naší diplomové práce byla snaha analyzovat vyprávění seniorů včetně vytvoření knihy vzpomínek a zároveň si dokázat odpovědět, jak staří lidé vzpomínají na své zásadní životní události. Abychom mohli získat odpověď na výzkumný problém, bylo nutné se nejprve seznámit a prostudovat odbornou literaturu.

V teoretické části jsme se pokusili objasnit a vysvětlit pojem reminiscence z širšího hlediska s cílem využít zahraniční, ale také cizojazyčnou literaturu. Zároveň jsme se snažili ukázat propojení oboru sociální pedagogiky s tématem diplomové práce. Jedna z velkých kapitol v teoretické části se přímo zaměřuje na popis metod uskutečnění samotné reminiscence včetně praktických příkladů.

V praktické části se věnujeme hledání odpovědi na otázku týkající se životních událostí seniorů.

Toto téma bylo zvoleno z našeho samotného zájmu o reminiscenci, ale také z důvodu získání náhledu a povědomí na samotné téma. Uvědomujeme si, že vzpomínky a vzpomínání hrají velkou roli u starých lidí. Tento názor také sdílejí i jiní významní autoři, kteří se zabývají danou problematikou.

Věříme, že tato diplomová práce bude sloužit jako inspirace, ale také pro druhé jako podnět k samotné realizaci reminiscence.

Věříme, že tato diplomová práce bude sloužit jako inspirace pro druhé s cílem zrealizovat reminiscenci.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] BAKOŠOVÁ, Zlatica, 2005. *Sociálna pedagogika*. 1. vyd. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo – Mladé letá, s. r. o. ISBN 80-10-00485-5.
- [2] BENDL, Stanislav, 2014. *Nárys sociální pedagogiky*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-7290-668-0.
- [3] BÖHM, Erwin, 2015. *Psychobiografický model péče podle Böhma*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta. ISBN 978-80-204-3197-4.
- [4] CINGROŠOVÁ, Klára a Klára DVOŘÁKOVÁ, 2014. *Knižka pro vzpomínání a procvičování paměti*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0703-0.
- [5] DEMETRIO, Duccio, 1999. *Zabawa na tle życia: gra autobiograficzna w edukacji dorosłych*. 1. vyd. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls“. ISBN 83-88030-27-2.
- [6] ERIKSON, Erik H., c2015. *Životní cyklus rozšířený a dokončený: devět věků člověka*. 2. vyd., přeprac., V Portálu 1. Přeložil Jiří ŠIMEK. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0786-3.
- [7] FREEDMAN, Jill a Gene COMBS, 2009. *Narativní psychoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-549-3.
- [8] GAVORA, Peter, 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 1. vyd. Brno: Paido. ISBN 80-85931-79-6.
- [9] GAVORA, Peter, 2008. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 4., rozš. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo UK. ISBN 978-80-223-2391-8.
- [10] GAVORA, Peter, 2010. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2. vyd. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-185-0.
- [11] HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2012. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-900-8.
- [12] HENDL, Jan. 2016. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 4. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0982-9.

- [13] HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar Dvořáčková, 2013. *Volnočasové aktivity pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4697-5.
- [14] HOLMEROVÁ, Iva, Eva JAROLÍMOVÁ, Jitka SUCHÁ. A KOL., 2007. *Péče o pacienty s kognitivní poruchou* [online]. Praha: Pro Gerontologické centrum vydalo EV public relations. [cit. 2018-01-10]. Vážka. ISBN 978-80-254-0177-4. Dostupné z: [http://www.geriatrie.cz/dokumenty/Pece\\_o\\_pacienty\\_s\\_kognitivni\\_poruchou\\_2.pdf](http://www.geriatrie.cz/dokumenty/Pece_o_pacienty_s_kognitivni_poruchou_2.pdf)
- [15] CHRÁSKA, Miroslav, 2016. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2. vyd.. Praha: Grada. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5326-3.
- [16] JANEČKOVÁ, Hana a Marie VACKOVÁ, 2010. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-581-3.
- [17] JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ, 2016. *Volný čas seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-55 .
- [18] KALVACH, Zdeněk, 1997. *Úvod do gerontologie a geriatrie: integrovaný text pro interdisciplinární studium*. 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-366-0.
- [19] KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ, 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2169-9.
- [20] KLEVETOVÁ, Dana, 2017. *Motivační prvky při práci se seniory*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0102-3.
- [21] KORNBECK, Jacob a Niels ROSENDAL JENSEN, 2012. *Social pedagogy for the entire lifespan*. Bremen: EHV. 2sv. (259, 256 s.). ISBN 978-3-86741-647-4.
- [22] KRAUS, Blahoslav, 2014. *Základy sociální pedagogiky*. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0643-9.
- [23] MÜHLPACHR, Pavel, 2017. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Brno: MSD. ISBN 978-80-7392-260-3.
- [24] NICHOLS, Michael P., 2005. *Zapomenuté umění naslouchat: (proč naslouchání vztahům prospívá)*. 1. vyd. Praha: Návrat domů. ISBN 80-7255-106-X.

- [25] PALENČÁROVÁ, Jana a Karel ŠEBESTA, 2006. *Aktivní naslouchání při vyučování: rozvíjení komunikačních dovedností na 1. stupni ZŠ*. 1.vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7367-101-8.
- [26] POKORNÁ, Andrea, 2010. *Komunikace se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3271-8.
- [27] PŘIBYL, Hugo, 2015. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf. ISBN 978-80-7345-437-1.
- [28] RIEGER, Zdeněk a Hana VYHNÁLKOVÁ, 1996. *Ostrov rodiny: integrující přístup pro práci s rodinou : příručka pro odborníky*. 1. vyd. Brno: Doplněk. ISBN 80-901773-8-7.
- [29] STRAUSS, Anselm L. a Juliet CORBIN, 1999. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert. ISBN 80-85834-60-X.
- [30] STRNAD, Vratislav a Alžběta NEJEDLÁ, 2014. *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0729-0.
- [31] STUART-HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-274-2.
- [32] ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Barbora BOLOMSKÁ, 2011. *Reminiscenční terapie*. 1. vyd. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-711-0.
- [33] ŠPATENKOVÁ, Naděžda, 2013. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3653-1.
- [34] ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ, 2015. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8.
- [35] ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ, 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.
- [36] TOMEŠ, Igor a kol., 2017. *Sociální souvislosti aktivního stáří*. 1.vyd. Praha:

Univerzita Karlova. ISBN 978-80-246-3612-2.

- [37] TOTA, Miroslav, 2016. *Senior, aneb, Ještě mě tu máte*. 1. vyd. Týn nad Vltavou: Nová Forma s.r.o. ISBN 978-80-7453-666-3.
- [38] VOJTOVÁ, Hana, 2014. *Smyslová aktivizace v české praxi*. 1. vyd. Prachatice: Institut vzdělávání. ISBN 978-80-260-5804-5.
- [39] WEHNER, Lore a Ylva SCHWINGHAMMER, 2013. *Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-40-247-4423-0.
- [40] ZACHAROVÁ, Eva, 2016. *Komunikace v ošetrovatelské praxi*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0156-6.

#### **Internetové zdroje**

SCHWEITZER, Pam. *Pam Schweitzer; MBE*. [online]. © 2016[cit. 2017-12-09]. Dostupné z: <http://www.pamschweitzer.com/>

SCHWEITZER, Pam. *Senior Theatre*. [online]. © 2016[cit. 2017-12-09]. Dostupné z: <http://www.pamschweitzer.com/theatre2.html>

#### **Zákony:**

ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách (zákon o sociálních službách). In: Sbíрка zákonů České republiky. 2012 [cit. 2018-01-05]. ISSN 1213-2217. Dostupné z: [https://www.mpsv.cz/files/clanky/31234/Zakon\\_o\\_socialnich\\_sluzbach-stav\\_k\\_1.\\_10.\\_2017.pdf](https://www.mpsv.cz/files/clanky/31234/Zakon_o_socialnich_sluzbach-stav_k_1._10._2017.pdf)

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

apod.	a podobně
atd.	a tak dále
např.	například
s.	strana
tzn.	to znamená
tzv.	takzvaný, takzvaně

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

Obr. č. 1: Paradigmatický model.....	56
Obr. č. 2: Paradigmatický model vzpomínek.....	74

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Rešerše použité literatury

Příloha č. 2: Slovník klíčových pojmů

Příloha č. 3: Předinterview

Příloha č. 4: Rozhovor

Příloha č. 5: Plné znění rozhovoru s výzkumnou osobou A

Příloha č. 6: Plné znění rozhovoru s výzkumnou osobou B

Příloha č. 7: Plné znění rozhovoru s výzkumnou osobou C

Příloha č. 8: Plné znění rozhovoru s výzkumnou osobou D

Příloha č. 9: Znázornění subkategorií a kódů dle jednotlivých kategorií

Příloha č. 10: Fotodokumentace



## PŘÍLOHA Č. 1: REŠERŠE POUŽITÉ LITERATURY

BENDL, Stanislav, 2014. *Nárys sociální pedagogiky*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-7290-668-0.

Publikace se věnuje tématu sociální pedagogika. Autor zmiňuje základní směry sociální pedagogiky, definici, významné osobnosti atd. Poslední kapitola se věnuje úkolům sociální pedagogiky a zaměřuje se také na specifika sociální pedagogiky.

BÖHM, Erwin, 2015. *Psychobiografický model péče podle Böhma*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta. ISBN 978-80-204-3197-4.-3197-4.

Kniha psychobiografický model péče podle Böhma je zaměřena na biografii člověka, díky kterému má dojít k porozumění jednotlivce i jeho chování. Autor v knize popisuje, že díky tomuto modelu se mu podařilo aktivovat ztracené schopnosti zmatených či starých osob. Kniha je velmi inspirující, dokládána různými příklady.

CINGROŠOVÁ, Klára a Klára DVOŘÁKOVÁ, 2014. *Knížka pro vzpomínání a procvičování paměti*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0703-0.

Autorky se v knize zaměřují na skupinovou ale také individuální práci. Kniha je rozpracována na témata, která se prolínají s reminiscencí i s trénováním paměti. Je návodem k uskutečnění individuálního plánu klientů v zařízeních sociálních služeb.

DEMETRIO, Duccio, 1999. *Zabawa na tle życia: gra autobiograficzna w edukacji dorosłych*. 1. vyd. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls“. ISBN 83-88030-27-2.

Kniha Demetria Duccia obsahuje 30 návrhů na činnosti, které představují zábavu nejen pro seniory ale také mládež či jakékoli účastníky kurzu. Hlavní roli hrají vzpomínky účastníků s cílem zamyslet se také nad svým životem a dozvědět se o osobě více informací.

FREEDMAN, Jill a Gene COMBS, 2009. *Narativní psychoterapie*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-549-3.

Kniha je velmi zajímavá obsahem. V této publikaci jsou uváděny prepisy některých částí konzultací včetně kazuistik ale také podrobné příklady z praxe.

GAVORA, Peter, 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 1. vyd. Brno: Paido. ISBN 80-85931-79-6.

Publikace se zabývá nejen kvantitativním ale také kvalitativním výzkumem. Součástí publikace jsou také přílohy, které jsou praktickým vodítkem k vytvoření dotazníku či interview.

HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2012. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-900-8.

Publikace se zaměřuje na seniory a zabývá se porozuměním mezi mladými lidmi a seniory. Pojem porozumění je také vnímáno jako podmínka potřebného začlenění starého člověka do společnosti. Autorka se zaměřuje na koncept zdravého stárnutí ale také zmiňuje nemoc i úmrtí. Zamýšlí se nad otázkou, jak správně motivovat pečující i rodinné příslušníky.

HENDL, Jan, 2016. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 4. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0982-9.

Publikace je velmi dobrým návodem k uskutečnění kvalitativního výzkumu s praktickými příklady. Autor také v knize nastiňuje rozdíl mezi kvalitativním a kvantitativním výzkumem.

HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar Dvořáčková, 2013. *Volnočasové aktivity pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4697-5.

Knihla se zaměřuje na téma volnočasové aktivity s cílem prezentovat výsledky práce se starými lidmi. Autorky zdůrazňují, že aktivní činnost seniorů přináší pozitivum po stránce fyzické ale také psychické. V knize je zdůrazněno, že správná stimulace seniorů za pomoci výtvarných činností má kladné výsledky.

HOLMEROVÁ, Iva, Eva JAROLÍMOVÁ, Jitka SUCHÁ. A KOL., 2007. *Péče o pacienty s kognitivní poruchou* [online]. Praha: Pro Gerontologické centrum vydalo EV public relations. [cit. 2018-01-10]. Vážka. ISBN 978-80-254-0177-4. Dostupné z: [http://www.geriatrie.cz/dokumenty/Pece\\_o\\_pacienty\\_s\\_kognitivni\\_poruchou\\_2.pdf](http://www.geriatrie.cz/dokumenty/Pece_o_pacienty_s_kognitivni_poruchou_2.pdf)

V publikaci autorky zdůrazňují, že je zapotřebí individuální přístup ke každému klientovi. Knihla se zaměřuje na klienty s kognitivní poruchou. Jsou zde uváděny příklady, jak s takovými klienty pracovat. Knihla se také zaměřuje na téma reminiscence a osvědčená témata reminiscenční terapie.

CHRÁSKA, Miroslav, 2016. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2. vyd.. Praha: Grada. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5326-3.

Tato publikace se přímo zaměřuje na kvantitativní výzkum. Kniha je velmi podrobně napsaná. Jejím cílem je čtenáři představit tento typ výzkumu a ukázat návod, jak takový výzkum provést. V publikaci se také vyskytují praktické rady a ukázky, které jsou dobrým návodem k uskutečnění tohoto výzkumu.

JANEČKOVÁ, Hana a Marie VACKOVÁ, 2010. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-581-3.

Autorky Janečková a Vacková knihu *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory* rozdělily na teoretickou a praktickou část. Teoretická část definuje přístupy a vliv reminiscence na zúčastněné osoby. V praktické části se kniha více zaměřuje na skupinovou reminiscenční činnost se seniory. Autorky zmiňují kromě seniorů také reminiscenční činnost s osoby s demencí. Kladou také velký důraz na vytvoření podmínek pro využití reminiscence v zařízeních pro seniory.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ, 2016. *Volný čas seniorů*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-55 .

Kniha Janiše a Skopalové se zabývá pojmem volný čas. Dozvíme se zde informace nejen o stáří a změnách, ale také o kvalitě života seniorů včetně vzdělávání starých lidí. V poslední části této knihy autoři uvedli výzkum zaměřený na volnočasové aktivity seniorů.

KALVACH, Zdeněk, 1997. *Úvod do gerontologie a geriatrie: integrovaný text pro interdisciplinární studium*. 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-366-0.

Publikace je zaměřena na pojem stáří a stárnutí včetně psychologie stárnutí. V knize se dozvíme informace o aktivizaci s důrazem na individualizovaný osobnostní přístup. Autor se také zabývá problematikou bezpečnosti starého člověka včetně možnosti řešení.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ, 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2169-9.

Autorky Klevetová a Dlabalová se zaměřují v knize na holistický pohled. Kniha podává praktické rady včetně řešení etických problémů. Pozitivem celé knihy je, že obě autorky pracují

více než dvacet let s klienty vyššího věku. Díky zkušenostem a praxi je kniha obohacena o kazuistiku. Kniha je také zaměřena na komunikaci s klientem zvláště se seniorem. Autorky zmiňují techniky i příklady dialogů s klienty s demencí či poruchou sluchu i zraku.

KLEVETOVÁ, Dana, 2017. *Motivační prvky při práci se seniory*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0102-3.

Kniha se zabývá uceleným pohledem na okamžiky v životě člověka, které souvisí s přicházejícím věkem. Autorka Klevetová ve své knize zmiňuje praktické rady pro pracovníky v sociálních službách či v oblasti zdravotnictví. Cílem knihy je ukázat vhodnou metodu u klientů se sníženou poruchou mobility či kognitivních funkcí. Autorka také v knize popisuje změny ve stáří.

KORNBECK, Jacob a Niels ROSENDAL JENSEN, 2012. *Social pedagogy for the entire lifespan*. Bremen: EHV. ISBN 978-3-86741-647-4.

Publikace je věnována tématu sociální pedagogika zaměřená na nejrozličnější cílové skupiny včetně historie sociální pedagogiky. Autoři se zaměřují v této publikaci na sociální pedagogiku v Německu, Francii, Polsku a Švédsku. Zmiňují také sociálně pedagogickou práci s mládeží.

KRAUS, Blahoslav, 2014. *Základy sociální pedagogiky*. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0643-9.

Kniha se věnuje sociální pedagogice nejen u nás ale také i v zahraničí tzn. Polsku, Německu, Slovensku apod. Autor seznamuje čtenáře s metodologickými východisky. Zaměřuje se také na problematiku sociálního prostředí. V poslední kapitole se autor zamýšlí nad sociální pedagogikou v praxi.

MÜHLPACHR, Pavel, 2017. *Kvalita života seniorů*. 1. vyd. Brno: MSD. ISBN 978-80-7392-260-3.

Podstatou knihy je zaměření na kvalitu života seniorů s odkazem na provedený výzkum. Autor se zamýšlí nad tématy týkající se starého člověka s odkazem na rodinu či společnost. Kniha se také zabývá životní spokojeností starého člověka.

NICHOLS, Michael P., 2005. *Zapomenuté umění naslouchat: (proč naslouchání vztahům prospívá)*. 1. vyd. Praha: Návrat domů. ISBN 80-7255-106-X.

Knih je věnována tématu naslouchání. Zamýšlí se nad otázkou, proč komunikace selhává a lidé si navzájem nenaslouchají. V knize jsou uváděny příklady ze života k lepšímu porozumění daného tématu.

PALEŇČÁROVÁ, Jana a Karel ŠEBESTA, 2006. *Aktivní naslouchání při vyučování: rozvíjení komunikačních dovedností na 1. stupni ZŠ*. 1.vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7367-101-8.

Knih se věnuje tématu umění naslouchat na 1. stupni základní školy. Cílem je představit komunikační dovednosti během dne při vyučování. Autoři se také zmiňují o tzv. verbální komunikaci, procesu naslouchání. Poslední kapitola se zabývá komunikačními aktivitami pro nácvik samotného naslouchání.

POKORNÁ, Andrea, 2010. *Komunikace se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3271-8.

Autorka se v knize zabývá tématem komunikace se seniory nejen v jejich přirozeném prostředí ale také v zařízeních sociálních služeb. Věnována pozornost je také pojmu ageismus, fyziologické změny ve stáří. Autorka zmiňuje také postupy i techniky pro návazání komunikace se starými lidmi. Důležitou kapitolou se stává také komunikace seniorů s pracovníky v sociálních službách.

PŘIBYL, Hugo, 2015. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf. ISBN 978-80-7345-437-1.

Autor se v publikaci zabývá pojmy stáří, senior ale také stárnutí. Zmiňuje také pojem ageismus a špatné zacházení se starými lidmi. Autor v publikaci uvádí vlastní osobní průkum zaměřený na seniory.

STRAUSS, Anselm L. a Juliet CORBIN, 1999. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert. ISBN 80-85834-60-X.

Tato knih je zaměřená na kvalitativní výzkum. Snahou je představit tento typ výzkumu. Samotný A. Strauss je autorem metody zakotvené teorie. Z tohoto důvodu se knih dále zaměřuje na postupy a techniky metody zakotvené teorie.

STRNAD, Vratislav a Alžběta NEJEDLÁ, 2014. *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0729-0.

Kniha se věnuje tématu narativní terapie. Nejprve je tento pojem obecně popisován. Následně se autoři snaží do hloubky seznámit čtenáře s narativní terapií.

STUART-HAMILTON, Ian, 1999. *Psychologie stárnutí*. 1.vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-274-2.

Celá publikace je věnována tématu stárnutí z několika hledisek. První část se zabývá obecně pojmem stárnutí. Následně je další kapitola věnována tématu stárnutí a inteligence, kde si autor klade za cíl popsat změny inteligence v důsledku stárnutí. Další kapitoly se věnují paměti, životnímu stylu apod. Poslední kapitola se zabývá tématem gerontologie.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Barbora BOLOMSKÁ, c2011. *Reminiscenční terapie*. 1. vyd. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-711-0.

Kniha Reminiscenční terapie popisuje vznik a vývoj reminiscence s odkazem na formy, zdroje, pomůcky využívané při reminiscenci. Kniha autorek Špatenkové a Bolomské je velmi dobrým návodem k pochopení pojmu reminiscence pro širokou veřejnost. Tato publikace je velmi cenná tím, že jsou zde uvedeny praktické příklady a rozsáhlý popis konkrétních reminiscenčních aktivit.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda, 2013. *Gerontagogika: studijní text pro kombinované studium*. 1.vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3653-1.

Pojem stárnutí a strategie vyrovnávání se se stárnutím i stářím zmiňuje ve své publikaci autorka Špatenková, která definuje poradenství pro seniory. Jednu z kapitol věnuje také edukaci seniorů s popisem institucí zaměřených na vzdělávání starých lidí. Čtenář se seznámí s různými příklady zaměřené na trénování krátkodobé, dlouhodobé či sensorické paměti. Poslední kapitola se věnuje aktivizaci starých osob s odkazem na reminiscenci, reminiscenční terapii i reminiscenční aktivity včetně arteterapie, muzikoterapie apod.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ, 2015. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. 1.vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5446-8.

Autorky se v knize zabývají vzdělávání seniorů nejen v České republice ale také v

zahraničí. Zmiňují se také o pojmech senior, starý člověk, empatie, aktivní naslouchání apod. Autorky charakterizují pojem geragogika včetně cíle a edukace seniorů.

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

Tato publikace se snaží seznámit čtenáře s pojmem kvalitativní výzkum včetně procesu a jeho plánování. Publikace je také velmi zajímavá tím, že jsou zde uvedeny konkrétní kvalitativní výzkumy.

TOMEŠ, Igor a kol., 2017. *Sociální souvislosti aktivního stáří*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova. ISBN 978-80-246-3612-2.

Kniha je věnována tématu kvalita života ve stáří včetně aktivního stáří a samotnému problému aktivizace týkající se starých bezdomovců. Jedna z kapitol je věnována také přímo sociální práci se starými lidmi.

TOTA, Miroslav, 2016. *Senior; aneb, Ještě mě tu máte*. 1.vyd. Týn nad Vltavou: Nová Forma s.r.o. ISBN 978-80-7453-666-3.

Publikace se věnuje tématu senior a jeho pohled na společnost. Dále se zabírá myšlenou, jak společnost pohlíží na samotného seniora. Následující kapitoly jsou věnovány starému člověku a jeho životnímu stylu tzn. stravování, denní režim apod. Kniha je vhodná nejen pro rodinné příslušníky či seniory, ale také pro osoby pracující přímo se starými lidmi.

VOJTOVÁ, Hana, 2014. *Smyslová aktivizace v české praxi*. 1. vyd. Prachatice: Institut vzdělávání. ISBN 978-80-260-5804-5.

Kniha je zaměřená na téma smyslová aktivizace. Cílem je ukázat nejen předměty používané při smyslové aktivizaci ale také přímo způsob, jak ji realizovat. Autorka se v knize také věnuje tzv. biografii a práci se vzpomínkami. Zabírá se také tématem umírání včetně procesu doprovázení a individuální či skupinové péče.

WEHNER, Lore a Ylva SCHWINGHAMMER, 2013. *Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-40-247-4423-0.

Kniha je zaměřená na smyslovou aktivizaci pro lidi trpící demencí či přímo pro staré lidi.

Autorky zmiňují, že samotné procvičování a podpora smyslových funkcí přináší člověku příjemný pocit, určitou fyzickou aktivitu ale také slouží k udržení jeho soběstačnosti. Kniha je velmi zajímavá také tím, že zmiňuje metodu dr. Montessori včetně možnosti začlenění do práce v zařízeních sociální péče.

ZACHAROVÁ, Eva, 2016. *Komunikace v ošetrovatelské praxi*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0156-6.

Kniha je zaměřená na oblast sociální komunikace zdravotnického pracovníka a samotného pacienta. Autorka zmiňuje ve své knize také překážky v komunikaci, které mohou nastat mezi zdravotnickým personálem a pacientem. V knize také najdeme názor autorky na efektivní komunikaci a aktivní naslouchání, které je velmi důležité při kontaktu s pacientem.



## **PŘÍLOHA Č. 2: SLOVNÍK KLÍČOVÝCH POJMŮ**

**Reminiscence** – znamená vzpomínka, vzpomínání. (Janečková, Vacková, 2010, s. 21)

**Reminiscenční terapie** – je označován rozhovor staršího člověka či skupiny seniorů s terapeutem o jeho dosavadním životě, prožitých událostech i zkušenostech. (Janečková, Vacková, 2010, s. 21-22)

**Senior** – znamená starý člověk. (Tota, 2016, s. 13)

**Stáří** – je proces zrání osobnosti. (Klevetové, 2017, s. 67)

**Komunikace** – znamená něco sdílet či povídat si. (Rieger a Vyhnálková, 1996, s. 93)

**PŘÍLOHA Č. 3: PŘEDINTERVIEW**

**Kolik máte let? .....**

**Co byste o sobě v současné době mohla říct?**

.....  
.....  
.....  
.....

**Jak trávíte volný čas?**

.....  
.....  
.....  
.....

**Proč navštěvujete stacionář pro seniory? Co od něho očekáváte, popřípadě co Vám osobně dává?**

.....  
.....  
.....  
.....

**Mohla byste mi popsat, jak probíhá dopolední aktivizace ve stacionáři?**

.....  
.....  
.....  
.....

**Která z aktivit ve stacionáři se Vám nejvíce líbí a proč?**

.....  
.....  
.....  
.....

**Vzpomenete si na nějakou aktivitu, která se Vám v minulosti ve stacionáři líbila a chtěla byste, aby byla opět zařazena do programu?**

.....  
.....  
.....  
.....

**PŘÍLOHA Č. 4: ROZHOVOR**

Otázky vytvořené podle metody:

- Demetria Duccia:

Na co si vzpomenete, když se podíváte na vyobrazený motiv? („Hra“)

Když zmíníme Vaši rodinu, jak na ni vzpomínáte? („Galerie rodinných portrétů“)

Když se podíváte zpětně na celý svůj prožitý život, co byste mi o něm mohla říct, a jak byste ho zhodnotila? („Pohled z letu ptáka“)

- Špatenkové a Bolomské:

4) Na co si vzpomenete, když se podíváte na svou fotografii?

5) Vzpomenete si na svá oblíbená místa?

- Erwina Böhma:

6) Jak jste prožila dětství?

7) Jak jste prožila mládí?

8) Jak jste prožila dospělost?

9) Jak jste prožila stáří?

**PŘÍLOHA Č. 5: PLNÉ ZNĚNÍ ROZHOVORU S VÝZKUMNOU OSOBOU A****Na co si vzpomenete, když se podíváte na vyobrazený motiv?**

Vidím tu dvě nohy... No, to mi připomíná, že jsem pásala husy. Tož tenkrát na louce... Tož jsem, tož jsem zahнала ty husy a lákalo mě to koupat se, že .. Jsem natrhala z máku ty listy, jak roste mák, že? Tož ty listy. Já jsem jim těm husám ten mák naházela, a ony byly jak ožralé, a ony spaly, a já jsem šla se koupat. (*smích*)

**To je dobrý. To máte dobrou vzpomínku.**

Ty husy to dlouho nevydržely a soused můj se tam koupal a říkal, pojď se taky okoupat. No a mě dlouho nemusel navádět. Já jsem se šla koupat a husy utekly. No a ten sedlák, tož ty husy zavřel nám. On mi jich nechtěl dát, že jsem se měla jako věnovat husám a né koupališti. Tož maminka musela tam jít pro ty husy, a tož jsem měla doma binec. Tož naši mi nadali. Já jsem byla nejmladší, že.

**Tak si tak na to vzpomenete, dobrý.****Tak, když zmíníme Vaši rodinu, jak na ni vzpomínáte?**

Já vzpomínám velmi dobře na nejstarší sestru. Tu jsem měla nejradši. Tu vzpomínám furt, ale modlím se za všechny. Každá ta... Ta byla nejstarší, měla 44 roků, když umřela. Ale chodila každou neděli do kostela jako já a odpoledne tři kilometry do kostela, tři kilometry z kostela. Odpoledna šla zase za maminkou, za rodičema přišla a za mnou taky aj. Děcka dala na kočárek a přijela do L. (*obec*). Zas potom jsem jí šla doprovodit. Potom jsme už šly přes les a už jsem jí doprovodila, ať nemusí obcházet a šla už polní cestou. Tož jsem přijela dom. Potom v pondělí jsem šla do práce. Tam jsme taky dělali blbosti v práci. Aj mi nalili vodu na stoličku v práci (*smích*). Tož jsme šli, že no, ale... A to bylo víc takových kousků. Víte?

**Špiš na tu rodinu**

Na tu, tu rodinu si vzpomínám velmi dobře. A vzpomínám si taky na tu B. (*jméno*), to je taky rodina, že? Velice dobře na ni vzpomínám.

**A na co ještě vzpomínáte?**

U nich se vařivaly trnky i blbosti jsme tam dělali všelijaký. Oni to všechno snášeli. Harmonika tam hrála. Oni spali a my jsme dělali blbosti. (*smích*) Vařili jsme tam trnky a ta jedna točila. To se tenkrát točilo. A tož točila, točila, či zůstala stát, otevřela oči, tož zase... Takový čertoviny jsme dělali, jestli to všechno takhle může být. Tož samý blbosti jsme dělali. Jedna, ona byla potvora. Pán bůh jí tam dej věčnou slávu. A ona každému nadávala. Ona měla takovu blbou povahu, víte? A ona byla takový rapl, no. Ona tam měla hrozny na baráku. A když se ty trnky vařily, tož jsme si šli na ty trnky a vytentovali se jí na práh, na schodky. (*smích*)

**Co se potom stalo?**

No tož, žádnej se nepřiznal, že? To bylo v noci. Taky, že žádný neviděl, kdo to udělal. Ona nadávala každému. Soused, tož tenkrát chodil bubnovat, že po dědině. A potom, když byl rozhlas. Tož hlásil ty zprávy v tém rozhlasi. A ona neměla jakousi, já už nevím, jak to, kterou tu písničku neměla ráda. A pan táta to vždycky pouštěl. A ona nadávala o sto péro. *(smích)* A takový blbosti jsme dělávali. Nebo jsme šli na procházku s K. *(jméno)* a teďka mezi L. a D. *(obce)*. Tam bývali jedni a ti mívali hřebce. A za tím měli jezero takový veliký a v prostředku byla smuteční vrba. A kolem té vrby byly ty černé bobule. Já si nevzpomenu. Tak jsme to natrhali si. Huby jsme si pomatrali. To byli bílý, žlutý a černý. My jsme ty huby měli černý jak saze. My jsme šli dom zase po cestě. Jel mužský na kole. A jak nás viděl, tož říkal, že máme ty huby, tož co jsme mohli dělat. Tož leda samý takový vylomeniny jsme dělali.

**Takže takhle jste prožila dětství. Jak ještě vzpomínáte na své dětství?**

Tož jsme si hrávali balónem po polní cestě, už ale tak už větší. Víte, že tož na muziku jsme ještě nemohli. A potom jednou. Já nevím, to bylo zakázaný na muzice bývat. V lesích v D. *(obec)*, tož tam. Já nevím, kolik těch muzikantů, jak to bylo, nemůžu to říct přesně. Tož tam hráli a my jsme nemohli, tož jsme neuměli tančit. My jsme šli poslouchat do toho lesa. *(smích)* A tam jsme skákali radostí, že tančíme. *(smích)* Vylomeniny jsme dělali. Žádnému jsme neublížili. Museli jsme jít ráno do kostela. A odpoledne už přeslíct šaty a už zase v těch druhých šatech. A s děvčatama jsme dělali větší čertoviny.

**To se dá říct, že to bylo dětství. A jak jste prožila tedy mládí.**

Nevybouřený. *(smích)*

**A jak to tedy bylo to mládí.**

Víte, jak to mám říct, začat. Naši, já jsem hrozně ráda tančila. Sestra mě naučila na dvoře tančit. A chtěli jsme s kamarádkou, že půjdeme na muziku do R. *(obec)*. A naši mě nechtěli pustit. A oni si utentovali, že musím zemáky sklizet. V neděli k večeru, že musím schovávat zemáky z voza. Já, kamarádka přišla. Já říkám, že: „Já nemůžu, já musím schovávat zemáky, představ si.“ A ona řekla: „Já ti pomůžu a půjdeme obě dvě.“ Tak jsme utíkali potom na tu muziku do R. *(obec)* *(smích)*. A na muzice taky jsem nechtěla jít s jedním tančit. On byl malý. Nechtěla jsem s ním jít tančit. To hašiči měli. A ten jeden hašič přišel a nadal mi, že jsem s ním nešla. A mě to bylo jedno. Já jsem byla hrozně veselá, no. Já jsem ráda chodila na ty muziky a ráda jsem tančila. No a tak si vzpomínám, jak jsme chodili do toho lesa a v tom lese byly agáty. To pěkně vonělo. A rostly tam hříby. Potom tam byly ořechy, lískáče. Tož jsme chodili na lískáče. To všecko bylo v tom. A už, jak jsme starší byli. Tak, takové trhoviny.

**Jak jste tedy prožila dospělost. Nejprve bylo dětství, mládí, dospělost a pak se dostaneme ke stáří.**

(smích)... Já jsem byla potvora (smích)....

**Jak to tedy bylo?**

(smích)... Byli jsme na té muzice. A včilka jsme tančili a to. A potom přišel jeden za mnou a říkal: „Chcou tě zbit D. (občané), že s kterým si nechtěla jít tančit.“ Říkám: „No, a jak já se teď dostanu dom.“ A on říká: „Neboj se.“ Bylo tam více těch L. (občané). Tak oni šli se mnou všeci a mě dali doprostředka...(smích) Mě dali doprostředka, aby jako kdyby mě chtěli zbit. Takže ti boční to jako zatentujou. Dobře to dopadlo. Dobře jsme došli. Šli se mnou. A byli jsme v D. (obec) na muzice. A nejprve v L. (obec) byla muzika a za tejdén byla v D. (obec). A jeden, on byl muzikant z B. (obec). Tož šel si pro mě tančit. A tož jsme tančili. Tož, když hrál, tak nemohl furt tančit, že. A myslím, že dva kousky jsme tančili spole, a tož šel se mnou dom. Měl to při jedné cestě. Tak jsme šli dom, že jako v D. (obec) bude za tejdén muzika, jestli půjdu. Já říkám: „Samo, že půjdu.“ Že on bude jako hrát. A byl tam jeden z P. (obec) jeden, co jsme se spíše znali. A on měl jako motorku a tenkrát letěli jsme na motoroky. (smích) Ale dlouho jsem se netěšila, protože já jsem s ním tančila. A on viděl mě, tož přišel za mnou. A tančili jsme spolem. On to viděl z vrchu. A tož přišel si tančit pro mě a povídal, že jestli jako ho nepočkám, že bude konec. Však já jsem na to čekala. (smích) No nic. Ten mě zavezl dom. Sestra, tož šla s děvčatama a přišla spíše dom jak já. A maminka se ptala, kde jsu. A ona říká: „Tož já nevím, kde je.“ Ona neprozradila. Ale on zastavil na mostě. Maminka to uslyšela. Ona přišla do dveří. Ať jdu okamžitě dom. Tož já jsem musela jít dom a ona mě dymla do zad a já jsem celá přeletěla. (smích) A už jsme se potom neseťkali. Už jsme šli každý jinčí cestou. Ani s tím muzikantem a ani s tím. Potom jsme byli v lázních, jsem byla v lázních M. (název). Tam jsme se poznali s klukama s vojákama. Tož jsme chodili po městě. Co jsme měli dělat, že no. Jsme se poznali a přijeli jsme dom a tož to led, tak jsme se poznali, jinak nic. A ten jeden, co jsem s ním byla na rekreaci. To bylo na rekreaci. V lázních to bylo jináč. A tož oni si psali ta J. (jméno) ale ona chodila s klukem, ta děvčica. Tož potom se rozešli. Ona ho už nechtěla, aby jí psal a to nebo kdyby se ten kluk to dozvěděl, tak by bylo jináč všecko zas. No a u nás byla muzika. A tak jsme stáli s děvčátkama na mostě. Včil zastaví motorka... Co ten kluk si psal s tou J. (jméno). On zastavil, a že by chtěl se mnou mluvit. A tož jsme odjeli za dědinu mezi D. A L. (obce). Jsme zastavili. Tož on byl za O. (město). A mi se to nezdálo. Tož zas mě odvezdl. Tam, jak jsem byla. No a byl konec. Jednou jsem zas udělala takovou blbost. Bylo to v nedělu odpoledňa a s K. (jméno) jsme stáli, tak jsem seděli na mostě. A jela motorka a já říkám: „Já ho zastavím.“ A tož dojížděla ta motorka, že a já jsem udělala tož tak (zamávala) a on zastavil doopravdy. (smích) A že co

potřebujem. Já říkám: „Já jsem jí jenom něco předváděla.“ (*smích*) Tož takový trhoviny. Jednou jsem zase zastavila. Já jsem jí říkala M. (*jmeno*), M. (*jmeno*): „Já ho zastavím.“ A ona byla taky taka veselá. Ona se furt smála ještě více než já a ten chlap zastavil.

### **A co bylo dál?**

Co já? Já nebudu. Tož blbosti jsem dělala, tož jsem dělala blbosti. Naši měli se mnou trápení, myslím. Ale tož neřekne žádný. A potom jsme se poznali s mojim. A to jsem měla už 28 roků. Už jsem byla stará, že? (*smích*) No a tak jsem se dostala do V. (*obec*), a tak su v těch V. (*obec*).

### **Jak jste prožila stáří?**

Stáří jsem měla jako s manželem dobrý. Opravdu já jsem měla hodnýho aj tchána. Já jsem přišla do V. (*obec*) v roce 1962, jestli to chcete vědět. A on mi dal 10tisíc, tchán. To bylo peněz.

### **Na tu dobu, to určitě bylo.**

A koupil mi šicí stroj a on měl. To byli dva kamarádi, tchán a ještě ten jeden děda. A oni si někde umyslili, že pojedou. Sedli na kola a jeli. Jeli do M. (*město*). A tak projížděli ten. Kdož by, jestli si neodpočívali aj. No, což jim uteklo. A přijel jednou a dovezl mi tak pěkný ubrus. To bylo tak na široko, tak vyšívaný ale né ručně. To bylo tkaný jak když na nějakým stroji. Víte? Třeba tož tak, toto. A když někde ještě ještě byl na veletrhu v B. (*město*), tož mi dovezl taky čokoládu ale mojemu nic, leda mi. Měl mě rád jako. Na stáří onemocněl, já jsem ho opatrovala. Ale doktor nechtěl ho nechat doma, že je tam malý děcko, že musí jít na kontrolu na plicním a z plicního už ho nedovezl dom. Jel s ním manžel, s tchánem. Už přišel až už byli myslím čtyři hodiny nebo jak už pozdě. Oni ho odvezli do V. (*město*), do nemocnice. No, jestli tam byl tejdén, 14 dní ani to ne a zemřel. Ještě mi stihl napsat korespondeční lístek a už byl konec. Takže stáří, to jsem měla s manželem dobrý. On byl v důchodě, já v důchodě. Já jsem byla o 16 měsíců dřív v důchodě, protože ta ledvina, měla jsem. Když ta ledvina je nemocná, jak se to jmenuje, černé moč jsem měla. Nemóžu si vzpomenet, kolika. Přijela za mnou paní doktorka, a že napřed jsem byla u ní a všeci měli takové moče normální. Já jsem to schovávala. Mě bylo haňba za to. Takže jsem byla doma, no nevím, dala mi jakýsi ty prášky. A když to nepomáhalo, tak přijela zase. Bylo myslím kolem osmé hodiny nebo jak, doktorka D. (*jmeno*) už ale. A říkala mi, že když mi nepomůže to, co mi dala, takový nedobrý kapky, že budu muset se nachystat do nemocnice. Bylo půlnoci, když mě vezli do nemocnice, když už jsem to nemohla vydržet. To byli bolesti, ukrutný. No a tož jináč já jsem měla stáří, jak říkám dobrý. Ledaže jsem musela jít spíš do důchodu. A na kravině jsme takový blbosti dělali, taky.

Dobře. Když se podíváte zpětně na celý svůj život, jak byste ho zhodnotila.

Tož to dětství, to si nemožu stěžovat. To jsem měla dobrý. A těch blbostí jsme nadělali s B. (*jmeno*) hrozně moc. A to jsme byli generáli s K. (*jmeno*). Vždyť ona se taky ráda směje. A když



jsem šla do kostela, jsem šla kolem jejího, tož jsem na ní zavolala. Někdy jsem na ni ani nevolala.... A musela chodit taky do kostela. (smích) No a potom, tož jsem měla taky, bylo to dobrý. Leda, že ta čertovina ve mně držela furt. To Vám můžu říct.

### **Vzpomenete si na svá oblíbená místa?**

Já jsem vyšla školu, když jsem chodila do školy, jak jsem vycházela, tož na co se furt učit jako. A já jsem si, tož na holičku. No, potom jsem pořád přemýšlela, jestli jsem udělala dobrý kousek nebo ne. Tak jsem říkala, tři roky se učit, žádný peníze nebudu mět. Chcu se oblíkat, chcu jít na muziku. Tak jsem šla radši do práce, do Š. (název). Tam jsem byla 14roků a vidělala jsem si peníze, tak jsem si mohla koupit, co chcem. A tak bych neměla nic. Sestra šla na švadlenu. A u dobré švadleny jako byla a kdosi tu švadlenu udal, že nežádala o učnicu a že ju má. Tak musela jít sestra dom, a šla taky o málo dva roky starší a tak šla taky do toho Š. (název) jako já. Tam byli, na to nezapomenu, to bylo jedinečný tam. Velice dobrý. Partia taková fajn. Generáli na blbosti generáli. (smích) Udržbáře jsme měli sedlářa. A ten spravoval stroje. A ten taky nezhodil kouska řeči zbytečně. Taky veselý, dělal rád blbosti, takže mám vzpomínky, aj na mistrovou mám dobrý vzpomínky. Ať byla, která chtěla mistrová, já jsem se žádnou nic neměla. Tak byly hodný. Jak říkám, mám ráda lidi a budu jich mít do smrti, ať už su, jaká chcu, že. To se nemůžu už pohybovat mezi lidima, jak jsem se pohybala, ale však tady jsu. Jak možu, tak to dělám. Paní doktorka mi řekla, když jsem byla po operaci té ledviny, jsem marodila. Tož říkala, že až budu trochu moc, ať zkouším, co budu moct udělat. Že i když beru nemocenskou, že to je jako když cvičit. Takže tak jsem zkoušela až a stejně jsem byla chvíli na kravíně. Zase jsem měla koliku a zase jsem musela do nemocnice k doktorovi. Dala jsem moč. V té moči jsem měla takový, když jako jehla, takový tenůčký a ostrý. A on říkal, kdybych to neměla v té ledvině, že bych musela do práce jít hned ale že to mám, že musím být zase 14dní doma. Tož jsem byla doma. Poté jsem šla do práce. Dlouho jsem tam nebyla, jestli tři, čtyři měsíce a zase zpátky k doktorovi D. (jméno). On byl tam doktorem a potom byl primářem. A tož tak jsem to kombinovala až mě D. (jméno) dal do důchodu. To byl tam ten revizní a on byl potvora veliké. Ještě říkali, kdož ví, jestli tě dají do důchodu. Já jsem říkala: „Však já nechci jít do důchodu. Já chci jít dělat.“ Já bych musela marodit pořád. Takže mě dal do důchodu. Tak jsem skončila až tož na tom nepěkném vozíku. Není pekne, pro mě je škaredé, protože já bych chtěla chodit a já nemožu.

**Děkuju moc za krásný rozhovor.**

**PŘÍLOHA Č. 6: PLNÉ ZNĚNÍ ROZHOVORU S VÝZKUMNOU OSOBOU B**

**Když se podíváte na vyobrazený motiv, co Vám to připomíná? Na co si vzpomenete?**

Louky, lesy.....

**Něco takového jste zažila třeba, když se na to podíváte, louky? Co si tak vzpomenete?**

Já jsem chodila jako do kravína, a tak a na pole a tak. Všeljikovo jsem prodělala. Dobytek jsem poklouzela. Že u nás nebyla školka, tak jsem musela chodit tam, kde jako nějaké peníze se vydělaly. A pak se chodilo k sedlákům a tak.

**To si tak vzpomenete, když vidíte tady ten motiv.**

Vozí slámu a takové věci, seno.

**A když zmíníme Vaši rodinu, jak na ni vzpomínáte?**

Dobře, máme dobrou rodinu. Pak bylo doma šest. A prozatím jsme už jenom tři.

**Takhle vzpomínáte na svoji rodinu, jak se máte rádi.**

Máme. Jak máme narozeniny nebo nějaký takový, tak se navštívíme. Za mnou chodí vnoučata, tři pravnoučata. Dcera mě chodí hlídat. Pod kontrolou mobil. (*smích*) Já se dost chodím courat. Ta mi řekne, vem si mobil, ať se neztratíš.

**Stalo se někdy, že jste se třeba někdy ztratila?**

Prozatím ještě ne. Občas nevím. Kdysi jsem byla, to jsem byla, nevím, v jakýsi depresi. Byla jsem u doktora nebo kde. No a zůstala jsem tam. Vzala jsem si mobil a dovolala jsem se mobilem a dostala jsem se dom. A pak včilka mi říkají, mobil si vem sebou, nechod' nikam bez mobilu. Samozřejmě mi koupili takovou tašku na krk, ať se neztratím. Říkám, kdo by mě živil. Když někam jdu, hlásit, příchod, odchod. Přijdou kluci nebo dcera, ta je tam furt.

**Má o Vás velkou starost.**

Má, má strach, že mě někdo sebere. (*smích*) Kdo by mě živil. Málo bývám doma. Když mě odvezou, třeba do D. (*město*) nebo málo bývám doma. Co bych doma dělala, třeba jdu k dceři, nebo jdu k zeťovi, a tak všude chodím nebo k sousedce. Mám švagrovou vedle. Pokecat. (*smích*)

**Máte sebou nějakou fotografii?**

Nemám.

**Vzpomenete si na svá oblíbená místa v minulosti, kde jste ráda chodila?**

Kde jsem chodila, tak jsem chodila, jenomže jsem tam šla. Já jsem měla chlapa myslivca. Tak jsem to tam obešla. No a potom, nevzala jsem si mobil a tak mě pak doma seřvali, že bych se tam ztratila. Říkám, běžte....

Ráda chodím do lesa. Na kole jsem ještě jezdila. Teď už jsem to kolo odložila. A to jsem projezdila na těch lesích.

**Říkala jste, že jste odložila to kolo. Co se stalo?**

Už to bolí tochu. Tak ještě na něho sednu ale už nemám takovou odvahu. Mám 89roků tož, mám strach, ať nespadnu. Opřu se o kolo, když někam jdu.

**Bych se chtěla zeptat, jak jste prožila dětství?**

Dobře, my jsme museli pracovat. Rodiče byli zemědělci, že. My jsme lítali po poli. Pak jsem chodila do továrny. V Š. (*pracoviště*) jsem byla a pak jsem byla v T. (*pracoviště*). To už jsem byla v dospělosti.

**A co dětství, když si vzpomenete. Říkala jste, že jste musela chodit na pole.**

Já jsem byla čtvrtá. Nás bylo doma šest. Tak já jsem se musela starat o mladší sestru. Ta byla o sedm roků mladší, takže mi jí dali hlídat, aby někde ten. A ona byla taková potvora, jsem jí říkala, tys mě vychovávala dobře. A kolikrát, když sedla. Měla jsem jí na starosti, že. Tak ona si kolikrát sedla na cestu a čekala. Ona věděla, že si pro ni přijdu. Tož jsem doma taky brečela, že se půjdeme koupat. Měla jsem kámošky, kamarádky, že se půjdeme koupat. Přišla jsem dom a ona už byla nachystaná, kde jdeš? No jdu se koupat. Já tě nechcu. Oni mě nechcou. Mamka říká: „To ne. Když ten, tak s ní půjdeš nebo nepůjdeš nikde.“ Oni šli pod splach a já jsem s ní musela být navrchu, žádný takový. Docela mě tím dostali....Tak jinak jsem chodila po poli.

**Takže to je to vlastně to mládí. Jak na to vzpomínáte. Říkáte pole, určitě byla i nějaká škola, kamarádi. Jak na ně vzpomínáte a jak na to celkově vzpomínáte?**

No dobře. My jsme se měli dobře. My jsme se měli nahust. Tam byla taková ulička a tam byli tři chalupy, takže my jsme se tam scházeli. Tam jsme vždycky dělali ty voloviny všelijaký.

**Na co si tak vzpomenete?**

Tam jsme hráli na četníky a zloděje, jako ty dětské hry.

**A co ještě?**

S balónem hráli volejbal a takový hry. Jak přišli R. (*občané*), tak nám tam dali takový zelenočerný balonek. A tož jsme ho vždycky opatrovali, jak oko v hlavě, jak se říká. Říkal, že má, myslím, takový mladý voják, a že taky takový má doma. Já si vzpomínám na černý balonek, jak jsme ho opatrovali. To jsou takové zážitky. A když byla přestřelka, jak tam přišli R. (*občané*). Na to si pamatuju, tak trochu, že. Maminka šla. Já jsem byla čtvrtá. A mamka, přestřelka byla u nás, a říká: „Kdyby náhodou nás tady zabili, tak ať nás zabijou všechny na kuchyni...“

**Tak vzpomínáte i na takové období.**

Jo, když šli R. (*občané*), tak jsme byli na stohu. Vystlaní jsme byli a přetentovali jsme to všelijak. Ledacos se dělalo, tak jsem přežila.

**A to období, vzpomínáte na něj spíše negativně?**

Negativně, no. Pak jsem měla zástavu srdce. Jsem byla. Kde já jsem to byla. To jsem byla v O.

(obec). A to jsem zkolabovala. Byla jsem, myslím, s vnukem jsem tam byla. On říká: „Co je ti?“ Říkám: „Je mi zle.“ Tak mě posadil. Pak mi dali takový nástroj pro podporu srdce. A od té doby...Ještě mi říkal: „Co je ti?“ Říkám: „Je mi nějak divně.“ Šla jsem po těch schodech. Šla jsem jako k zemi. No tak zavolal záchranku. Ti mě dali do nemocnice a dali podporu srdce...Ještě říkali: „Můžete mu poděkovat za život.“... Říkám vnukovi: „Mám ti poděkovat za život.“ Všecko se skoro přežije. I když mi ta papuča jezdí.

**Tak jste mezi námi. To jsme rádi. A když bylo to vlastně dětství, mládí, dospělost, práce. Na co si tak vzpomenete?**

Všecko se přežije, jak se říká. Chodili jsme do kostela, že. Do školy jsme chodili. To vždycky mamka řekla: „Vstávat děcka, už jsou tady.“ My jsme jako kostel měli doma...Chodili jsme, poslouchali jsme. Chodili jsme pásat krávy. Tak jsme se bavili všelijak. Kopat zemáky, pomáhali rodičům. Chodila na pole, posbírala jako ten.... K sedlákům, když třeba chtěli půjčit, měli jaký si to pole a chtěl tatínek půjčit tu sekačku jako to, tak vždycky to nešlo skládat to a dělat okotce.Tak si tak na to vzpomínám. Dobré to bylo. Na procházku jsme chodili, ještě do včilku. Teď chodím k dceři.

**A když se podíváte zpětně na celý svůj prožitý život, jak byste ho zhodnotila, co byste mi o něm řekla.**

No tak, nemůžu si naříkat. Nebylo to v růžovém sadu, jak se říká, ale přežilo se to dobře. Mám se dobře. Nemůžu říct, že jsem se měla špatně. Poslouchat jsme museli. Když jsme zlobili doma. Tak mamka řekla: „Tatínek jde.“ To jsme měli respekt...Kamarádky jsem měla dobrý. Už jenom jedna je. Všechno umřelo. Teďka mám sousedky dobrý. Takový je to život. No tak vzpomínáte.

**Chtěla byste mi ještě něco povědět, povykládat. Na co si tak vzpomenete?**

Chodila jsem v H. (název). Cvičila jsem v H. (název). Chodívali jsme, tančívání jsme, besedy a takový to věci. Jak jsem chodila do H. (název), tak jsme chodívali na ty soutěže velký. To nestálo za to.

**Co to byli za soutěže?**

To byli tanečky, besedy. Tančívání jsme všelijaký takový ty tance...

**To Vás bavilo?**

Jo, chodili jsme háčkovat, plíct, takové kurzy všelijaký. Udělala jsem si autoškolu.

**Byl to pro Vás problém, udělat si autoškolu?**

Nebyl to problém. To já, když jsem dělala na motorku, tak jsem nemohla dostoupnout na ten.. A ten ještě říká: „Ať se zohnu a hotovo...“ Jsem malá...Kdysi jsem vezla mamku a říkám: „Ježiši ne, vždyť to spadneš z motorky. Tak napřed já si stoupnu a potom si Vy sednete a potom teprve pojedem a ne sednout, hupnout a potom motorka. Tož tak to bylo.

**Proč jste si udělala na motorku?**

Nevím, bavilo mě to a řidičák jsem měla taky na auto. Všecko pominulo. Už je všecko pryč. Na pincku jsem jezdila hodně.

**A co se s ním potom stalo?**

S tím pinckem?

**Ano.**

Šel do šrotu. Kluci si ho ještě předtím rozebrali. Ti tam začali nalívat do toho... Napřed to ještě jezdilo a potom tam začali dávat tyto, vodu a už to bylo. Tož takový věci. To všecko je už pryč.

**Tak jo. Děkuju moc za rozhovor.**

Není zač.

**PŘÍLOHA Č. 7: PLNÉ ZNĚNÍ ROZHOVORU S VÝZKUMNOU OSOBOU C****Na co si vzpomenete, když se podíváte na vyobrazený motiv?**

To je smutný obrázek. No nevím, co Vám mám říct. Tož víte. Tož jsem jednou jela s maminkou vlakem. To bylo smutný... *(v očích slzy)* To víte, bylo to před vánocema. Jeli jsme do B. *(město)* vlakem na nákupy. Moja maminka měla, to víte, takovou nuši. To se tenkrát nosilo. Měla ji plnu dárků. Špatně se mi na to vzpomíná. A pak do nás narazilo auto. To byla rána. Maminka krvácela.. Měla pořád nuši na krku... Snažila jsem volat o pomoc. Ten chlap z auta nepomohl. Nožem jí jako nuši rozřízl... Vzal si jí a ani nepomohl. Víte, my jsme tam měli dárky... Tož to je smutný vykládání. To víte, smutný jsme měli vánoce.

**A co Váš tatínek, ještě se Vás chci zeptat.**

Tatínek dělali od rána do večera, kopali. Měli jsme hodně pola a vinohradu jsme měli a sklep máme veliký, pěkný. No a on říkal: „C. *(jméno)*, to bude tvůj.“ Já jsem ale tady.

**S tatínkem jste delší dobu ještě žili a sourozenci.**

Sourozenci dva. No a tetička. Tatínek měli sestru a ta byla ve Z. *(město)*, víte G. *(město)*. A tak právě že, je to smutný vykládání. *(slzy v očích)*

**Tak mi řekněte, jak jste prožila dětství.**

To víte, smutný jsme měli vánoce.

**Před tady tou tragédií, jak vzpomínáte na své dětství? Chodili jste třeba někam s děčkama? Povídejte, na co si vzpomenete.**

Jak jsme hráli s balonem. Pak jsem chodila do vinohradu. Tatínek mě učili kopat, víte. Abych jim jako pomáhala kopat, no a šlo to.

**Šlo to? Bavilo Vás to?**

Bavilo mě ano, protože jsem viděla chudáček byli chudý, vysoký, nadělaný, ajaj *(povzdech)*. Tak jsme měli. Prožila jsem dětství ve vzpomínkách, v chudobě.

**Tak jste musela pomáhat, když si tak vzpomenete. No a když si vzpomenete na mládí, člověku se možná zapalují lýtka.**

To Vám chci říct, že kluci, poprvé jsem byla u muziky a kluci chodily pro mě tancovat. „Že C. *(jméno)* ty umíš tak dobře tancovat?“ Já povídám: „Jsem naučená, mě to bavilo.“ No a potom můj manžel jako kluk, tam byl jako a já jsem tančila s tím a s tím a s tím. A on říká: „Ne ne, pojd', pojd', pojd'.“ Žárlil na mě, byl hrozně žárlivý. Hodný byl všecko ale hrozně žárlivý. No já jsem se smívala, já jsem byla pro blbost. *(smích)* No a tak právě že... Dobrý to bylo, no. Vždycky vzpomínám na všechno.

**Zavzpomínejte ještě, na co si vzpomenete. Muselo toho být strašně moc.**

Bylo. Modlím se, spím..

**Vzpomenete si na nějaké oblíbené místo, kde jste ráda chodívala?**

Do kostela. Velebný pán byl můj kamarád a je teď. A to on vždycky: „C. (jméno), bylo to dobrý?“ „Bylo“. Tak to dělejte. Jen aby mu lidi nenadávali, víte? A to vždycky, co dělal tady, když sedí, tož tak jsem mu řekla... Babky sem chodí a víte, tu sedí, který jsou jako věřící. A to už jsem si jich pozvala sem, poté přijde. Řekne: „No dobrý, no.“ A tož tady sedíme vždycky a on vykládá nám.

**A v minulosti nějaká oblíbená místa, kam jste třeba ráda jezdila?**

Na pole, na vinohrady. Měli jsme velký sklep. Máme teda. A říká: C. (*jméno*) to bude tvůj sklep.“ Já umím točit víno, všecko víte? Do sklineček a všecko.

**A to jste se naučila všechno na tom vinohradě?**

Ano, všechno no, kopat a uvazovat víte? Hrozny jako tak. A tož jsem všecko ráda dělala.

**To musela být dřina. Nedokážu si to ani představit.**

No to je dřina,(smích) velká ale všechno jsem dělala.

**A na tom vinohradě i to víno jste musela trhat?**

No jejda, stříhat. Stříhali jsme nůžkama. Všechno se pak pomačka, ty hrozny, a pak se to presuje. Víte, teče víno jako do toho a to se dává do beček, aby to kvasilo pěkně, nesmí se zacpávat, že to by roztrhlo ten sud. A tak pěkně.... Já jsem na to byla kapacita. Já jsem dělala, točila víno, presuju. Až do mrtě jsem jsem vždycky vytáhla víno. Držela jsem a do sklineček jsem všem nalívala, to bylo moje.

**To jste měli i hodně sudů, že?**

No jejda, velkých ano, na 250 litrů. Velké sudy jsme měli, pak malý, že bylo třeba jsme měli na svčení, víte. To se dávalo do kostela. Tak já jsem na to byla. A pak jsme dávali, to se necukrovalo, to byl jen čistý výtažek z hroznů, to se nesmělo cukrovat. A to vždycky velebný pan: „Máte.“ A já povídám: „Ano, máme.“ Všechno jsem dělala, všechno. A tož takový smutný vzpomínky.

**A co se potom s vinohradem stalo?**

Nic, žije furt, pořád. Můj jako vnouček prvorozený M. (*jméno*), tak ten jako má všechno i jeho manželka. Už je ženatý. No a má dvě děti N. a N. (*jména*), ty dvě děti má a chodil za mnou sem. Právě jsem měla velký sklep, veliký, dlouhý, a tak právě říkám M. (*jméno*): „To bude tvůj sklep.“ A tak má ho, sklep, ten můj. No jo, všecko no. Já mám dobrou chuť, víte, na víno. To je dobrý z druhé bečky, že to jsem tak jako.... Poznám dobrý nebo kyselý, hodně přislazený. Všecko já: „Prosím tě, ticho buď, to není dobrý víno.“ A už jsou potichu. A velebný pán vždycky

říkal: „C. (*jméno*), ale já ten musím mít bez cukru, že. Když má jako přijímá to. Já říkám: „Nebojte se, já mám dobrý čuch a dobrý jazyk. Já Vám řeknu, který víno musíte Vy mět.“ Že on nesmí mět přislazený ale ani z hroznů. Tak mu říkám ano dobrý. No a přišli faráři, pět a říkali: „My bysme tak chtěli, abys byla na faře a vařila nám. Já jsem tam přišla a hned jsem vařila a to. Oni hrozně rádi jí. (*smích*) A tak jsem jim navařila, napekla, se jim to líbilo, nachystala jsem všecko. Bylo jich pět. „My bysme Vás tak chtěli.“ „To né, nic takovýho, já jsem tady doma.“

### **I na ty nohy je to těžší stát a to byste musela jen u stolu, že?**

Napuchlé mám nohy, nemůžu. Jé, toto celé žíly mám. Byla jsem na operaci, taky mám doktora známýho a on říká: „Ty půjdeš na operaci.“ A tož mi rozřezali nohy a vybrali mi žíly a už mám jako rovný nohy, nemám křečové žíly, měla jsem. Bolelo to. Já jsem celý den stála na nohách, to už je všecko pryč. Ráda jsem to dělala.

### **Jak jste prožila tedy dospělost? Říkala jste, že jste byla v té kuchynii. Byla jste šéfkukařka.**

#### **Jak na to vzpomínáte?**

Já ráda vařím. Jsem dělala nudle domácí, víte oni by se na to vysrali. To oni by ne, ale já jo. Já jsem nadělala z pěti vajíček nudlí a tož jsem to pěkně rozválela, nakrájela pěkně. Oni páni přijeli, víte z P. (*město*), už mě jako znali. A tož jsem říkala: „Co máme na oběd? Tak jako žádný.“ (*smích*) Já jsem nadělala domácí nudle a první jsem je uvařila, scedila a pak jsem jich dala do polívky hovězí. To to víte, to žádný neuměl tak dělat. Já jsem takový věci měla ráda. Polívka musela být ten. A pak kluci mi donesli pažitku, petrželku. Já jsem si jí nakrájela na vrch. No a pak jsem udělala koláče, však dotedřka, kteří jsou tady kluci. „My na to babičko, vždycky vzpomínáme na Vás a včil nám nedajú ani kúsek.“ Já jsem nadělala jeden plech a to jsem jim rozdala, oni rádi jijou. No božítku, vzpomínky nám zůstanou, jinak...

#### **K té dospělosti, když si to tak řekneme, máte děti. Jak na to vzpomínáte.**

Měla jsem pěkné dětství i děti, dvě mám. A dcera už mi umřela. 50 roků měla. Mluvíme spolem, bavíme se a na druhý den za mnou přišel M. (*jméno*) jako kluk a říká: „Babičko, víš, co se stalo? Maminka nám zemřela.“ Povídám: „Jak to?“ „Nevím, nikdo neví proč.“ Já nevím proč, dotedřka nevím. Aj pan doktor říká: „Já nevím, jestli srdce? Říkají, že srdce vypovědělo. Bavili jsme se všecko, tak mě zemřela dcera. Hodná, kuchařka taky. Já jsem chtěla, aby šla taky za kuchařku. A ona taky dobrou chuť měla. A tak jsme měli dobrý, všecko je pryč. Já jsem jedenáctero cukroví udělala na vánoce, tady babičkám. A dotedřka, která je tady a neumřela, tak na to vždycky vzpomíná. Jedenáct kousků měli, teď mají nic tady toto, když udělají, tak po jednom kousku, ajaj vzpomínky. Která je tady babička ještě než zemřela, tak na to ještě vždycky vzpomíná: „C. (*jméno*) nebylo nejlepší, když tys byla v kuchyni?“ To už je všecko děvčata pryč. Já jsem ráda vařila. A kluci mě donesli plný košík trnek a já jsem jeden plech rozkrojila,



každýmu dala. A teď, když přijdou, říkají: „Babičko, my máme jen takový malý kousek. Nechcete jít do kuchyně? Můžete jenom sedět.“ Povídám: „Já už ne.“ A kuchař, můj jako známý říká: „Pojď, můžeš sedět a porovnat to.“ „Né, já jsem si svoje odpracovala a musím už jenom umřít.“ Čekám na umřítí.

**To tak vidíte své stáří, že čekáte jen na umřítí?**

Ano, ano, mám vedle manžela, máme dvojhrob. Pak hned z kraje první hrob je náš a čekám až jenom zemřu..... Jaja, Děvče, to je hrozný, já se nabrečím, když si navšecko vzpomenu.

**Když se tak podíváte letem, jaký jste měla život, jak byste ho celkově vyhodnotila.**

Dobrý jsem měla život. Do kostela modlit se modlím. No a jinak k přijímání chodím pořád jako, včil si to udržuju.

**A co Vám to dává?**

Kostel mi dává posilu, takovou vnitřní víte. Útěchu, že jsem klidná. A velebný pán, když dával poslední pomazání víte ale ne. „Ano ale já chcu“ Že naráz můžu zemřít a kdo by mě to dal. Tady sestřičky na to nejsou a tož mě dal poslední pomazání, víte na rukách jako křížek. Já jsem byla šťastná, kdybych zemřela, tak mě šupnou do toho a hotovo. Já říkám: „Ne ne, já jsem křesťanka a já chci být pěkně se všeckýma poctama.“ Tak se smějou vždycky. No jo, na všecko si vzpomenu.

**Jezdívala jste ještě někam jinam kromě v. (místo)?**

Jenom do B. (*město*) jsme jezdili jenom.

**A co se tam dělo?**

Nakupovali jsme, víte. Já jsem vždycky měla plno s maminkou. Ona měla nůši na zádech a tam jsme dávali botky jsme koupili, ponožky, halenku jsem koupila děvčatům.

**Proč do B. (*město*)**

No do B. (*město*) jsme jezdili. Protože vždycky jel vlak, zastavil v P. (*město*), my jsme nasedli a jeli do B. (*město*). Já nevím proč. Vždycky v B. (*město*) jsme jeli nakupovat. To už jsem znala celý B. (*město*). V B. (*město*) to už tam nebylo takový, víte, aj když jsme jezdili do B. (*město*). Do H. (*město*) jsme jezdili. Já jsem s jedním pánem se seznámila a on mě vzal letadlem. Pilot byl. „C. (*jméno*), neboj se.“ Já povídám: „Ne, nebojím se.“ Tak letadlem se nahl a říká: „Tady jsou V.B. (*město*).“ Tak jsem viděla celý, jak to z letadla všecko vidíte. No a tak jsem byla šťastná. On mě hrozně chtěl. Pilot víte. Nechtěla jsem ho. Tak on mě vždycky všecko naučil, tady je to, tady je to.

**Zkoušela jste řídit letadlo?**

Ano, líbilo se mi to. (*smích*) Já jsem byla taky pro všecko.

**Kde jste všude letěli?**

Nad B., H., B. (*města*), a pak jsme jeli celý okruh, jsme dělali. Nebála jsem se. Jak se nahl, víte B., H., P. (*města*). Já říkám: „Nemůžeme jet dál, že?“ On říká: „Ne.“ Víte jako, nejeli jsme jenom, tak jsme to objeli. On pak chodil za mnou a já jsem nechtěla.

### **Vy jste měla takového nápadníka?**

Šikovný kluk to byl, šikovný, no. Aj u něj jsem byla s maminkou. Měl maminku hodnou. Tak jsme byli. Pěkný dům a vilu. Jenomže já jsem, prostě nechtěla jsem ho. A on nechtěl. Chtěl, abych byla s ním.

### **A vy jste nechtěla do vily?**

Nechtěla jsem do vily. Jsou trdlo. Ne, nechtěla. A tož tak.

### **Ještě byl nějaký nápadník?**

No, měla jsem víc. (*smích*) Já jsem byla veselá. Tancovat jsem pěkně uměla. Sami kluci vždycky: „C. (jméno) pojď dokola.“ Tož jsem šla. A to když už jsem byla vdaná, víte. Manžel byl hrozně žárlivý. „Nechod' nikde.“ Já povídám: „Proč? Vždyť vidíš, že tam tancuju.“ Nechtěl, nechtěl a ještě, že umřel už chudák. No furt. No M. C. (*jméno*) je z B. (*město*). Co tady byla. Byla se mnou v kuchyni. Ona je kuchařka výborná. Umí dobře vařit, spíš uměla, teď už ne. Jsem si jí vzala, aby jako se mnou byla v kuchyni. Ona byla rychlá na vaření, na všecko a tak všecko dobře jsme vařili, dobře. Však kluci, teď, co jsou tady, na to furt vzpomínají. Že včil nejsou dobrá jídla, oni to odfláknou všecko. A to já zas ne všecko. Vařila jsem pro babičky. A když přijeli P. (*občané*), tak ti už se těšili. My si tě vezmeme to P. (*město*). Taťka nechtěli. To víte, že bych se tam vdala a už tady bych nic neviděla. Taťka říká: „Ne ne, ona bude tady doma.“ No a to jsem tady tedy zůstala. Od šestnácti roků tady byly řádovky, taťka tu měli sestru, tak si mě vzala do kuchyně. No to bylo moje. To já zase mám dobrou chuť, tak jsem třeba nudle dělala. To oni nedělají, jenom kupovaný vysypou. Všecko já jsem široky nudle dělala, všecko. Jé, to bývalo. Jaja, kde jsou ty časy. Už jsem stará, na umřítí. Nemůžu chodit, bolí mě nohy. Jaja, a nevadí, to už jsem stará, 78 roků mám 79. Takže mě už to pán bůh zaplať, za všechny roky, co jsem tady byla. Byla jsem v kuchyni jako větr. To bylo moje. A teď? Kupujou nudle, no kde já... No jejda. Vajíčka jsou, no všecko. Kluci mi donesli trnek, já jsem nadělala pět plechů, lívanců, posýpku. To všeci mi na to, furt ti blbí děcka vzpomínají. Já jsem vařila pro babičky a né, abych jako ten...

### **Máte sebou nějakou fotku?**

Nenene

**Když si tak vzpomenete, určitě máte nějaké album. Je tam nějaká fotka, nemusíme jí mít před sebou ale máme jí určitě v hlavě.**

No, mám album....A to všecko jsem, jejda.....Když byla třeba muzika. Já jsem tady vždycky měla kluky kamarády jako muzikanty: „C. (jméno), můžeme přijít?“ „Ano, přijďte.“ Babičky k nám,

mohly tancovat. Tancovaly, no a vždycky na to vzpomínají. Tady to už není. Oni nedělají nic. Sestřičky nejsou pro babičky. Já jsem byla pro babičky. Co chtěly, to jsem jim udělala. Všecko jsem udělala.... To jsou všelijaký vzpomínky.

**Děkuju za rozhovor.**

**PŘÍLOHA Č. 8: PLNÉ ZNĚNÍ ROZHOVORU S VÝZKUMNOU OSOBOU D****Když zmíníme Vaši rodinu, jak na ni vzpomínáte?**

Já jsem manžela brzy ztratila. Brzo jsem byla vdovou, ale podruhé bych se nevdávala. Co Vám mohu říct.

**To se stalo teď ve stáří nebo v mládí?**

Tož, já Vám nepovím, kolik je to roků. Já jsem taková zapomětlivá. Nikdo se mě na nic neptá, takže se na to zapomene, no.

**Jak jste prožila dětství?**

Já jsem měla krásný dětství. Já jsem z početné rodiny. Nás bylo, maminka se dala na čtyři děti. Bylo nás pět. To byli děvčata a můžu říct, že nás měli hodně rádi. Aspoň mě ta jedna tak hrozně rozmazlovala. Měla mě tak jako panenku.

**Kolikátá v pořadí jste byla?**

Nebyla jsem nejmladší. Já jsem měla za sebou ještě dva bratry. Takže tři děvčata, já ty první nepočítám. To jsem Vám řekla, že maminka se dala na čtyři sirotky. Nás bylo potom tři děvčata a dva chlapci na konci. To bylo všechno od jednoho tatínka, takže on se...To bylo tolik děvčat, Vám říkám, z prvního měl čtyři. Potom jsme byli ještě tři děvčata, teprve potom za mnou jsou dva kluci.

**On je měl z prvního manželství?**

Čtyři, no. Maminka říkala: „Já jsem si ho nebrala z lásky, ale mě těch dětí bylo líto.“ Já jsem byla taková víte. Od malička tak, jak jsem uviděla kočár, tak už jsem se ptala, jestli můžu vozit. Hrozně mám ráda děti.

**Jak vzpomínáte na dětství?**

Já můžu vzpomínat teda na dobrý dětství, protože maminka ta byla hodná a tatínek taky. Tatínek byl původně, řemeslo měl tesař. A maminka v domácnosti pravda jako, ale chodili jsme do pole aj. A já vždycky, když jsem šla z vlaku. Já jsem chodila do závodu, tam se přelo len a konopí, víte, ševcovská příze. A já jsem dělala na těch strojích. Jeden stroj byl tak dlouhý jak toto, stodeset cívek. Já jsem byla, víte, tak blbá, že když onemocněla u toho druhého, tak jako já dělala ševcovskou přízu. A když onemocněla. Jejidanečky, my to potřebujeme. Zrovna jsem viděla, že to nikdo jiný nedokáže. Já jsem byla a ona byla za mnou. Taky měla přes sto cívek. Ježíš, Maria, to zvládnou. Já jsem dělala na dvou cívek těch strojích. Já jsem byla takový blbec, víte, že, tož ráda jsem pracovala.

**A zvládla jste to...**

No, já jsem si to uměla seřídít a zvládla jsem to. Jenom jedenkrát jsem...Zase tady byly starý

pradleny, víte, ještě postavený. A na nich se vydělalo. Já jsem na nich ještě začínala a potom jsme dostali tady stroje jako. Takže já jsem dělala ven předla a kamarádka ševcovskou přízi. No a když onemocněla... „Jejdanečky, to nikdo neumí, kdo to bude dělat? My to potřebujeme.“ Povídám: „Já to zvládnou.“ A měla jsem tak prostého mistra. On mě neviděl tady u toho stroje, že jsou. A on Vám přišel z té strany a jak mi brzdil tu mašinu. Já jsem vyletěla na něho. „Blázne jeden blbý.“ Povídám: „Jsi mistr ale jsi blbý jak...“ Nechcu říct, jak co. Byla jsem sprostá.

### **Proč to dělala?**

Na truc mě. Strhl mi půl stroje, půl mašiny. Tož, tam jak vlákno pustil, tak větrem, víte, letělo. A tož jsem měla hned novou mašinu. A tož on byl, tak co to on mě neviděl, že já jsem u té druhé mašiny. Ona mi taky jela jenomže já jsem seděla taky tam bokem, abych viděla nikterák dopředu. No a on mě neviděl. Tam byly zase ještě...Tady byl chodník a tady byly staré přádelny. Já jsem na ni původně taky začínala. A jak se dostaly tady ty nový, tak jsem šla tady na to. Říkám: „Ta onemocněla. Jejdanečky, to nikdo neumí. Kdo to tady bude dělat?“ „No, já to zvládnou.“ Já jsem byla takový blbec, no. Ráda jsem pracovala.

### **Tak na to tak vzpomínáte, na tu práci. To bylo vlastně v mládí, že? A jak dál vzpomínáte kromě práce. Určitě i jiné zážitky jste měla v mládí.**

Chodila jsem do S. (*místo*), to byl můj hlavní. Až do dneška, kdyby tady byl. Tož cvičí se, ale to není žádný cvičení takový. Já jsem cvičila na tom sletě jako dorostenka.

### **Až do P. (*město*) jste se dostala jako s. (*název*)?**

P.O. (*název*) jsem dělala, víte? S.V. (*město*) patřilo pod P. (*město*). A tak my jsme chodili do toho P. (*město*) na takový, nevím, jak bych se vyjádřila, na takový jak když zkoušky. Jsme museli ukázat, co umíme. Že jsme měli dobrý víte vedoucí, tak. Já jsem byla veverka. Pro mě to nebylo nic těžkého. Já i dneska polezu po stromě.

### **Jak vzpomínáte na tu P. (*město*)?**

No, teda to byl veliký, to se nedá ani říkat. Já jsem byla jako dorostenka. Čekalo se, kdy bude náš okres, já v první řadě. To se mi hrozně líbilo. A na jeden tento, to Vám asi neřeknu, kolik nás tam cvičilo na jeden tento. Nás bylo tolik, že jsme byli na dvě poloviny. Víte, nás by tam všechny nevměstnali. Na to hrozně ráda vzpomínám. Bylo to něco moc krásného. Takže my jsme cvičili a druhá polovička byla v hledišti, dívala se na nás. Potom jsme si to vyměnili. Zase oni cvičili a my jsme se dívali na ně.

### **A to bylo jenom jednou v životě nebo vícekrát?**

Já jsem to jenom jednou zažila. Jak to dnes pokračuje, jestli se cvičí, já nevím. Nestarám se o toto. Tady je pravda, jako ten...Ale když máme jako takový toto, tak se zúčastňuju všeho.

### **Když si vzpomenete kromě toho S. (*název*), práce, na svůj osobní život třeba v tom mládí.**

Já jsem měla hodnou maminku. Ta se dala na čtyři sirotky. Vzala si vdovca se čtyřma dětima. Byly to děvčata. Já jsem tatínka pořádně neznala, víte. Šla jsem za dětima. No a potom nás bylo ještě pět, protože pořád byly samý děvčata a nakonec mám dva bratry jako ale ti byli až nejmladší. No tak, měla jsem pěkné mládí. Měla jsem dobrý a hodný rodiče. Můj tatínek byl mistr tesařský od dřeva. Maminka pravda chodila do pole k sedlákům jako to. A já, když jsem šla z vlaku, tak jsem jí musela vystřídat ale že...Tady byla řepa, se přetrhávala. Tož to byly dvě měrice. Tak pravda, já jsem šla ze své práce a já jsem musela jezdit do P. (*město*), víte. Pocházím ze S. V. (*město*). Tak, jak jsem šla z vlaku, tak jsem šla zrovna za ní a říkám: „Mami, běžte už dom.“ Já jsem za ní už dělala. Já jsem to hrozně ráda dělala, no. Mamince jsem hodně pomáhala. Jinak nevím, co bych Vám řekla.

#### **A v mládí třeba jaké to bylo? Vzpomeňte si.**

Já jsem byla tanečnice. Ne, že bych se chválila. Nemyslete si, že se chválím, ale pro mě si chodili staří chlapi, tak jsem uměla tancovat. Moje maminka, ta taky ten, když byla mladá. Víte, ta se tak utancovala, že omdlela.

#### **Co se pak stalo?**

Srdíčko nevydrželo, při muzice se to stalo. Spadla na zem. Od té doby už potom nechodila na muziku. Tož ani nemohla. Se jí točila hlava.

#### **A vy jste ráda chodila na muziku?**

Já jsem ráda...Kdybych dneska mohla, tady nic není.

#### **A jak to bylo na té muzice? Jak to probíhalo?**

Pro mě si chodili i staří chlapi. Říkali: „Ty jsi celá matka.“ My jsme byli jako, jak bych Vám to řekla. Můj tatínek byl jako tesař. Měl tesařství a maminka mu tam pomáhala... Byla početná rodina, ale chodila do pole. Já, když jsem šla do S. (*název*), dom z práce. Já jsem do P. (*město*) chodila, já jsem předla. Na jedné mašině byl len a to bylo stodeset cívek. To byl tak dlouhý stroj. A za mnou byl zase další a tam se dělala ševcovská příze. No a teďka ta kamarádka onemocněla a nikdo nebyl vyučený na tom. A já říkám: „Já to zvládnou.“ Já jsem byla tak blbá. Víte, já jsem si to uměla seřídít a jedenkrát se mi stalo, že jsem byla tady u toho stroje a mistr mě neviděl. A jak mě teď mě brzdil, vyletěla jsem, jak střela. Já jsem mu tak poznadávala. To byl starý chlap. Já jsem si do puse neviděla. No, já to nebudu opakovat, co jsem všechno řekla. (*smích*)

#### **Na co si vzpomenete, když se podíváte na tento motiv? Já Vám ho zkusím popsat. Je tam pán, sedí na židli a je tak opřený.....**

Co tam dělá, to já už nevím....Já Vám nevím....Jen si vzpomenout...Pocházím tedy z početné rodiny. Nás bylo..... Maminka se dala na čtyři sirotky a nás bylo ještě pět, tři děvčata a dva chlapi. Z prvního manželství tatínek měl taky čtyři děvčata, mu zemřela manželka. A maminka

říkala: „Mě těch dětí bylo tak strašně líto. Já jsem ho neznala. On pocházel z B. (*město*) a my ze S. V. (*město*). Já jsem ho neznala. Vždyť mě těch dětí bylo líto, takových sirotků, čtyři děvčata. Zkrátka se seznámili, vzali se spolu, že. A potom až my jsme rostli. Ještě přede mnou mám dvě sestry, ale už jsou mrtví, už nežijí.

### **Jak na ně vzpomínáte?**

Velice dobře, protože ony byly o hodně starší jak já a hrozně mě rozmazlovaly.

### **A v čem Vás rozmazlovali?**

Tož měli mě rády no. A pamatuju si na takovou scénku, budete se smát, ale mě do smíchu moc nebylo. Byli jsme na střešních, víte. A já jsem byla na té, jak se řekne, židliče. Nevím, jestli jsem měla rok, nevím. Ale zkrátka si to pamatuju, jak jsem poskakovala a ono se to rozjelo z toho kopca. Ja jsem jela furt pryč. (*smích*). A ona byla daleko na třešních. Jak mě uviděla, tož říkala: „Já se zblázním.“ A začala křičet: „Chyťte ji, chyťte ji.“ To si pamatuju. Nevyvrátila jsem se. Nic se mi nestalo. A tehdy ty kočárky měly taková velká kola, to bylo v módě. A já, jak jsem tam poskakovala v tom kočárku, tak on se rozjel. Ten kámen uhnul. Já jsem jela z kopca dolů. To si pamatuju, to jsem byla dost velká a byla jsem v kočáře.

### **Tak Vás musely starší sestry hlídat.**

No, musely opatrovat. No a já jsem zase, potom ještě za mnou byli dva chlapci, taky jsem jich opatrovala. No a zase jsem to oplácela na té druhé straně.

### **A jak jste je opatrovala? Co byste o nich mohla říct, o těch Vašich sourozencích?**

Já Vám něco řeknu. Já jsem měla tak hrozně ráda děti. Já jsem měla takovou velkou panenku. Ona byla z těch článků. Nestála sama. Ale takovou velkou panenku a já jsem měla kočárek. Já jsem jí vozila a hrála si s ní jako s malým děckem. A potom, když jsem měla ty bratříčky malý, tak zase jsem se s nimi mazlila. Vozila jsem je v tom kočárku. Mě za tím kočárkem moc nebylo vidět ale zůstala jsem na tom..Mám takovou připomínku. To Vám říkám, byla jsem na stromě a kočárek se rozjel, jak tam poskakovali. Já jsem měla pilno. Z takové výšky jsem skočila a utíkala za kočárkem, aby se to nevyvrátilo.

### **A jak jste si ještě s těma mladšíma sourozencema hrála? Vzpomenete si, jaké hry třeba jste hráli?**

No tož já nevím, co bych Vám řekla. To byli chlapci, že? A oni potom měli svoje jako ty zájmy. No to víte, fotbal, házená. Já jsem chodila na volejbal, jsme měli. U nás, víte, byla to vesnice. Ale my jsme tam opravdu cvičili. My jsme byli pod P. (*oblast*), a tak jsme se dostali aj do P. (*město*).

### **Jak jste se dostala vůbec k S. (*místo*)?**

Můj bratranec to tam vedl... A já jsem byla taková ohebná. (*smích*) Moje sestra, ta neuměla ani

kotrmelec udělat. Byla o dva či tři roky starší jak já, ale ani kotrmelec neudělala. Kdež to já jsem lozila po stromech jak veverka. A on právě, pamatuju si to z toho dětství, ještě když jsem byla ten...Já jsem si musela lehnout na zem a on mě chytl za ruky a hned jsem mu stála na rukách až nad hlavou. A tak on mě tak od malička cvičil. Já jsem hrozně ráda tak chodila do S. (*název*).

**Vy jste byla pohybově nadaná. Vedlo Vás to potom v mládí nebo v dospělosti dál?**

Chodila jsem do S. (*název*) dál jako dorostenka. Cvičila jsem i v P. (*město*) na S. (*název*)...Vím, že jsem byla jako žena v S. (*název*). No ale, to více. Už je to moc roků. Tak si toho moc nepamatuju.

**Malovala jste ráda či zpívala?**

Ráda jsem zpívala a hrála všelijaký hry. Na to jsem byla jako ten...Měli jsme bratrance, mu zemřeli rodiče. A tak byli dvě děvčata a jeden chlapec. No a my jsme byly samy děvčata, tak maminka si vzala toho chlapce k sobě. Tak se tak rodina podělila o ty děti. Nevím, myslím, že si bratranec je už nevzal zpět.

**Říkala jste, že v mládí jste chodila na ty muziky. Jak to bylo?**

Já jsem ráda tančila. Já jsem se dala na maminku. Maminka, když byla mladá, taky tak hrozně ráda tančila. A tak tančila, až úplně omdlela a spadla na zem. Staří chlapi pro mě chodili.

**Jak jste se s manželem poznali?**

V práci, on byl jako zámečnick a já jsem byla jako přadlena lnu a konopí. Jsem předla len, ševčovskou přízi. No právě, on byl zámečnick a on nám ty stroje opravoval. On pocházel z R. (*obec*) a já ze S. V. (*město*). Takže jsme byli daleko od sebe. Ale potom je pravda, že jsem zůstala tady v té R. (*obec*). Hrozně ráda jsem cvičila.

**A Vaše oblíbená místa, jestli si vzpomenete, kam jste ráda jezdila?**

Já jsem byla hrozná tanečnice. Jsme chodívali tancovat, celá tlupa. Nebyla jsem sama. Ale měli jsme svoje chlapce jako víte, tanečníky. A tak, když v okolí se někde tancovalo, tak jsme všude prohlídli.

**To se Vám líbilo?**

Líbilo, já jsem byla hrozná tanečnice. No i dneska bych si zatancovala, ale nemám s kým. (*smích*) Říkám, staří chlapi si pro mě chodili. A celá maminka, ta se mi utancovala a omdlela. A už potom, od té doby byla na srdíčko. Jí vypovědělo, už nesměla tančit. A zase jsem já jí zastupovala. To si na to pamatuju. „Ty jsi celá matka.“

**A když se podíváte zpětně na svůj život, jak byste ho tak zhodnotila?**

Normálně, už jsem si zvykla jako tak ten. Tož už jsem taky stará baba, tož co si můžu vytentovat. Já jsem se dala na maminku, a já jsem byla pořád veselá. Jsem hrozně ráda tančila. Ti chlapi si pro mě chodili tancovat. „Ty jsi celá matka.“ Byli to sedláci. No ale já jsem byla....Tatínek byl



tesařem, mistr tesařský. Měl svoje zaměstnání. No, nemyslete si. Musela jsem s ním chodit do lesa. Tam si vybíral stromy. Já jsem musela sekat a dělat otýpky s ním. No, co Vám můžu povídat.

**Takže jste do toho lesa hodně chodívala s tatínkem.**

Já jsem mu tam nesla oběd, víte, když jsem šla ze školy. Tak jsem mu tam nesla oběd a už jsem tam s ním byla až do večera.

**A co jste tam tak dělala?**

Vám říkám, sekala... To jsem nebyla já, ale na takovou jednu scénku si vzpomenu. Já jsem měla čtyři, B. (*jméno*) se dala na čtyři sirotky. A tak od té jedné sestry tam byl manžel, pomáhal. A on to měl jak chrastí, já nevím. Já nevím, jak tož, že to neviděl, že to má jeden konec tam, druhý konec tam. Tatínek mu do toho kopl. Já říkám: „Tati, to jste neměl dělat.“ A tak jsem to posbírala. Všecko jsem mu zarovnála. A on dělal, že je to taková pěkná otýpka. „Tak to má být.“ Já jsem byla ráda...

**A co Vám to dávalo, být v tom lese?**

Ježiš, tam bylo dobře. No ale taky, když několikrát řezali a já byla několikrát na vršku na dubě jak veverka.

**Vy jste vylezla na dub? A nebála jste se?**

Já jsem se schovala.

**A co tatínek?**

Volal, volal a zdvihl hlavu. Viděl mě na vršku. Říkal: „Ježiš, Maria, Josef, slez důle.“ A on měl strach, že spadnu, jak budu slízat. Nespadla jsem, ani jednou jsem nespadla ze stromu.

**A co Vám ještě dávala příroda?**

Abych Vám řekla pravdu. U nás byl státní statek a dělaly se tam vzorky. No, zasílo se jedno zrnečko a teďka vyrostly třeba čtyři stoklásky. To se dalo zvlášť. To se muselo spočítat, tak zase toto se zasílo do dalšího, dalším rokem.

Já nevím, jak bych Vám to pojmenovala. Je to státní statek ale takovém vzorku. Ale jinak se to jmenovalo. Já si to slovo nevzpomenu.

**A co tam tatínek dělal v lese....**

Můj tatínek byl hlavně mistr tesařský. Ten měl svoje zaměstnání od dřeva pravda, byl jako mistr tesařský. Ten ale. V lese jsme káceli stromy a dělali otýpky z haluzí. A ty kmeny, pravda, ty se potom nařezaly na takový ty štípy. Když to bylo silný, tak to rozsekl.

**Na co si dále vzpomenete?**

No, ten uměl všechno. Dělal. On hlavně dělal na stavbách, víte. A já nevím. A tož všelijaký takový volovinky jsme dělali. Tož jsme nesměli nic brát, jen z toho odpadu, protože on to

potřeboval pravda na ten. Takže jen z toho odpadu jsme si všelicos. On mě nechal jako. Když řezával dřevo, tak to už jsem byla skoro dospělá.. Tak to byly takové velké pily. A toto bylo všecko jako ocel jako pila a tady bylo držadlo a tady bylo držadlo. Tak já jsem s tím řezávala dřevo. To bylo jenom na takový silnější, víte? Třeba byl strom, že a teďka se to řezalo na polena nebo jak do takového stohu. A to už si sedláci doma nařezali nebo zavolali: „Přijdi nám nařezat dřevo.“

### **Víděla jste někdy kácení stromu?**

No to se kácel, ne do hlavního místa, aby se to opřelo o strom o další, víte.

### **A nebála jste se?**

Ne, i dneska tam budu chodit po stromě jak veverka. (smích) Nebojím se. Nemám příležitost. Já jsem měla pěkný tož, možná ještě je. A oni mě tam nechtěli nechat děcka samu Rodinný domek jsem měla, víte jako. No a když Vám řeknu, tam mě všechny cihle přešly přes ruku, když se to stavělo. S maminkou jsme to jako ten... Ráda na to vzpomínám a pořád byl. Já jsem měla takovou blbou dceru. Ona mě nechtěla nechat nic dělat. Nechtěla mě tam samou nechat. Povídám: „Já jsem se tu narodila, tož já chcu být doma.“ Ne, nebudeš doma. Tož tak jsem se dostala tady.

### **Kolik máte dětí?**

Já svojich jsem měla, dva kluky a tři děvčata. Počkejte, to jsem počítala své dětství. Nevím, mě se to všecko plete dohromady.

### **Vzpomínáte ráda na celý ten svůj život?**

No to víte, že ráda vzpomínám. Já jsem z početné rodiny. Maminka si vzala otca se čtyřma dětima. Ale to už všecko poumíralo. Už i moje dvě sestry zemřely, co byly přede mnou. Já jsem měla tak velkou panenku. To byla hlíněná, jak bych Vám to řekla. Měla tak krásný vlasy, dlouhý vlasy měla. To jsem mohla jako ručičkama hýbat, nohama, jak jsem chtěla. Do kočárku mě nevzlezla. Tak jsem jí zlomila nohy v kolínkách. To byly ale klouby, víte, kolínka. Ona měla takový dlouhý vlasy.

### **Od koho jste jí měla?**

Já nevím, jestli jsem jí měla po starších sestřích nebo jestli mě to koupili. Já si už na to nevzpomenu.

### **A ona byla Vaše oblíbená hračka?**

Moje děťátko.

### **A co jste všechno zažila s tou panenkou?**

Strojila jsem ji, česala. Ona měla takový dlouhý vlasy. Já jsem chtěla být kadeřnicou. Já jsem hodně s těma železama uměla. Já jsem je trochu natáhla, dala do ruliček a natočila. (smích)

**A proč jste nebyla kadeřnicí?**

Maminka mě na to nechtěla dát. Že kdo pak bude dělat otroka cizím lidem. Já jsem tatínka holila, stříhala. Já jsem uměla s břitvou zacházet. Ona řekla ne. Nebudeš dělat otroka cizím chlapům.

**Tak jste musela poslechnout? Jak se na to díváte teď zpětně?**

Já jsem to brala, tak jak to ten... My jsme nikdy mamince neodporovali. Ona se dala hned na čtyři sirotky. A potom nás bylo ještě dalších pět. Potom jsme byli tři děvčata a nakonec dva chlapci. My jsme se měli všeci rádi. Ti starší, to byli z prvního manželství. To měl ten tatínek. Oni nás měli hrozně rádi. Já si pamatuju, já mám na ně velikou vzpomínku. Oni mě tak rozmazlovali. Měla jsem jich velice ráda. Všechno to už poumíralo....

**Děkuju za rozhovor.**

## PŘÍLOHA Č. 9: ZNÁZORNĚNÍ SUBKATEGORIÍ A KÓDŮ DLE JEDNOTLIVÝCH KATEGORIÍ

<b>Příčinné podmínky: Příčiny ovlivňující vzpomínky</b>	
<b>Subkategorie:</b>	<b>Kódy:</b>
<b>Rodinné vztahy</b>	rodinní příslušníci
	láska v rodině
	vzájemná pomoc v rodině
	soucit s vlastními rodiči
	pomoc rodičům
	respekt k rodičům
<b>Rodinné vazby</b>	nákup s rodiči
	vzájemná návštěva v rodině
	komunikace
<b>Rodinné problém</b>	obdarování blízkého člena rodiny
	omezení
	záchrana života
	vděčnost za život
	tragédie v rodině

<b>Jev: Vzpomínání</b>	
<b>Kontext: Vzpomínky na konkrétní znaky etap lidského života</b>	
<b>Znaky prožitého dětství</b>	spokojené dětství chudoba v dětství zodpovědnost dětská zábava radost ze života odvaha rozmary dětství oblíbená hračka pravidelná činnost
<b>Znaky prožitého mládí</b>	rozmary mládí zákaz obejítí situace
<b>Znaky prožité dospělosti</b>	volný čas priority v životě nezávislost
<b>Znaky období stáří</b>	aktivita ve stáří společné setkávání víra vnitřní klid

<b>Intervenující podmínky: Vliv faktorů na samotné vzpomínky (práce, zájmy a záliby, partnerské vztahy, zdravotní problémy, zkušenosti a lidské chování)</b>	
<b>Intervenující podmínky: práce</b>	
<b>Znaky pracovní činnosti</b>	druh práce pracovní zařazení pomoc při činnosti samostatnost při práci aktivnost pracovní schopnost radost z práce zážitky znalost pracovního postupu
<b>Pracovní problémy</b>	nepříjemnosti nezodpovědnost vedoucí osoby

<b>Intervenující podmínky: zájmy a záliby</b>	
<b>Typy oblíbených činností</b>	zájmová činnost procházky
<b>Znaky společenského vyžití</b>	radost z pohybu první zkušenosti s muzikou taneční partneři
<b>Znaky dobrého sportovního vyžití</b>	sportovní vyžití zkušenosti schopnosti spokojenost být viděn příjemné zážitky
<b>Dopravní prostředek</b>	řízení dopravního prostředku pravidla při jízdě zničení dopravního prostředku

<b>Intervenující podmínky: partnerské vztahy</b>	
<b>Zkušenosti s partnerským vztahem</b>	zájem očekávání strach ze situace životní událost osobní vztah odmítání životní situace
<b>Intervenující podmínky: zdravotní problémy</b>	
<b>Specifika při zdravotních problémech</b>	zdravotní komplikace pocit studu bolest
<b>Znaky důsledků zdravotních komplikací</b>	omezení aktivity ve stáří reálný pohled neschopnost smířit se s vlastní situací komplikace ve stáří odchod do důchodu
<b>Intervenující podmínky: zkušenosti</b>	
<b>Praktické zkušenosti</b>	poznání kvality
<b>Nezájem dnešní doby o činnosti</b>	bezstarostnost

<b>Intervenující podmínky: lidské chování</b>	
<b>Problémy v životě</b>	nezodpovědnost nepříjemnost
<b>Znaky dobrého kolektivního vztahu</b>	kolektivní pomoc držet při sobě společné setkávání s vrstevníky ochrana
<b>Znaky lidského chování</b>	doprovod blízkého člena rodiny rada druhé osoby ochota nezájem o druhé lenost myslet na druhé touha lákání druhé osoby
<b>Povaha člověka</b>	trpělivost snaživost rozdílné povahy u lidí schválnost
<b>Následky: Hodnocení života</b>	
<b>Pohled na život</b>	smíření se s životem smrt blízké osoby spokojenost s vlastním životem
<b>Čekání na konec života</b>	čekání na smrt smutné vzpomínání paměť



## PŘÍLOHA Č. 10: FOTODOKUMENTACE



*Společenská místnost ve stacionáři*



*Herní pláněk D. Duccia*



# ***Kniha vzpomínek***