

Dobrovolnictví aktivních seniorů ve Zlínském kraji

Radana Krajčová DiS.

Bakalářská práce
2019



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2018/2019

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: Radana Krajčová, DiS.

Osobní číslo: H160076

Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální pedagogika

Forma studia: kombinovaná

Téma práce: Dobrovolnictví aktivních seniorů ve Zlínském kraji

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti dobrovolnictví a aktivního stárnutí občanů.

Příprava metodiky výzkumné části, stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníků.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

TOŠNER Jiří a Olga SOZANSKÁ. Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-178-6.

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

BRUMOVSKÁ Tereza. Mentoring: Výchova k profesionálnímu dobrovolnictví. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-772-5.

HAŠKOVCOVÁ Helena. Fenomén stáří. Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

KŘIVOHLAVÝ Jaro. Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie – Možnosti, které čekají. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3604-4.

Vedoucí bakalářské práce:

doc. PhDr. Mgr. Jaroslav Balvín, CSc.

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

10. ledna 2019

Termín odevzdání bakalářské práce:

26. dubna 2019

Ve Zlíně dne 10. ledna 2019

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



Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

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

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně 23.9.2019

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 Zveřejněním závěrečných prací;

²⁾ Vysoká škola nevydělává 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) *Dissertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být (č) 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. Kvalitu si může ze svévolně 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, nžije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

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

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

3). *Odjírá-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) *Neul-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

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

ABSTRAKT

Bakalářská práce je zaměřena na problematiku dobrovolnictví a aktivního stárnutí v populaci. Jedná se o velice citlivé téma, které se týká každého z nás a které souvisí se zapojením aktivních seniorů do dobrovolnické činnosti. V teoretické části se věnujeme charakteristice dobrovolnictví a dobrovolníků. Dále věnujeme pozornost především významné etapě života, což je stáří a aktivní stárnutí. Empirická část navazuje na praktickou. Je vytvořena pomocí dotazníkového šetření. Veškerá data byla zpracována, zrealizována analýza výsledků a interpretace dat.

Klíčová slova: dobrovolnictví, dobrovolník, aktivní stáří, senior, stáří, ageismus

ABSTRACT

The bachelor thesis is focused on the issue of volunteering and active aging in the population. It is a very sensitive topic that affects each one of us and is related to the involvement of active seniors in volunteering. The theoretical part deals with the characteristics of volunteering and volunteers. Furthermore, we pay attention especially to important stages of life, which are old age and active aging. The empirical part follows the practical part. It is created using a questionnaire survey. All data were processed, analysis of results and data interpretation implemented.

Keywords: volunteering, volunteer, active old age, senior, ageism

Děkuji vedoucímu mé bakalářské práce panu doc. PhDr. Mgr. Jaroslavu Balvínovi, Csc. za odborné rady, čas, vstřícnost a podnětné připomínky, které mi byly při konzultacích poskytnuty.

Poděkování je věnováno také pro mé nejbližší a přátelům za podporu a pomoc během celého studia.

Motto: „Mládí je něco, co mají jen mladí lidé
a čeho by jen staří dovedli moudře používat“

Thomas Wolfe

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

OBSAH

ÚVOD	9
I TEORETICKÁ ČÁST	10
1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM A POJMŮM	11
1.1 O STAVU VÝZKUMU ZVOLENÉHO TÉMATU V LITERATUŘE	12
1.2 O LITERATUŘE DOMÁCÍ A ZAHRANIČNÍ	12
1.3 VZTAH ZVOLENÉHO TÉMATU K SOCIÁLNÍ PEDAGOGICE.....	13
1.4 ZÁKLADNÍ POJMY POUŽITÉ V BAKALÁŘSKÉ PRÁCI.....	14
2 DOBROVOLNICTVÍ	16
2.1 DOBROVOLNICTVÍ JAKO POJEM	16
2.2 HISTORIE DOBROVOLNICTVÍ.....	17
2.3 FORMY DOBROVOLNICTVÍ	18
2.4 DOBROVOLNÍK	19
DOBROVOLNICTVÍ V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH	22
3 STÁŘÍ A AKTIVNÍ STÁRNUTÍ	27
3.1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	27
3.2 DEFINICE STÁŘÍ	28
3.3 KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ	32
3.4 AGEISMUS	34
II PRAKTICKÁ ČÁST	36
4 PŘÍPRAVNÁ FÁZE	37
4.1 STANOVENÍ VÝZKUMNÝCH CÍLŮ, VÝZKUMNÝCH OTÁZEK A HYPOTÉZ	37
4.2 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO SOUBORU	38
4.3 STANOVENÍ HYPOTÉZY	38
4.4 PŘEDPOKLÁDANÉ METODY SBĚRU DAT	39
5 REALIZACE	41
5.1 ANALÝZA VÝSLEDKŮ VÝZKUMU	41
5.2 OVĚŘENÍ HYPOTÉZY	47
6 HODNOCENÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU	49
6.1 SHRNUÍ VÝSLEDKŮ A SROVNÁNÍ SE STANOVENÝMI CÍLI	49
6.2 DISKUZE.....	51
6.3 DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	52
ZÁVĚR	53
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	54

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	57
SEZNAM OBRÁZKŮ	58
SEZNAM TABULEK.....	59
SEZNAM PŘÍLOH.....	60
PŘÍLOHA PII – REŠERŠE POUŽITÉ LITERATURY	63

ÚVOD

V mé bakalářské práci se zabýváme dobrovolnictvím a aktivním stárnutím populace. V dnešní době je dobrovolnictví a darování času nějaké dobrovolnické činnosti velice citlivou záležitostí. V mnoho zemích je dobrovolnictví samozřejmostí a součástí každodenního života, kdež to u nás má velmi pomalou vzestupnou tendenci. Může to být způsobeno špatnou kvalitou některých dobrovolnických aktivit, nebo společnost nemá velké povědomí o těchto možnostech a nedostatečné sdílení mezi lidmi vede ke zpomalení rozvoje dobrovolnictví. Každý jedinec, který má zájem stát se dobrovolníkem, vkládá do této činnosti sám sebe. Setkáváme se s názory, jak může dobrovolník vykonávat svou aktivitu bez finančních odměn, ale právě proto je nutné si uvědomit, že dobrovolníci v žádném případě nejsou levná pracovní síla, ale mohou se angažovat i při záchraně životů. A proto je dobrovolnictví přínosem nejen pro toho jedince, kterému je pomáháno, ale také pro samotného dobrovolníka. Věnovat kousek sebe, svůj volný čas a energii pro něco užitečného jako pomáhat seniorům, dětem, či osobám se zdravotním postižením, může být cílenou metodou pro dobře vykonanou práci.

Každý z nás od narození stárne. Pro současnou společnost je smrt strach z neznáma. Proto je velice důležitým pojmem zmíněným v mé práci pojem aktivní stárnutí, který představuje prohlubování vztahů v populaci k seniorům ve smyslu respektování a prosazování jejich práv a hodnot mezi které můžeme řadit, nezávislost, důstojnost, účast na společenském životě a seberealizace.

Bakalářská práce je rozdělena na tři hlavní kapitoly, kterými je tvořena teoretická část. V úvodní kapitole se zabýváme teoretickými východisky a pojmy, dále pak vztahem zvoleného tématu k sociální pedagogice a pojmy, které byly uvedeny v práci. Ve druhé kapitole věnujeme pozornost dobrovolnictví, zabýváme se v ní definicí, formami a historií dobrovolnictví, dále pak dobrovolníkem jako vykonavatelem dobrovolnické činnosti. Třetí kapitola se věnuje stáří a aktivnímu stárnutí, popisuje jednotlivé etapy lidského života, definuje stáří a popisuje kvalitu života seniorů.

V praktické části mé bakalářské práce jsme se zaměřili na dosažení primárního cíle. Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit jaký je přístup aktivních seniorů k dobrovolnictví ve Zlínském kraji. K danému cíli jsme stanovili dílčí cíle. Pomocí kvantitativního výzkumu jsme provedli šetření formou dotazníkového šetření a zpracováním obdržených dat jsme získali odpovědi na dílčí otázky, které byly nápomocny při plnění primárního cíle.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 K TEORETICKÝM VÝCHODISKŮM A POJMŮM

Vzhledem k vybranému tématu se v bakalářské práci zabýváme rešeršemi odborné literatury, zaměříme se na vztah zkoumaného tématu se sociální pedagogikou. Zaměříme se na dobrovolnictví a aktivní stárnutí populace. Popíšeme základní pojmy, které souvisí a jsou použity v bakalářské práci.

Jako prospěšné dobrovolnictví vyznačujeme takové, na němž zakládají neziskové organizace a které organizují dobrovolnická centra. Místem uplatnění pro veřejně prospěšné dobrovolnictví je v mnoha případech nestátní nezisková organizace. „*Dobrovolnictví je často profesionálně organizováno, aniž by ztratilo svoji spontaneitu. Je pravidelným a spolehlivým zdrojem pomoci pro organizaci, která s dobrovolníky spolupracuje, a zároveň zdrojem nových zkušeností, zážitků i příležitostí pro osobní růst dobrovolníků.*“ (Tošner, 2004, s. 37)

Fenoménem na multidimenzionálním poli neboli mnohorozměrným fenoménem označujeme stáří. Demografický vývoj, který vrcholil v hospodářsky vyspělých státech na přelomu 20. a 21. století relativním i absolutním stárnutím občanů, posunul stáří do druhé reality, která důrazně ovlivňuje kvalitu a vyznění života každého jedince i rozvoj společnosti. Stáří se svou problematikou překročilo rámec rodinné i osobní události a stalo se závažnou společenskou výzvou. Takzvané nové paradigma věd, prosazující se v kontextu civilizační krize vytvářelo lepší předpoklady pro pochopení stáří, role a potřeb starých lidí. To je dáno důrazem na celistvost, komplexnost, vzájemnou propojenost, interdisciplinárnost, individualizaci, taktiku a na hledání smyslu života. (Múlpacher, 2004, s. 16)

Můžeme říct, že stárnutí a též stáří je něco zcela jiného, než se domníváme. Nikdo z nás si není vědom, že stárnutí začíná kolem třiceti let věku. Je nutné od tohoto věku začít se o sebe více starat a dbát na správnou životosprávu, neboť je to počátek prevence stárnutí. (Koukolík, 2014, s. 118 – 119).

Neprávem jsou podceňovány programy, které se věnují správné připravenosti úspěšného stárnutí a aktivního stáří, neboť až do vysokého věku zůstávají zachovány tvořivé vlohy člověka. (Múhlpacher, 2004, s. 133 – 134)

1.1 O stavu výzkumu zvoleného tématu v literatuře

V úvodní podkapitole se budeme věnovat odborné, domácí, zahraniční či cizojazyčné literatuře, jež se stala hlavním zdrojem informací a podstatným přínosem při zpracování bakalářské práce. Tato práce byla zpracována pomocí několika podstatných knih, které propojují teoretickou část s výzkumnou. Bylo nezbytné seznámit se podrobně s danou problematikou, aby byly získané vědomosti využity v praxi.

1.2 O literatuře domácí a zahraniční

Bylo vydáno nespočetně knih na téma stárnutí, pro svou bakalářskou jsme si zvolili, vzhledem k její důležitosti, knihu od Heleny Haškovcové „**Fenomén stáří**“ (Haškovcová, 2010). Tato autorka se v knize zabývá etapami lidského života, především stářím, které se objevuje okolo nás. Stáří se každému jedinci nějak ukazuje – jeví, a proto název Fenomén. Autorka seznamuje s pohledem na stáří v minulosti, ale i v současné době. S mnoha mýty bývá stáří spojováno, mezi ně řadí např. mýtus homogenity, demografie, či falešných představ. Mnohdy k negativním ozvám ohledně stáří napomáhají hodně často média. V knize se dozvídáme, jaká péče byla prováděná v minulosti, za socialismu a jaké jsou výhledy v péči o seniory v nynější době. Autorčin zájem neušel pohledu na rodinu, a to zaměřením na její funkci, proměny a zamýšlí se nad její budoucností. Publikace je zpracována tak, že poslouží jako vynikající učební pomůcka pro studující sociálních věd.

Další publikací, která patří k těm zásadním, je kniha od Olgy Sozanské a Jiřího Tošnera „**Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích**“ (Tošner, Sozanská, 2006) a pro její souvislost s dobrovolnictvím jsme zařadili do mé bakalářské práce. Dobře fungující dobrovolná pomoc je nezaměnitelným přínosem pro odlišné druhy sociálních, zdravotních, všech školských a výchovných, ekologických i kulturních organizací. V dnešní době lze získat mnoho zkušeností se sociálními asistenty pro postižené žáky, studenty i dospělé, existují dobrovolné programy pro rizikové děti a mladistvé, dobrovolníci začínají pronikat do nemocnic, domovů důchodců apod. Práce s dobrovolníky se stává součástí studia sociálních oborů a jejich rozvoj do budoucna vzroste. Kniha se zabývá metodologií práce s dobrovolníky, její organizace, plánování, řízení a supervize.

Jako další publikace, která nás zaujala a byla použita v mé práci, je kniha od Jara Křivohlavého „**Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie**“ (Křivohlavý, 2011). Autor se zaměřuje především na pozitivní a nadějně rysy stárnoucího obyvatelstva, z hlediska

pozitivní psychologie, negativní vlivy však nezůstávají v pozadí. Nejvíce je kladen důraz na vnitřní postoje jedinců a na to, jaké mají postoje mezi sebou, k druhým lidem i k životním změnám v průběhu stárnutí, ke zdravotnímu stavu, či otázce ve smyslu života apod. Autor upozorňuje na důslednost, která je věnována sebepoznávání a sebeovládání, životní bilanci, vztahům mezi lidmi, trénování odolnosti a zvládání změn, řešení problémů, konfliktů a dalších těžkostí jako jsou nemoci, bolesti a smrt nejbližších. Autor uvádí podněty a doporučení pro každodenní život ve stáří, zahrnující např. úpravy životního stylu. Kniha je určena především odborníkům z řad pomáhajících profesí a studentům oborů psychologie, sociální práce, lékařských fakult i středních zdravotnických škol.

Pro zahraniční literaturu jsme použili publikaci OCHMAN, Małgorzata a Paweł JORDAN. „**Dobrovolníci: cenný zdroj**“ (Ochman, Jordan, 1997). Autoři v knize představují novou vizi sociální práce a nastiňují řízení programu pro dobrovolníky, či koordinaci dobrovolnického programu. Dále se zaměřují na získávání dobrovolníků a samotnou přípravu dobrovolníků na dobrovolnickou práci.

1.3 Vztah zvoleného tématu k sociální pedagogice

Již v dávné minulosti, lidé měli ponětí o společenských souvislostech. Lidé zabývající se filosofií už ve starém Řecku, kladli důraz na myšlenku, že pro správné zájmy populace, musí být výchova akceptovat a zohledňovat tyto zájmy. Ve svém díle „Politika“ Aristoteles uvádí, že lidé se musí na život připravovat s ohledem na platnou ústavu. K tomu, aby se člověk ve společenském životě uplatnil, má význam výchova a její sociální funkci dává do popředí Platón. Jeho myšlenkou může výchova jako jedna z útvarů státního vymáhání, zajistit funkčnost státu, bez jakýchkoliv problémů. Avšak negativní stránkou této myšlenky je, že chybí soucit s lidmi, kteří se ocitnou v nouzi. (Kraus, 2008, str. 9)

Z minulých dob víme, že se pohled na sociální pedagogiku neustále proměňovala během jejího vývoje. Značnou souvislost to mělo s pojmem „sociální“, jednalo se o pojetí ve smyslu potřeby pomoci pro ty, co se dostali do složité životní situace. Dalším pojetím bylo sociální ve vztahu k celé společnosti, což dávalo do popředí výchovu ve smyslu pro všechny kategorie a život ve společnosti. (Kraus, 2008, s. 39)

Jednou z teorií pomoci je i sociální pedagogika, zaměřující se na zvládání konfliktů, které vznikají při socializaci jedince. Je určena pro všechny lidi bez omezení věkové kategorie a je zřízena jako proces vzdělávání se po celý život. Důležitou náplní sociální pedagogiky je

změna člověka v pozitivním směru pro optimální osobní rysy, kdy je vše cíleno za pomoci ústavy a zákonů společnosti. Proto je sociální pedagogika pro speciální pedagogiku teorií i praxí. (Bakošová, 2007, s. 23)

V dnešní době je v popředí před sociální pedagogikou nemálo otázek, které nejsou zodpovězeny, jak z oblasti teorie, ale i pragmatičnosti. Proto je vhodné vyzdvihnout důležitost aktuálních úkolů v sociální pedagogice. Pro sociální pedagogiku jsou hlavním předmětem zkoumání sociální aspekty a vývoj osobnosti člověka. Orientace je zaměřována na výchovu sociálně znevýhodněných osob, či na skupiny mladistvých, kteří jsou nějakým způsobem ohrožováni. V dnešní době je sociální pedagogika vnímána jako samostatně vymezená a speciální disciplína, která má odlišný charakter v podobě transdisciplíny, která navazuje na sociologii a poskytuje rozměrné poznání o společenském fungování a struktuře. Mezi další typy blízké speciální sociologické disciplíny můžeme řadit, sociologii města, či venkova, sociologii rodiny, sociologii mládeže nebo sociální patologie. (Balvín, 2001, s. 77-79)

1.4 Základní pojmy použité v bakalářské práci

Jedním s pojmů je **dobrovolnictví**. O dobročinnost se jedná jen tehdy, když je středem pomoci úplně někdo jiný, než kdo je v příbuzenském vztahu k osobě vykonávající dobročinnou aktivitu. Nejčastěji dobročinnost zajišťují neziskové organizace. Na rozdíl od toho, altruismus je pouze chováním jedince, nikoli organizace. (Frič a kol., 2001, s. 13)

Dalším pojmem, který je v práci uveden, je **dobrovolník**. Dobrovolníkem je tedy člověk, který poskytuje svůj čas, energii, schopnosti a mnoho dalšího ve prospěch druhých bez nároku na odměnu v podobě financí. Jeho role je nastavena tak, aby se na něj mohl jedinec, kterému poskytuje pomoc spolehnout v určitých momentech. Může být chápán také jako v roli spolehlivého pomocníka, na kterého je možné mít obdobné nároky jako na placené zaměstnance. Důležité na tom ale je, že dobrovolníci si mohou zachovat svou přirozenost a neformálnost, což jsou primární rysy, které dobrovolníky odlišují od zaměstnanců a dávají prostor pro vznik nových řešení situací, se kterými se v praxi potýkají. (Tošner, Sozanská, 2002, s. 35-36)

Pojem **stáří** dle Kalvacha (1997, s. 9) „*Stáří není choroba, i když je zvýšeným výskytem chorob provázáno, a ztráta soběstačnosti není nezbytným, zákonitým důsledkem stárnutí.*“

Aktivní stárnutí definuje v širším pojetí Světová zdravotnická organizace ve svém konceptu, který vydala v roce 2002. Z pohledu této organizace jde o proces optimalizace využití veškerých příležitostí pro zdraví, které vedou ke zlepšení kvality života lidí v procesu stárnutí. (Apps.who.int, 2018)

K základním pojmům patří **ageismus**. Dle Haškovcové (2010, s. 34-35) pro tento pojem neexistuje český ekvivalent, často bývá udáván jako averze proti starým lidem, v dnešní době se stává základem nového jevu, kterým je věková diskriminace starší populace.

Definice amerického sociologa Palmora říká, že ageismus je jakýkoli předsudek nebo diskriminace proti dané věkové skupině nebo pro její prospěch. (Palmore, 1990, s. 4)

2 DOBROVOLNICTVÍ

V této kapitole bude pozornost zaměřena na dobrovolnictví a jeho aspekty. Zpočátku je nutné se věnovat dobrovolnictví obecně, a především jeho definicím. Dále bude zaměřena na historii a formy dobrovolnictví, dále na osobu dobrovolníka, legislativu či motivaci vedoucí k dobrovolnictví, a také na spojitost se sociální oblastí.

2.1 Dobrovolnictví jako pojem

Pojem dobrovolnictví není jednotný a má mnoho odlišných činností. V první řadě se dá označit jako dobročinnost, neboli filantropie a slovník cizích slov jej definuje jako „lidumilnost, dobročinnost, pomoc sociálně slabým“. Řadí se mezi jednu z občanských činností, kterou se pyšní západní kultura, bez ohledu na členství k církvi, křesťanským kořenům a dále v židovské morálce. Může se dělit do dvou forem, a to na dárcovství a dobrovolnictví. Dárcovství lze vnímat jako relativně srozumitelný pojem, který zahrnuje peněžité, či nepeněžité dary, které jsou předány k tomu určeným občanům, ale i k veřejně prospěšným účelům za pomoci nadací a jejich fondů, či pořádání sbírek. Naopak dobrovolnictví je vědomá, svobodně určená aktivita pro prospěch druhých, kterou občané poskytují bezplatně. Nadměrnou část svého času, energie a svých schopností dobrovolník zcela vědomě daruje ve prospěch aktivit, které jsou časově i obsahově vytyčeny. U dobrovolnictví lze provádět profesionální organizování, aniž by se ztratila spontánnost této činnosti. Stává se pravidelnou a spolehlivou pomocí pro organizaci, směřuje a nastíjí způsob jak oslovit širokou veřejnost. Funguje oboustranně, jak pro získání nových impulsů a zkušeností pro organizaci, tak rekvalifikaci a kontakt s lidmi pro dobrovolníky. *„Dobrovolnictví je základním stavebním prvkem občanské společnosti. Uskutečňuje nejvznešenější aspirace lidstva – touhu po míru, svobodě, příležitostech, bezpečí a spravedlnosti pro všechny.“* (Müllerová, 2011, s. 11)

Dobrovolnictví pro veřejně prospěšnou činnost chápeme jako ochotu jedince dát část jeho času a sil ve prospěch potřebné organizace nebo člověka, aniž by s příjemcem pomoci byl vázán přátelskými či jinými spojitostmi. Z dobrovolné aktivity má přínos nejen její příjemce, ale i dobrovolník, kterému přináší obohacení v přátelských vztazích, nové zkušenosti a dovednosti v dobrovolnictví, branou jako jednu z občanských činností, která je v řadě zemí světa považována za samozřejmou součást života. Veřejně prospěšné dobrovolnictví je vědomá, svobodně zvolená aktivita pro úspěch druhých, kterou poskytují občané bez

finanční odměny. Dobrovolnictví může být na profesionální úrovni, aniž by ztratilo svoji přirozený podklad. (Tošner a Sozanská, 2002, s. 36 - 37)

„Dobrovolníci mohou v sociálních službách zastat mnoho užitečné práce, zejména v bezprostředním kontaktu s klientem. Vnášejí do nich nadšení, vysokou angažovanost, pružnost, neformálnost, osobní přístup ke klientům.“ (Matoušek, 2003, s. 61)

Jako začátek Nového století, ale i milénia vyhlásila OSN rok 2001 za Mezinárodní den dobrovolníků. Byla to odpověď na návrh japonské vlády, spolu s ostatními mezinárodními dobrovolnickými organizacemi. Chtěla ocenit několik tisíc dobrovolníků z celého světa, kteří byli součástí pomoci při odstraňování následků ničivého zemětřesení, které postihlo Japonsko v roce 1995. V populaci není dobrovolnictví cizím pojmem, po celém světě v každé kultuře a společnosti, vždy pomáhali ti, kteří na tom byli lépe, těm méně šťastným, kteří pomoc, kvůli nemoci, chudobě či zásahu přírodní katastrofy potřebovali. Tato vzájemná a lidská solidarita tvoří základní kámen lidské existence společnosti i veškerých náboženství. V současnosti jsou díky stupni techniky, který je na vysoké úrovni, propojeny celosvětově i při vysoké míře plné obrovských kontrastů, přesahující hranice států, náboženství i sociálních skupin, ukazující možnost soužití, kde funguje solidarita a vzájemné porozumění. A proto se dá představit dobrovolnictví jako obrovský fenomén. Dobrovolnictví se nerozrůstá jen na lokální a národní úrovni, ale řadí a podílí se na mezistátních a mezinárodních programech. Lidé provozující činnost dobrovolnictví mají nenahraditelnou roli v humanitních programech OSN, ve spolupráci na technické úrovni, v ochraně lidských práv, v procesu podpory demokracie. (Tošner a Sozanská, 2002, s. 23)

2.2 Historie dobrovolnictví

Když se na dobrovolnickou činnost podíváte z historického hlediska, dalo by se konstatovat, že se nachází ve společnosti více jak tisíce roků. Hlavním úkolem dobrovolnické práce je pomoc těm, kteří ji potřebují. Převážně se týká tato pomoc starých občanů, lidem žijících v chudobě, dětem bez domova a nemocných. V dávných dobách jako např. ve středověku si tuto pomoc lidem na starost brala převážně církve a charita, které byly závislé na přijímání darů a pomoci od dobrovolníků. V období 19. století se začali stavět první nemocnice, docházelo ke vzniku prvních sirotčinců, domovy pro staré a nemocné. V roce 1863 vzniká Červený kříž a několik let americký Červený kříž. (Šipošová, 2011, s. 20)

Spolu se sametovou revolucí a rokem 1989 a došlo k rozvoji organizované dobrovolné činnosti. Byly přijaty zákony a právní normy, které upravily správnou funkci neziskového sektoru. Došlo k znovuoobnovení a ke vzniku řady kulturních, sportovních a charitativních neziskových organizací, které mají základní kámen položen na dobrovolné činnosti svých členů. Dobrovolná aktivita postupně získává ztracenou důvěryhodnost a povědomí o dobrovolnictví již není na okraji zájmu veřejnosti. Změna přichází s nabývajícím počtem neziskových organizací, které vnímají dobrovolníky jako nový hnací stroj podniků a dlouhodobější spolupráce. Další změny představovalo zakládání dobrovolnických center, jež podporují, šíří a propagují dobrovolnictví v lidské společnosti. (Tošner a Sozanská, 2002, s. 30)

2.3 Formy dobrovolnictví

Během života se dobrovolníkem někdy v životě stane kdokoliv z nás. Velmi obtížné je najít hranici mezi pomocí příbuzným, sousedům, nebo jen náhodným kolemjdoucím, kterým právě pomoc nabídneme a dobrovolnickou práci pro sportovní klub nebo školu. Tyto aktivity lze rozdělit do několika základních oblastí:

- *dobrovolnictví veřejně prospěšné;*
- *dobrovolnictví vzájemně prospěšné;*
- *dobrovolná služba;*
- *dobrovolná občanská výpomoc.* (Müllerová, 2011, s. 10-11)

Dle Tošnera a Sozanské (2002, s. 38), rozdělit typy dobrovolnictví dle různých hledisek. Z hlediska historického vývoje:

- *evropský model dobrovolnictví komunitní – jedná se o spontánní setkávání v přirozeném společenství (církve, sportovní organizace, dětské organizace);*
- *americký model dobrovolnictví manažerský – jedná se o dobrovolnická centra vedená profesionály vyhledávající občany, kteří chtějí ostatním pomáhat.*

Z hlediska cesty, kterou se dobrovolnictví ubírá:

- *dobrovolnictví „zdola nahoru“ – skupina přátel, která začíná společnou činností. Tato činnost postupně přeroste k neformální skupině a možno i k registrované neziskové organizaci;*

- *dobrovolnictví „zvenčí dovnitř“ – strukturovaná organizace s profesionálními pracovníky, která spolupracuje s dobrovolníky, či je organizuje.*

Dobrovolnickou aktivitu také můžeme dělit dle vymezení časového. Dobrovolníci se mohou zapojit při pořádání jednorázové akce, jako jsou např. dobročinná sbírka, či benefiční koncert. Je to vhodné využití pro příznivce organizací, kteří pomohou rádi, ale nemají dost času pro opakující se zapojování. Pro tuto formu pomoci je snadnější vyhledat dobrovolníky. Častá je také dlouhodobá pomoc. Ta je poskytována v častých opakovacích intervalech a dlouhodobě, kdy vše funguje jak má a pro dobrovolníka není časová náročnost dramatická a přijímající organizaci zároveň svou pomocí pomůže. Posledním typem je dobrovolná služba, která je brána jako dobrovolný dlouhodobý závazek, vykonávat dobrovolnou aktivitu i několik let i za hranicemi státu, kdy je však složité náročné financování. (Frič, 2001, str. 104)

2.4 Dobrovolník

Za dobrovolníka lze označit člověka, který bez požadavků na peněžní odměnu poskytuje svůj čas, svou energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch jiných lidí, či vůči společnosti. Dobrovolnictví lze definovat dle mnoha společných znaků, např. jako občanská dobrovolná výpomoc, ale zároveň se vytyčuje dalšími charakteristikami. Role dobrovolníka je nastavena tak, aby se příjemce pomoci na ni mohl v dohodnutém rámci spolehnout. Může být vnímán jako spolehlivý pomocník, na kterého je možné mít stejné nároky jako na zaměstnance s finančním ohodnocením. Je potřeba zmínit, že i profesionálně vedené dobrovolnictví si může ponechat neformálnost a přirozenost, což je pro dobrovolnictví charakteristické a nepostradatelné. (Tošner a Sozanská, 2002, s. 35)

Pro nejčastější otázku „kdo se může stát dobrovolníkem“ je za odpověď považováno, že dobrovolník je zralý jedinec, který je způsobilý a zodpovědný a svůj volný čas a kompetence věnuje dobrovolné práci. Mimo malé děti můžeme řadit mezi dobrovolníky kohokoliv, kdo pracuje pilně pro dobro ostatních a jeho psychická a fyzická stránka je zcela v pořádku. Pro charakteristiku „dobrého dobrovolníka“ jsou spory v tom, kdo jim vlastně je, ale lze uvést pár vlastností, které jej přibližují, jako třeba *otevřená mysl, schopnost spolupracovat, vnímavost, profesionální postoj, ochota pracovat bez finanční odměny, tolerance, silná motivace a nezištnost*. (Ochman, Jordan, 1997, s. 7)

S dobrovolníky se setkáváme nejčastěji v nestátních neziskových organizacích, jako jsou např. spolky a nadace, které mají široký záběr činnosti.

Obecně je možné určit několik základních oblastí, kde dobrovolníci působí:

- *ochrana životního prostředí;*
- *humanitární organizace a organizace na ochranu lidských práv;*
- *sociální a zdravotní oblast;*
- *kulturní oblast;*
- *sportovní a vzdělávací činnost;*
- *zahraniční dobrovolnická činnost.* (Tošner a Sozanská, 2002, s. 41 - 43)

Získávání dobrovolníků

Nejlepší cestou pro získávání dobrovolníků, je vhodné zapojit pro vyhledávání samotného dobrovolníka a samotný zaměstnanec organizace není vhodný. Dobrovolník, který přesvědčuje k dobrovolnictví jiného budoucího dobrovolníka, má stejné motivy a proto je mezi nimi lepší komunikace. Prvním krokem organizace, než dobrovolníka začne hledat, je vhodné přemýšlet o tom, co mu může nabídnout, jako např. pěkná atmosféra, prestiž dané organizace, či nabití nových zkušeností. Pokud si organizace ujasní, koho vlastně hledá, porozumí svým potřebám a to jak bude nově příchozího hodnotit, školit, připravovat a podporovat, může to vést k rychlejšímu hledání správné osoby. (Ochman, Jordan, 1997, s. 13)

Dle Ochmana, Jordana (1997, s. 13) je pro získávání dobrovolníků možné používat různé metody:

- *ptát se přátel a spolupracovníků;*
- *veřejně oznámit, koho hledáme;*
- *mluvit s přáteli přátel;*
- *vést pohovory;*
- *vylepovat plakáty;*
- *účastnit se setkání vybraných skupin lidí.*

Motivace k dobrovolnictví

V naší zemi byl první reprezentativní výzkum na téma dobrovolnictví proveden v letech 1999 až 2000, a to Nadací rozvoje občanské společnosti, Agenturou neziskového sektoru

a Agenturou STEM ve spolupráci s nadací VIA a občanským sdružením Hestia. Z provedeného výzkumu se ukázalo, že motivace na individuální úrovni k dobrovolnictví je značně rozličná a dobrovolníci často nemají ustálený typ motivace. Ve většině případů se dělí na konvenční, reciproční a nerozvinutou motivaci k dobrovolnictví. Navzájem se prolínají, ale ve většině případů má jedna z nich převyšující dominantní vliv.

Konvenční či normativní - k dobrovolnické aktivitě vedou jedince morální normy nejbližšího prostředí nebo obecná neformální pravidla vystupování. Tato motivace se opírá o základní myšlenku křesťanské morálky a představy o vyhovujícím způsobu života. Touto motivací se vytyčují především lidé starší šedesáti let a věřící.

Reciproční - jedinec hledá v dobrovolné práci něco, co bude prospěšné i pro něho samotného. Základem zde zájem o nové zkušenosti, vztahy, možnost uplatnit vlastní schopnosti. Nejvíce se uplatňuje zvláště u mladých lidí do třiceti let.

Nerozvinutá - dobrovolnické práci se jedinci rozhodují na podkladě tří motivačních podstavců. Je to důvěra v organizaci, pro kterou budou pracovat, přesvědčení o smysluplnosti dobrovolnictví a pocit, že prostřednictvím dobrovolné práce rozšiřováním dobré myšlenky. Častěji se vyskytuje u vysokoškoláků a u osob středního a staršího věku (46–60 let). (Frič a kol., 2001, s. 67)

„Motivace je proces iniciovaný výchozím motivačním stavem, v jehož obsahu se odráží nějaký deficit ve fyzickém i sociálním bytí jedince a směřující k odstranění tohoto deficitu, které je prožíváno jako určitý druh uspokojení.“

Motivy, které mohou vést jedince k dobročinné aktivitě:

1. *soucit vedoucí k degradaci klienta;*
2. *nepřiměřená a zbytečná zvědavost;*
3. *služba pramenící z pocitu povinnosti;*
4. *skutkaření, snaha si něco zasloužit;*
5. *touha obětovat se, osobní neštěstí, se kterým si uchazeč neví rady, a proto chce ve službě hledat vlastní duševní rovnováhu;*
6. *osamělost z ní pramenící touha po přátelství;*
7. *pocit vlastní důležitosti, nenahraditelnosti;*
8. *nedostatek sebeúcty a s ním spojená touha, potkat ještě ubožejší lidi;*

9. panovačnost, touha ovládat jiné a uplatnit svůj vliv. (Tošner a Sozanská, 2002, s. 46)

Odměňování dobrovolníků

Je důležité neopomenout důležitost v odměňování dobrovolníků v každé organizaci. Tím organizace dokazuje, jak jí na svých lidech záleží. Hlavní koordinátor by měl dbát na to, aby se dobrovolníci při jejich činnosti cítili oceňováni. Největší odměnou pro dobrovolníky je, vyslovení sousloví děkuji vám. To, že si koordinátor pamatuje jména dobrovolníků, dokáže jim vytvořit pozitivní atmosféru a věnuje jim část svého volného času, znamená svým způsobem také odměnu. Dalším významným krokem pro koordinátora je zajištění setkání všech dobrovolníků, alespoň jedenkrát do roka, kde řekne svoje díky všem dohromady. Toto setkání je vhodné, aby si dobrovolníci připomněli jejich poslání, strukturu a hlavní program organizace, tím se ukáže každému dobrovolníkovi, jak je pro svou organizaci nepostradatelným článkem. (Ochman, Jordan, 1997, s. 22)

Mezi další vhodné způsoby odměňování radí Ochman, Jordan (1997, s. 22-23):

- *slavnost dne dobrovolníků;*
- *přání k svátku;*
- *předání odznaku s logem organizace;*
- *vedení jména dobrovolníka ve výroční zprávě organizace;*
- *rozeslání blahopřání;*
- *pomoc v osobním rozvoji a dosažení nových dovedností.*

Dobrovolnictví v sociálních službách

Dobrovolnictví ve službách sociální sféry obsahuje neuvěřitelně rozmanitý „vějíř“ činností, který udává vyjádřitelný cíl sociálního začlenění či prevence před sociálním vyloučením. Právě v sociálních službách dobrovolníci obohacují svou životní zkušeností, celkovým vylepšením služeb, jedinečným přístupem a schopnostmi spřádat nová přátelství. Cílem je zapojení klienta či pacienta do společnosti pomocí aktivit v daném zařízení, tím zmírnit jeho vyčlenění a ulevit jejich handicapu. Dobrovolníci jsou například v hospicích nebo v domovech pro seniory nápomocni jako osobní asistenti, jsou naslouchajícími společníky, předčítají klientům, hrají s nimi odlišné hry nebo napomáhají při společenských akcích. Mohou působit v k-centrech, které jsou poskytovatelem služby lidem závislých na drogách a jejich blízkým, působí v kontaktních místnostech, napomáhají při roznášení léků, poskytování potravinového servisu a hygienických pomůcek. Organizují pravidelné

volnočasové aktivity a školní přípravu pro děti v azylových domech pro ženy a matky s dětmi, pro matky poskytují programy v oblasti zdravotní péče, pedagogiky nebo také ekologické výchovy. V nízkoprahových centrech jsou jako asistenti pracovníků při skupinové činnosti s dětmi a mládeží – součástí je i příprava na vyučování. Velmi mnoho nestátních neziskových organizací se v této oblasti stává partnerem státu a podílí se na diskusích o změnách v sociální politice a značně i o charakteru poskytovaných sociálních služeb. Velmi významnou roli sehrávají například *Charita, ADRA nebo Diakonie*. Využití dobrovolníků v sociálních službách vyžaduje zejména profesionální management, protože se dobrovolníci vyskytují na hranici psychosociálních služeb, kde je velmi důležitý kompetentní přístup. Zcela je nutné připravit organizaci pro přijetí nových dobrovolníků, součástí je vyškolení vlastních koordinátorů, dobrovolníků. V této oblasti je nezastupitelná funkce nově vytvářejících *dobrovolnických center* jako zdrojů metodické pomoci, propagace dobrovolnictví a výcvikových programů. (Šimková, 2011, s. 15).

Legislativa

V České republice se zatím dobrovolnictvím zabývá zákon č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě., *Tento zákon upravuje podmínky, za kterých stát podporuje dobrovolnickou službu organizovanou podle tohoto zákona a vykonávanou dobrovolníky bez nároku na odměnu.*“ (Zákon č. 198/2002 Sb., § 1) Zákon č. 198/2002 Sb. také vymezuje základní pojmy (dobrovolnická služba, dobrovolník, přijímající a vysílající organizace) a řeší smluvní zajištění dobrovolnické činnosti a popřípadě podporu ze strany státu za pomoci dotací.

Dobrovolníka zákon popisuje dle § 3, odst. 1 jako fyzickou osobu

„a) starší 15 let, jde-li o výkon dobrovolnické služby na území České republiky,

b) starší 18 let, jde-li o výkon dobrovolnické služby v zahraničí, která se na základě svých vlastností, znalostí a dovedností svobodně rozhodne poskytovat dobrovolnickou službu.“, dle § 3, odst. 2. *„Dobrovolník vykonává dobrovolnickou službu na základě smlouvy uzavřené s vysílající organizací; v případě dlouhodobé dobrovolnické služby nebo v případě krátkodobé dobrovolnické služby, k jejímuž výkonu je dobrovolník vyslán do zahraničí, musí být tato smlouva písemná.“*

§ 2, odst. 1 zákona 198/2002 Sb. určuje, že dobrovolnickou službou je činnost, při které dobrovolník poskytuje

„a) pomoc nezaměstnaným, osobám sociálně slabým, zdravotně postiženým, seniorům, příslušníkům národnostních menšin, imigrantům, osobám po výkonu trestu odnětí svobody, osobám drogově závislým, osobám trpícím domácím násilím, jakož i pomoc při péči o děti, mládež a rodiny v jejich volném čase,

b) pomoc při přírodních, ekologických nebo humanitárních katastrofách, při ochraně a zlepšování životního prostředí, při péči o zachování kulturního dědictví, při pořádání kulturních nebo sbírkových charitativních akcí pro osoby uvedené v písmenu a),

c) pomoc při uskutečňování rozvojových programů a v rámci operací, projektů a programů mezinárodních organizací a institucí, včetně mezinárodních nevládních organizací.“(MVČR, © 2019)

Dobrovolnictví u seniorů

Dle Balogové (2012, s. 37) má velký přínos pro oblasti dobrovolnických činností i pro dobrovolníky samotné. Na věkovou hranici nad padesát let nahlížíme jako na seniorskou část obyvatelstva, která žije aktivním občanským životem a proto je užitečné je vést k dobrovolnické činnosti i když v mnoha případech tito lidé stále pracují. Může jim to především pomoci ve změnách, které se stářím nastupují jako např. osamostatnění od vlastních dětí, odchod ze společné domácnosti, odchod do důchodu, či ztráta zaměstnání. Mnoho lidí tohoto věku se ještě těší kladnému zdravotnímu stavu a dobré fyzické kondici. Pro dnešní dobu je stylové udržet si ji i ve vyšším věku. To se týká nejen hlediska tělesného, ale i psychického. Taktéž upozorňuje na to, že dlouhodobá péče o seniory neznamená jen pomoc lidem bez možnosti pohybu, vysokého věku, ale také péči o aktivní seniory řadou nabídek vzdělávacích či jiných aktivit. Řadí sem například univerzity třetího věku, které přispívají k aktivnímu stárnutí populace, které je postaveno na procesu nejlepší variant příležitostí pro zdraví, spolupráci a bezpečnost s cílem podpory kvality života. K tomu přispívá i možnost aktivizace starších lidí prostřednictvím dobrovolnictví, což může být kladným přínosem pro sociální, duševní i fyzické jejich zdraví.

Při spolupráci s lidmi, kteří provádí dobrovolnické činnosti ve vyšším věku, organizace musí dbát na určitá specifika, která si tyto věkové kategorie žádají. Při plánování jejich dobrovolnických činností je důležité brát zřetel na případná fyzická omezení, která se vzhledem k věku mohou projevat. Starší lidé mají rádi ve věcech svůj pořádek a uvítají tedy, když mají vše předem nachystané a prostudované, neboť je pro ně obvykle horší pak na místě vše měnit. Proto je důležité mít vše dobře naplánované, zorganizované

a poskytnout dobrovolníkům dostatečný časový úsek na přípravu před vlastní dobrovolnickou činností. Dostávají-li nějaké tištěné materiály či pomůcky, je třeba dbát na správnou velikost písma. Je potřeba být trpělivý a ochotný zodpovědět veškeré otázky. Je vhodné s dobrovolníky mluvit o tom, co je pravděpodobně čeká, na jaká mohou narazit nesnáze, jak se s nimi vypořádat a kam se mohou obrátit s prosbou o pomoc či radu. S rozvážností musíme také zacházet s hodnocením jejich činnosti či možnou kritikou. V minulých dobách toto nebývalo tradicí tolik, jako dnes (Krňanská, 2012, s. 47–54).

Supervize

Supervize jako pojem je chápáno z několika možných úhlů a pohledů, i každý autor má na ni odlišný názor, ovšem jedna věc je společná a to její prvotní cíl v pomoci v profesním rozvoji, ale i každodenním životě účastníka supervize. Výhodou supervize je pomoc řešení nastalých problémů, urovnávání vztahů na pracovišti s vedoucím, ale přednostně řeší prevenci syndromu vyhoření. Například Hartl vnímá supervizi jako „*pomoc, dozor nad prací začínajících psychoterapeutů, sociálních pracovníků po skončení výcviku, nejméně jeden rok, většinou však více let.*“ (Hartl, 1994, s. 203)

Odbornou činností vedenou odborníkem je supervize, která by měla být součástí každého dobrovolnického programu při práci s klientem. Původ slova supervize pochází z anglického slova „supervision“ a její významem je dohled, dozor, či kontrola. V povoláních, která jsou označována jako pomáhající má ale tento výraz jiné vysvětlení a to pomoc dobrovolníkovi co nejpříznivěji pracovat s klienty. (Kopřiva, 2000, s. 136)

Pro prospěšnost supervize není důležitá pouze práce supervizora, ale především dobrovolníci, kteří jsou její součástí. Díky tomu, může dobrovolník získat rozdílné pohledy na svoji situaci, nové ideje, možnosti jak problém řešit, inspirace pomocí příběhů od ostatních dobrovolníků. Supervize dobrovolníkovi poskytuje podporu a povzbuzení, aby bylo dosaženo největší možné kvality supervize, je lepší ji provádět v menších skupinách okolo 10 lidí pro uzavřenější a intimnější atmosféru a hlavně proto, aby se prostřídali všichni dobrovolníci. (Matoušek, 2003, s. 62-63)

V pomáhajících profesích je realizovaná supervize velice podobná supervizi, kterou vykonávají dobrovolníci. Správná supervize se koná ve skupince dobrovolníků v prostředí, které je bezpečné a musí ji vést odborník neboli supervizor. Především je při supervizi pro dobrovolníky důležitá možnost se vyprávět, probrat své problémy s klientem, ale též i se svými kladnými výsledky. V mnoha případech sílí dobrovolníkova motivace a lze pomoci

ní podat dobrovolníkovi kladné uznání a také je prevencí před nepřiměřeným chováním samotného dobrovolníka. (Tošner a Sozanská, 2002, s. 81-82)

3 STÁŘÍ A AKTIVNÍ STÁRNUTÍ

3.1 Stáří a stárnutí

Tato kapitola se zabývá vymezením pojmu stáří a senior, zaměřím se především na jejich potřeby, nejdůležitější změny, které se v tomto období života projevují.

„Stáří je poslední etapou života, fází, která bývá označována jako postvývojová, protože již byly realizovány všechny latentní schopnosti rozvoje. Přináší náhled a moudrost, pocit naplnění, ale také úbytek energie a nezbytnou proměnu osobnosti směřující k jejímu konci. Je obdobím relativní svobody, ale i dobou kumulace nevyhnutelných ztrát ve všech oblastech.“ (Vágnerová, 2007, str. 299)

„Stáří je smutné ne proto, že přestávají všechny radosti, ale proto, že přestává naděje“

Jean Paul

„Stárnutí je celoživotní proces a v určitém slova smyslu stárneme od zrození. Každá etapa lidského života je jiná a každá je výsledkem etapy předcházející. Každé stádium vývoje člověka můžeme hodnotit také jako "ke stáří jdoucí", a to z hlediska změn, které jsou konec konců později čitelné jako typické rysy stáří. Přestože mezi fyzickými změnami a psychikou existuje dynamický vztah vzájemného ovlivňování, mnoho autorů upozorňuje na relativní autonomii psychických funkcí. Takže sledovaná psychická funkce může "stárnout" u různých lidí různě a může se také podstatně lišit ve svém začátku involuce.“ (Jedlička, 1991, s. 13)

V sociologickém slovníku můžeme najít definici stáří jako proces poslední životní fáze, která začíná ukončením ekonomické aktivity a je spjata s fyzickými a duševními změnami. Není možné je vytyčovat pouze věkem, ale i sníženou schopností adaptace a zvýšení sociálního odloučení. (Jandourek, 2001, s. 237)

Mnoho lidí ať už ve středním či mladistvém věku, nemá o stáří povědomí, převážně proto, že se zdá být stáří pro ně v daleké budoucnosti. Stáří se může jevit jako šedivá, nezajímavá a uniformní budoucnost. Vystává zde otázka, proč o stáří přemýšlet dříve, než je to nezbytné? Mnoho lidí mladšího věku jsou mnohdy toho názoru, že život ve stáří už nestojí za to, což je velmi mylné tvrzení. Mnohdy takový názor může vést až k vyhýbání se starším lidem, nebo čemukoliv co stáří připomíná, člověk si chce svůj život užívat a myslí si, že může dělat úplně všechno, ale zapomíná na důležité a opomíjené hranice života, kdy člověk

má v tomhle reálném světě určený čas, kdy se nejen vyvíjí, ale zároveň i stárne. Důležité je si uvědomit, že jsou staří lidé zčásti, ale i plně nesoběstační a potřebují podporu a pomoc od mladších, tak i od profesně starajících se lidí o ně a potřebují cítit „trochu lásky“, „trochu citů“ a důstojný přístup k životu, což se jak víme, mnohdy neděje. (Haškovcová, 1989, s. 12-13)

Z lůna přírody se pomocí evoluce vynořily lidská populace a člověk jako takový a neustále jsou její součástí. Pro vzájemné spojení a spolupráci jsou člověk a populace jakousi součástí biologického jsoučna, které má biologický podklad a utváří novou skutečnost sociálna a reality svého druhu, které jsou produktem člověka. Člověk a sociální podstata tudíž souvisí spolu s dvěma články evolučního řetězce, dále pak s biologickým vědomím a myslí. Toto spojení se uskutečňuje pomocí biologického a mentálního pole, společně se sociálním a to vše utváří životní pole. (Sak, 2012, s. 11)

Rozvoj člověka je celoživotní dlouhotrvající a ne lehký psychosociální proces. Člověk je biopsycho – sociální bytost. To, co je pro veškeré bytosti stejné a neodlišuje se, jsou zákonitosti dílčích fází vývoje jedince od kojeneckého věku, batolecí věk, předškolní věk, adolescenční věk, mladiství, střední a pozdní mládí, i zahrnující stáří. Jednotlivá zmíněná fáze s sebou přináší odlišnosti ve změnách a proměnách, které jsou pro jedince hodně určité, způsobené odlišnými faktory jako jsou rodina, lidská společnost, kulturní prostředí, vzdělávací proces a zdravým životním stylem. Každý člověk je výjimečnou osobností, která v průběhu života se setkává s mnoha nástrahami, které mu lidská společnost nachystá. Musí být obratný v řešení úkolů, očekávání a kladení nároků. Pro člověka je ovšem nejtěžší etapa stáří, která jej čeká na konci života, kdy očekává uznání, přijmutí a zabezpečení od svého nejbližšího okolí, ale mnohdy se tomu tak neděje. Svoji danou funkci a určitá stádia má životní dráha. Pro rozvoj potenciálu jedince jsou důležité sociální zkušenosti, a co lze od nich očekávat. Mezi přechodem každého životního úseku jsou přechodové úrovně jako např. u batolete jeho první kroky a slova. (Křivohlavý, 2011, s. 17-18)

3.2 Definice stáří

Stáří se definuje dle „funkčního potenciálu“ určitého člověka, kdy převažují tři primární složky a to je fyzická, psychická a sociální. Můžeme se setkat s mnoha různými

klasifikacemi stáří, které se řídí kalendářním neboli chronologickým věkem. WHO stáří dále dělí:

- a) počínající stáří – 60 -74 let;
- b) vlastní stáří – 75 – 89 let;
- c) dlouhověkost - 90 let a více.

Dalším rozlišením může být:

- a) mladí senioři – 65 – 74 let;
- b) staří senioři – 75 -84 let;
- c) velmi staří senioři – 85 let a více (Holmerová a kol., s. 16)

Fyzická – zahrnuje biologické stárnutí, zahrnující znaky v degenerativních změnách, snížení primárního metabolismu, pokles odolnosti v imunitním systému a infekční sklony, přibývají dlouhodobá onemocnění, snižování funkčnosti smyslů a především příznaku, které se jeví na povrch jako výskyt vrásek, šedivění vlasů apod. (Pacovský, 1990, s. 15-16)

Dle Jarošové (2006, s. 22-24) se dají definovat následující biologické projevy stáří:

- *objevuje se celková atrofie postihující všechny orgány a tkáně (také atrofie kůže, svalů, jater atd.);*
- *snižuje se elasticita orgánů a tkání;*
- *snižuje se funkce endokrinních žláz (žlázy s vnitřní sekrecí) – vzniká hormonální nerovnováha v důsledku nerovnoměrného snížení jednotlivých funkcí;*
- *mění se distribuce tělesných tekutin – snižuje se obsah tekutiny v buňkách;*
- *zvyšuje se obsah tělesného tuku a mění se ukládání vápníku v těle;*
- *zmenšuje se postava v důsledku zmenšení meziobratlového prostoru a shrbené pozice těla z důvodu svalové ochablosti;*
- *snížení množství vápníku v kostech, vzniká osteoporóza a vyšší riziko lomivosti kostí, snižuje se kvalita zubů;*
- *snižuje se elasticita a výkonnost kosterního svalstva;*
- *objevují se změny na kůži – kůže je v důsledku nižšího obsahu vody suchá, tenká a svraštělá, vznikají stařecké skvrny na kůži;*

- *změny v trávicím systému – klesá tvorba slin, snižuje se kyselost žaludečních šťáv, zpomaluje se vyprazdňování žaludku, klesá schopnost vstřebávání vitaminů a minerálů, snížená peristaltika střev (vede k zácpě);*
- *zhoršuje se funkce smyslových orgánů – snižuje se chuť, čich, hmat, sluch i zrak;*

Psychická – řadí se zde úbytek, či dokonce úplná ztráta poznávacích schopností, do kterých se řadí soustředěnost, pozornost, vyřešení problémů, úsudek a vyvození ze situace, defekty paměti a rozumových schopností. Dochází ke snížení v toleranci úrovně frustrace, špatné adaptability, velké změny v emocionální oblasti, snížená schopnost reakce na podnět, deprese a špatné nahlížení na svoji osobu a vlastní stárnutí. (Pacovský, 1990, s. 15-16)

Dle Jarošové (2006, s. 24-28) se dají definovat následující psychické projevy stáří:

- *snížení kognitivních funkcí – zvýšené zapominání, snížení schopnosti paměti, koncentrace, zapamatování si nových informací;*
- *snížení fatických funkcí – tj. snížení funkce řeči, pokles schopnosti cokoliv pojmenovat, porozumět řeči;*
- *snížení výkonnosti intelektových funkcí;*
- *zvýšená emoční nestabilita až labilita, výkyvy nálad, proměnlivost rozhodnutí a postojů, změny požadavků;*
- *zvýraznění povahových vlastností a osobních projevů, většinou těch negativních;*
- *celkový nebo částečný pokles zájmu seniora – apatie, rezignace, neochota zapojit se do jakékoliv činnosti;*
- *změny v pořadí životních hodnot – orientace na rodinu, zdraví, duchovní hodnoty.*

Sociální – hlavním příznakem je pokles účastnění se v aktivním zapojení do společnosti, omezení nebo úplná ztráta o sociální potkávání a hledání něčeho nového. (Pacovský, 1990, s. 15-16)

Změna sociálního statusu

Pro člověka je nejdůležitější a nejzávažnější změnou odchod do starobního důchodu z pracovního života, kdy byl neaktivnější. Odchod je spojen s více změnami, které život ovlivní jako je změna v sociální roli, kdy přechází z pracovní role na rodinnou. Dochází výrazně ke změně v ekonomické situaci, která jedince ovlivňuje v kulturních a společenských činnostech. Aby se člověk nestal závislým na okolí, při tomhle důležitém mezníku života, nesmí tyto činnosti omezit, aby se nesnížila jeho kvalita života. Kvalitou

života se rozumí, že jedinec porozumí svému postavení v životě na podkladu kultury, ve které žije, či ve vztahu ke svým cílům, stylu života a svým zájmům. Každá sociální změna, probíhá na individuální úrovni a její projevy se mnohou ukázat až v pozdním staří jedince. Dochází k velkým změnám, především v hodnotovém žebříčku života jedince, který byl zaměřen pouze na práci a aktivitu, k úbytku vazeb na sociální úrovni a také dochází k poklesu ekonomické úrovně. Senior ovšem může po odchodu do důchodu přispět svými získanými znalostmi v různých oblastech, jako jsou organizace, politické strany a podobné seskupení, kde může svůj potenciál využít. Nejlepší cestou při změně společenské role je si najít roli, která seniorovi vyhovuje nejvíce a zapojením se tak vrátit do společenského života. (Vágnerová, 2007, 420-425)

Senior

Jen zdánlivé se může zdát, že jde lehce určit kdo vlastně je považován za seniora. V naší společnosti je běžné používat, *pojmy jako „senior“, „důchodce“, „geront“, ale i eufemistické termíny „babička“, „dědeček“, a to i v situacích, kdy se nejedná o naše příbuzné, někdy se setkáváme s pojmy i „stařeček“, „stařenka“.* Z výše uvedených pojmů si lze představit cílenou skupinu a taky určitého představitele dané skupiny. Představa ovšem může být neměnná a mnoho z pojmů může dotyčného v určitých případech poškodit, na úrovni jeho důstojnosti. (Janiš, Skopalová, 2016, s. 32)

Ve vzdělávací praxi se pojem „senior“ začal užívat zcela samovolně a jako nevýrazný termín. Byl nahrazujícím termínem jiných pojmenování, která vznikaly na půdě lékařských, psychologických, sociologických, a odlišných vědních oborech, jako označení jedince staršího a starého věku. Při zpracovávání témat o seniorech a jejich vzdělávání je pojem senior brán jako jeden z hlavních termínů. Termín senior se především užívá protože:

- neexistuje jiný emočně zatažený termín;
- jde o celkové označení jedince, kdy se v termínu zahrnuje celé věkové období sénia;
- komplexně navazuje na označení jako označení veškerého věkového období staroby;
- byl optimisticky přijat a je využíván, těmi, kterých se to týká, tedy účastníky seniorských vzdělávacích činností.
- jeho význam dává přehlednost, ohebnost a lze z něj jednoduše vytvářet odvozeniny. (Čornaničová 1998, s. 26-27)

3.3 Kvalita života seniorů

Velmi diskutovaným tématem vědeckého zájmu sociální gerontologie ve 21. století se stává zjišťování a hodnocení kvality života seniorů. Všeobecně představuje kvalita života daný cíl určitého úsilí jedince, které převyšují hmotné hodnoty určené objemovými ukazateli, proto je zlepšování kvality života populace vyhlášeným cílem sociální politiky. V profesích, kde člověk pracuje a pomáhá, se kvalita života považuje za *vícerozměrný, subjektivní a měřitelný konstrukt*, který napomáhá celkově hodnotit určité intervence a programy. To, co si starší lidé myslí o kvalitě jejich života, ve většině případů odporuje hlavním důležitostem jako je zdravotní stav a materiální zabezpečení. Je důležité podotknout, že to, co je důležité a platí pro dnešní osmdesátníky, nebude určovat plnění základních potřeb dnešních šedesátníků. Do kulturní souvislosti je kvalita života vsazena v každé generaci a proto by měla být její náplň neustále ověřována a vytyčována. (Tomeš, Šámalová a kol., 2017, s. 103)

„Volný čas je časový prostor, který člověku umožňuje svobodnou volbu činností, kdy člověk vybírá činnosti nezávisle na společenských povinnostech, vykonává ji tedy dobrovolně a tato činnost mu poskytuje uspokojení a přímé zážitky.“ (Vážanský, Smékal, 1995, s. 17)

Pro každého z nás je různě vnímán pojem volného času, kdy vnímání závisí na tom, jaké jsou cíle a smysl v našem životě. Je to mezník času, kdy se člověk nevěnuje pracovním a rodinným povinnostem a směřuje svůj volný čas k odpočinku, rozvíjení své osobnosti, v hloubání o svém životě, či plánování věcí do budoucna. Nelze porovnávat kvalitu života v průřezu generací, neboť populace se mění a žije zcela rozdílným životem, má odlišné priority i hodnoty. Volný můžeme tedy popsat jako nezávislý prostor pro každého člověka, který může bez jakékoli výhrady využít pro vlastní spokojenost, aby z toho neměla profit společnost. Volný čas můžeme vyplnit *činnostmi intelektuálními, společenskými, fyzickými ve formě turistiky, estetickými výtvary v podobě malování a hudby, ale i manuálními*. Pro každého člověka je volný čas podobou toho, co si představuje pro relaxaci a oprostění od starostí. (Němec, 2002, s. 15-16)

Dle Zavázalové (2001, s. 80) je škála různých činností pro rozvoj jedince v období staří široká a pestrá. Je důležité zohlednit zájmy, nebo zjistit zájem anketou, pro nabídku programů dané seniorské populace. Hlavním cílem je, aby se samotní senioři zajímali a byli podporováni, bez nich samotných by to nefungovalo. Je to v zájmu společenských a dobrovolnických subjektů, ale i institucí. Zdůrazníme, že je nejdůležitější informovanost a

publicita v populaci za pomoci médií a spolků, jako jsou svazy důchodců, invalidů, sociálních a kulturních zaměstnanců odborů města, či obce. Pro seniory je nejdůležitějším impulsem motivace pro provozování dané činnosti, podporu jejich okolí, rodin, sousedů, rodiny a přátel.

Dle Kalvacha a kol. (2004, s. 438) je důležité přípravě a podpoře aktivit seniorů je třeba respektovat následující specifika:

- *jedinečná životní zkušenost ovlivňuje zájem konkrétního seniora o určité druhy činností a odmítání činností jiných;*
- *činnost musí odpovídat individuálnímu tempu;*
- *činnost musí mít smysl;*
- *činnost musí být přiměřená schopnostem člověka;*
- *senior je schopen sám posoudit výsledek své práce.*

Dle Kalvacha a kol. (2004, s. 439) motivaci k činnosti podporuje:

- *důraz na praktickou každodennost - podpora každodenních, běžných činností;*
- *smysluplnost;*
- *dobrovolnost;*
- *příjemnost;*
- *sociální přiměřenost - činnost musí posilovat důstojnost a sebepojetí toho, kdo ji vykonává;*
- *úspěšnost - přinášet konkrétní a viditelný výsledek a prožitek úspěchu;*
- *pomoc a podmiňování - podpora aktivity.*

Haškovcová (2010, s. 125) hovoří o vytvoření životního programu pro staré a popisuje jej jako druhý životní program, který je vytvářen na podmínkách, které zahrnují znalosti o daných potřebách starších a starých lidí. Do těchto potřeb zahrnujeme především přiměřené zdraví, hmotnou a finanční zabezpečení a především to, co pro ně znamená domov, tam kde je starší člověk spokojený. Nejlepší cestou pro stárnoucího člověka je objevení smyslu života, který zvládá vzhledem ke svým možnostem, ale pokud má potřebu podcenit své síly, může to vést k potížím.

Jednou z podob druhého životního programu mohou být Akademie třetího věku. Akademie nabízejí různorodost cyklů přednášek, zabývajících se především jediným tématem. Délka studia bývá okolo třech měsíců až do jednoho roku. Senioři si volí obor, dle tématu, které se

jim líbí, zaplatí určitý poplatek a nejsou omezeni v tom, kolik kurzů mohou absolvovat. Akademie jsou nejvhodnější aktivitou pro ty seniory, kteří nemohou pracovat a chtějí uniknout z denních rutin a taky pro odlehčení a odpočínutí od svých rodin. (Haškovcová, 2004, s. 20)

Dle Haškovcové (2004, s. 20) může mít druhý životní program následující podoby:

- *pracovní aktivity, v původním nebo jiném pracovně právním vztahu. Příkladem mohou být zkrácené úvazky, klouzavá pracovní doba a různé brigády;*
- *různé aktivity, případně koníčky sdílené s ostatními nebo organizované pro ostatní*
- *akademie a univerzity třetího věku;*
- *rozmanité formy dobrovolnictví.*

3.4 Ageismus

Ageismus je považován na podkladě věku za diskriminaci, neboť má souvislost s problematikou stáří. Jeho projevy se ukazují v neměnném myšlení a našem postoji. Jedná se o určitou podobu předsudků a představ v negativním smyslu, při smýšlení o seniorech. Jako první tento termín v roce 1968 uvedl americký psychiatr a ředitel amerického Národního institutu pro stárnutí Robert Bulter, jenž ageismus definoval jako diskriminaci a stereotypizaci populace pro jejich starší věk. V České republice byl poprvé tento termín použit Říčanem v roce 1990, který jej charakterizuje jako pohrdání starými jedinci a odporem ke stáří, který může vést až k vyčlenění starých lidí ze společenského života. (Farková, 2009, s. 100-101)

Dle Farkové (2009, s. 101-103) jsou základními zdroji ageismu, které pro seniory vytváří nepřátelské prostředí především:

- *strach ze smrti a stárnutí jako psychosomatického úpadku – je přítomen ve většině kultur, kdy zdrojem může být neznalost, nezájem nebo nedostačující informovanost;*
- *frustrace a agrese – ovlivněny nejistotou, ztrátou ideálů a mezilidskými vztahy;*
- *selektivní percepce (vnímání) – podporováno sociálním prostředím;*
- *stereotypy a autostereotypy – „sebenaplňující proroctví“; člověk přejímá názory společnosti, podle kterých se začne skutečně chovat;*

- **kultura** – každá kultura v určitém časovém období vnímá stáří rozdílně; ovlivněno především mentalitou, vyspělostí, jazykem dané společnosti, díle médií, historickým, politickým, ekonomickým a sociálním kontextem;
- **demografická panika** – všeobecně platí, že věk populace ovlivňuje nejen blahobyt, ale i prosperitu národa.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 PŘÍPRAVNÁ FÁZE

Teoretická část bakalářské práce byla zaměřena na celkovou charakteristiku dobrovolnické činnosti, na aktivní seniory a pojmy související s vybraným tématem. Praktická část se v souvislosti s teoretickou částí zaměřuje na zjišťování názorů na dobrovolnické aktivity a zkušenosti seniorů s dobrovolnickou činností ve Zlínském kraji.

Náš výzkum jsme se rozhodli orientovat kvantitativně. Při jeho realizování jsme jako stěžejní odbornou literaturu využili publikaci „*Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*“ (Chráska, 2007).

Hlavním přínosem kvantitativního výzkumu je jeho snaha o zachování odstupu od zkoumaných jevů, tím je zabezpečen nestranný pohled výzkumníka (Gavora, 2008, s. 35).

Hlavním záměrem našeho výzkumného šetření bylo popsat realitu a situaci seniorů ve Zlínském kraji v souvislosti s dobrovolnickými činnostmi. Zároveň také prostřednictvím hypotézy zjistit vztah mezi danými jevy. Z těchto faktů tedy usuzujeme, že se jednalo o deskriptivní (popisný) a vztahový výzkum.

Hlavní spojitost praktické části bakalářské práce s teoretickou částí vidíme v tom, že respondenti (senioři) spadají do věkové skupiny nad 64 let. Dále ve významu aktivního využívání jejich volného času ve prospěch jiných osob.

4.1 Stanovení výzkumných cílů, výzkumných otázek a hypotéz

Výzkumné otázky, výzkumné cíle a hypotézy pro naši práci jsme zvolili na základě zjištěných teoretických poznatků a zároveň také ze zkušeností, z absolvování praxe při studiu vyšší odborné školy zdravotnické.

Hlavní výzkumný cíl

Hlavním cílem výzkumného šetření je zjistit jaký je přístup seniorů k dobrovolnictví a dobrovolnické činnosti a zmapovat jejich zkušenosti s těmito aktivitami ve Zlínském kraji.

Dílčí výzkumné cíle:

- zjistit, jaké mají senioři ve Zlínském kraji zkušenosti s dobrovolnickou činností a v jakých typech institucí;
- zjistit zda ovlivňuje zájem o dobrovolnické aktivity pohlaví seniorů;
- zjistit, jaký je zájem seniorů o dobrovolnické aktivity ve Zlínském kraji;

- zmapovat o jaké oblasti dobrovolnické činnosti mají senioři zájem ve Zlínském kraji;
- zjistit názor seniorů na nabídku a informovanost o možných dobrovolnických aktivitách, které jsou určeny seniorům ve Zlínském kraji.

Hlavní výzkumná otázka

Jaký je přístup seniorů k dobrovolnictví ve Zlínském kraji?

Dílčí výzkumné otázky

Jaký je zájem seniorů o dobrovolnické aktivity?

Jak ovlivňuje pohlaví seniorů jejich zájem o dobrovolnické činnosti?

Jaké jsou zkušenosti seniorů s dobrovolnickou činností a v jakých typech organizací?

Jak jsou senioři spokojeni s nabídkou aktivit v dobrovolnických organizacích?

Jak jsou senioři spokojeni s informovaností o dobrovolnických aktivitách v jejich okolí?

4.2 Charakteristika výzkumného souboru

Pro výzkumný záměr jsme zvolili následující výzkumné soubory:

- **základní soubor**, který tvoří senioři ve Zlínském kraji;
- **výběrový soubor**, který tvoří senioři ve Zlínském kraji, převážně v klubech či spolcích pro seniory, kulturních institucích, ale i v zdravotnických zařízeních.

Pro výběr prvků do našeho výzkumného souboru jsme použili záměrný kvalifikovaný výběr. Tento výběr je prováděn na základě identifikace znaků základního souboru. Jsou základem pro určený výzkum. O výběru prvků do souboru nerozhoduje náhoda, ale vlastní zkušenosti, vědomosti a úsudek. (Gavora, 2000, s. 64)

4.3 Stanovení hypotézy

V rámci našeho výzkumného šetření byla zformulována hypotéza, která ověřuje souvislost mezi pohlavím a zájmem seniorů o dobrovolnické činnosti ve Zlínském kraji.

H1: Zkušenosti seniorů s dobrovolnickými činnostmi v závislosti na jejich pohlaví.

H₀: Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zkušenostmi s dobrovolnickou činností.

H_A: Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zkušenostmi s dobrovolnickou činností.

4.4 Předpokládané metody sběru dat

Pro sběr dat pro náš výzkumný problém jsme se rozhodli použít dotazník, který je nejčastěji používanou technikou kvantitativního pedagogického výzkumu. Prostřednictvím dotazníku jsme získali odpovědi na položené výzkumné otázky a podařilo se nám dosáhnout stanovených cílů naší bakalářské práce.

Gavora (2008, s. 122) uvádí, že dotazník je určitý způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí. Jde o nejčastější metodu pro zjišťování údajů potřebných pro výzkum.

Dotazník by měl splňovat základní předpoklady, které jsou kladeny na správné měření. Jde především o validitu, reliabilitu a praktičnost. (Chráška, 2007, s. 171)

Jednotlivé položky v dotazníku mají být formulovány jednoznačně a nesmí připouštět chápání více způsoby. Je potřeba:

- opatrnost při formulaci položek typu „proč“;
- položky by měly zjišťovat jen nezbytné údaje, které se nedají získat jiným způsobem;
- položky nesmí prostřednictvím jejich formulace napovídat, jak má být na ně zodpovězeno;
- je nutno uvést jasné pokyny k vyplňování;
- dbát na to, že je potřeba získané údaje jednoduše třídit, zpracovávat a tabelovat).
- při řazení položek v dotazníku je potřeba upřednostnit pořadí, které je vhodnější z psychologického hlediska před logickým hlediskem. (Chráška, 2007, s. 169-170)

Při sestavování dotazníku jsme postupovali právě podle shora uváděných základních pravidel a požadavků pro tvorbu dotazníku. Otázky jsme vzhledem k věku respondentů formulovali krátce a srozumitelně. Snažili jsme se o časovou nenáročnost při vyplňování dotazníku.

V rámci přípravy realizovaného výzkumu jsme vytvořili pilotní dotazník, který jsme testovali na vybraném vzorku několika respondentů. Ověřili jsme tak, že došlo ke správnému pochopení otázek. Dvě otázky jsme následně upravili. Poté byly dotazníky distribuovány respondentům. Dotazníky jsme předávali osobně v průběhu měsíce ledna roku 2019 v domovech pro seniory, v klubech pro seniory a v kulturních institucích ve Zlínském kraji.

Vzhledem ke věkové struktuře zkoumaného vzorku jsme zvolili písemnou formu dotazníku. Dotazník byl zcela anonymní. Zahrnoval celkem deset položek. Otázky v dotazníku byly uzavřené, nabízely respondentům možnost výběru odpovědi. Několik položek bylo polouzavřených. Zde měli respondenti možnost vybrat si odpověď nebo vepsat odpověď jinou. Dotazník je součástí přílohy bakalářské práce

5 REALIZACE

Tato kapitola se zabývá realizační fází výzkumného šetření. Uvádíme zde podrobnou analýzu výsledků provedeného kvantitativního výzkumu a předkládáme také ověření předem stanovené hypotézy prostřednictvím testu nezávislosti chí-kvadrát pro čtyřpolní tabulku.

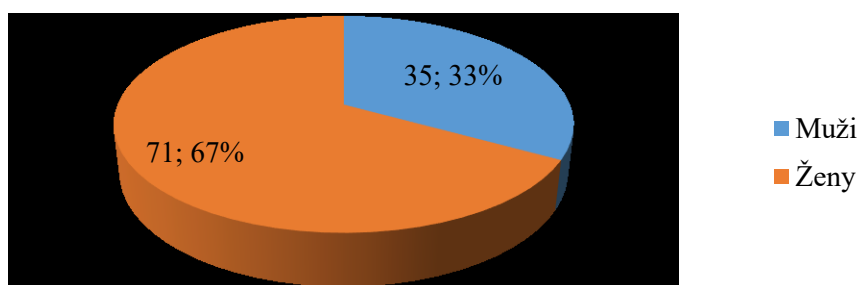
5.1 Analýza výsledků výzkumu

Kapitola se zabývá zpracováním a interpretací dat, která jsme získali prostřednictvím dotazníkového šetření. Jednotlivé položky byly postupně vyhodnoceny dle údajů uvedených v dotaznících. Veškeré údaje z dotazníků jsme zpracovali pomocí programu MS Excel. Program byl stěžejním nástrojem pro naše další vyhodnocování a znázorňování výsledků dotazníkového šetření. Grafy vytvořené pomocí Excelu předkládáme v následující analýze. Ke každému grafu uvádíme vlastní komentář, který se týká získaných údajů. V rámci realizace výzkumného šetření bylo celkem rozdáno 130 kusů dotazníků. Z celkového počtu rozdaných dotazníků se vrátilo 111 dotazníků. Pět kusů dotazníků jsme museli vyřadit z důvodů špatného nebo velmi neúplného vyplnění. Pro naše výzkumné šetření bylo tak použito 106 dotazníků. návratnost správně vyplněných dotazníků tedy činila **81,5 %**. Dá se konstatovat, že navzdory vyššímu věku respondentů byl počet vrácených dotazníků velmi uspokojivý. Vzhledem k věkové struktuře respondentů jsme se snažili volit srozumitelné a krátké otázky v jednotlivých položkách dotazníku. Také počet otázek jsme omezili pouze na deset.

Specifikace respondentů (otázky číslo 1 až 3)

Základní přehled o skladbě výzkumného vzorku nám ukázaly první tři otázky v dotazníku. První položka zjišťovala pohlaví respondentů. Druhá položka v dotazníku zkoumala nejvyšší dosažené vzdělání dotazovaných seniorů a třetí otázka nám přiblížila jejich věkovou strukturu.

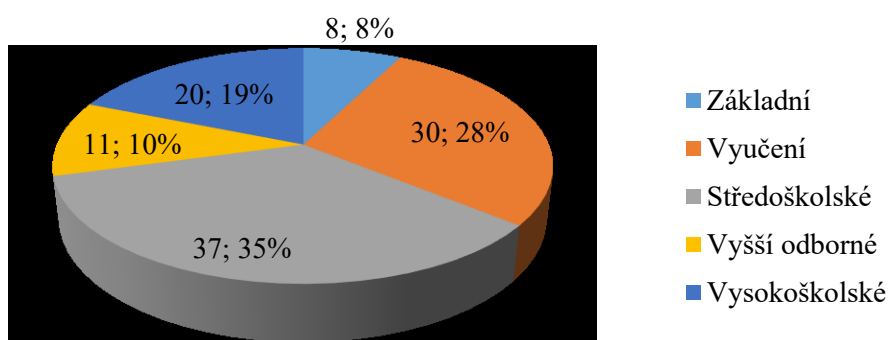
Pohlaví



Obrázek 1 Pohlaví respondentů (Zdroj: vlastní)

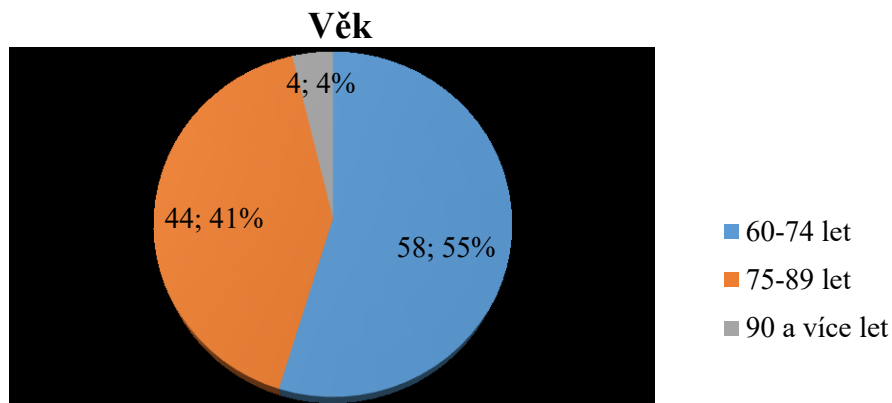
Z výzkumného šetření vyplynulo, že z celkového počtu 106 respondentů bylo 35 mužů a 71 žen. Převahu zde tvořily ženy, což vypovídá o tom, že ženy více navštěvují kulturní, zdravotnické a jiné instituce pro seniory. Také je potřeba brát na vědomí skutečnost, rapidně klesají počty žijících mužů nad 60 let věku. Jedná se o feminizaci stáří, která nám naznačuje, že ženy představují větší část populace prakticky ve všech zemích na světě.

Vzdělání



Obrázek 2 Vzdělání respondentů (Zdroj: vlastní)

Výsledky získané ve druhé položce dotazníku ukazují, že největší zastoupení má skupina respondentů se středoškolským vzděláním v počtu 37 (35 %). Následuje skupina respondentů s vyučením 30 (28 %) a se vzděláním vysokoškolským 20 (19 %). Celkem malý podíl má skupina respondentů se základním vzděláním 8 (8 %) a s vyšším odborným vzděláním 11 (10 %).



Obrázek 3 Věkové složení respondentů (Zdroj: vlastní)

Prostřednictvím této otázky jsme zjišťovali věkové složení respondentů z výzkumného vzorku. Z grafu vyplývá, že 58 respondentů (což činí 55 %) bylo ve věku 60 – 74 let, 44 respondentů (41%) bylo ve věku 75 – 89 let a pouze 4 respondenti (4%) byli ve věku 90 a více let.

Pro rozdělení položek podle věku respondentů jsme využili obecně uznávanou periodizaci lidského věku: 60 – 74 let, 75 – 89 let a 90 a více let. (Příbyl, 2015, s. 10 – 12)

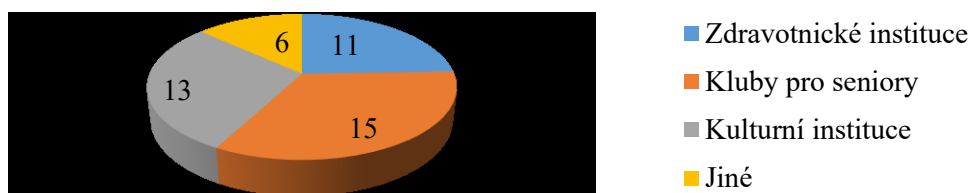
Položky týkající se dobrovolnické činnosti



Obrázek 4 Zkušenosti seniorů s dobrovolnickou činností (Zdroj: vlastní)

Pomocí čtvrté otázky jsme zjišťovali, zda mají dotazovaní senioři nějaké zkušenosti s dobrovolnickou činností. Z celkového počtu dotazovaných uvedlo 63 respondentů, což činí 59 %, že tuto zkušenost nemají. Dobrovolnickou činnost již někdy vykonávalo 43 respondentů, to je 42 %.

Instituce, kde byla dobrovolnická činnost prováděna

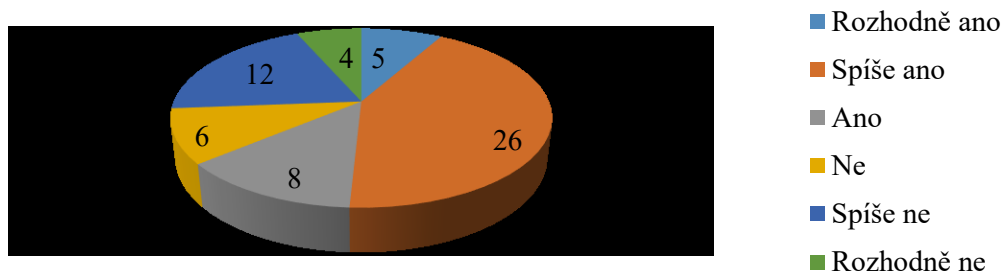


Obrázek 5 Typy institucí, kde byla prováděna dobrovolnická činnost (Zdroj: vlastní)

Otázka číslo 5 navazovala na předchozí položku v dotazníku a poskytla nám informace o institucích, ve kterých dotazovaní senioři prováděli dobrovolnickou činnost. Záměrně jsme neuváděli údaje v procentech, z důvodu, že respondenti, kteří neměli zkušenost s dobrovolnickou činností, na tuto otázku neodpovídali. Nejednalo by se o podíl z celkového počtu respondentů.

V této položce dotazníku uváděli nejčastěji respondenti (15) kluby pro seniory jako místo, kde prováděli svoji dobrovolnickou činnost. Další v pořadí byly kulturní instituce (13) a zdravotnické instituce (11). Nejmenší počet respondentů (6) uvedlo instituce jiné. Jeden respondent uvedl Charitu, kde pomáhal s nákupy a úklidem, jeden v domově důchodců a další v oblasti turistiky. Zajímavou uvedenou variantou byla pomoc jednoho respondenta v oblasti ekologie a životního prostředí.

Zájem o dobrovolnickou činnost

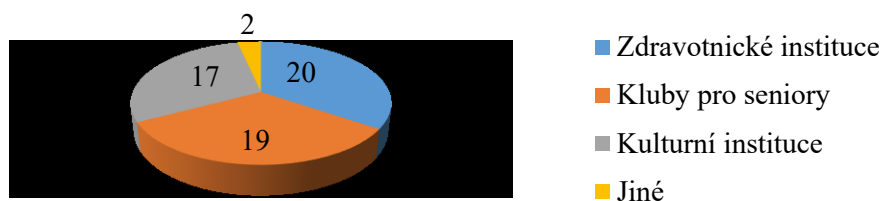


Obrázek 6 Zájem respondentů o dobrovolnickou činnost (Zdroj: vlastní)

Šestá položka v dotazníku zkoumala zájem seniorů o dobrovolnickou činnost. Opět jsme neuváděli podíl v procentech, protože respondenti měli na otázku odpovídat pouze v případě zájmu o dobrovolnickou činnost. Odpověď „rozhodně ano“ zvolilo

5 respondentů, „spíše ano“ 26 respondentů, „ano“ 8 respondentů, „ne“ 6 respondentů, „spíše ne“ 12 respondentů a „rozhodně ne“ 4 respondentů.

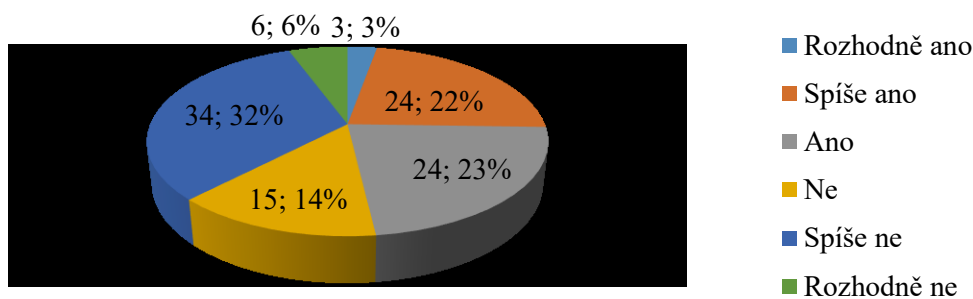
Zájem o dobrovolnickou činnost v různých typech institucí



Obrázek 7 Zájem respondentů o dobrovolnickou činnost v různých typech institucí (Zdroj: vlastní)

Otázka číslo 7 vyplňovali pouze respondenti se zájmem o dobrovolnictví, z toho důvodu opět neuvádíme podíl v procentech. Největší zájem je o dobrovolnickou činnost ve zdravotnických organizacích, těsně následuje zájem o činnost v klubech pro seniory a poté v kulturních institucích. Položku jiné vyplnili pouze dva respondenti, kteří shodně uvedli, že „neví“, kde by chtěli svoji dobrovolnickou činnost realizovat.

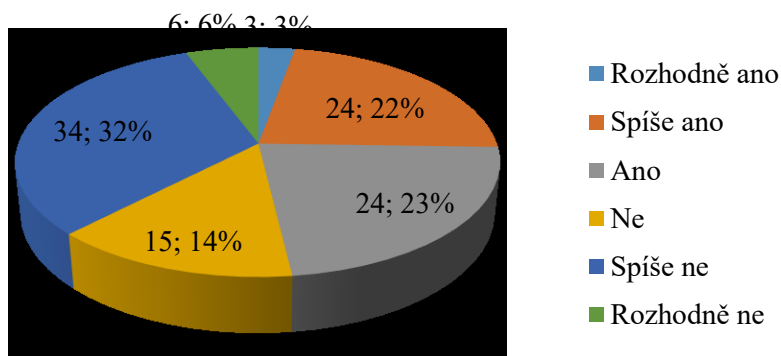
Spokojenost s nabídkou dobrovolnických aktivit



Obrázek 8 Spokojenost respondentů s nabídkou dobrovolnických aktivit pro seniory (Zdroj: vlastní)

Z výzkumů vyplynulo, že u nabídky dobrovolnických aktivit pro seniory, uvedli pouze tři respondenti (3 %), variantu „rozhodně ano“ 24 respondentů (22 %) vyplnilo odpověď „spíše ano“, odpověď „ano“ zvolilo 24 respondentů (23 %) a odpověď „ne“ 15 respondentů (14 %). „Spíše ne“ odpovědělo 34 respondentů (32 %) a „rozhodně“ ne 6 respondentů (6 %) z celkového počtu.

Informovanost o dobrovolnické činnosti

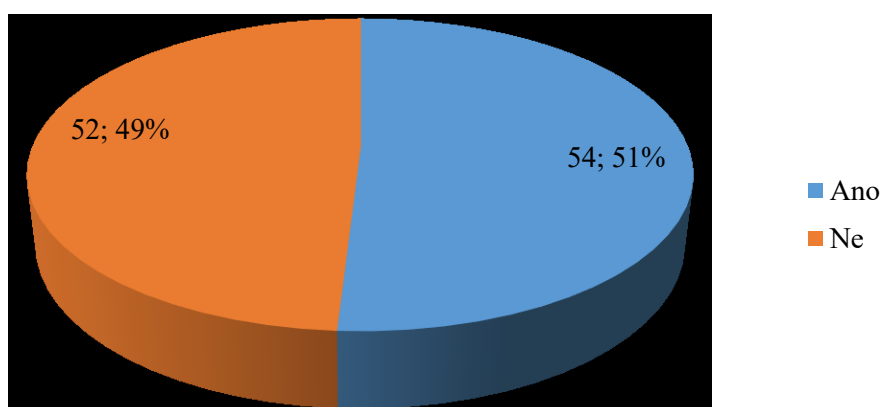


Obrázek 9 Informovanost respondentů o možnostech dobrovolnické činnosti

(Zdroj: vlastní)

Předposlední otázka v dotazníku se týkala informovanosti seniorů o dobrovolnických činnostech. Odpověď „rozhodně ano“ zvolili pouze 3 dotazovaní (3 %). „Spíše ano“ uvedlo 24 respondentů (22 %) a odpověď „ano“ rovněž 24 respondentů (22 %). Variantu „ne“ zvolilo 15 respondentů (14 %), „spíše ne“ 34 respondentů (32 %) a „rozhodně ne“ 6 respondentů (6 %).

Povědomí o dobrovolnících v okolí respondentů



Obrázek 10 Povědomí respondentů o dobrovolnících v jejich blízkém okolí (Zdroj: vlastní)

Na otázku zda se v blízkém okolí respondentů vyskytuje osoba, která pomáhá ostatním seniorům, odpovědělo kladně 54 respondentů (51 %) a záporně 52 respondentů (49 %).

5.2 Ověření hypotézy

Pracovní hypotéza, která byla zformulována již v průběhu našeho výzkumného šetření, se týkala zkušeností seniorů s dobrovolnickou činností. Tuto hypotézu jsme ověřili prostřednictvím testu nezávislosti chí-kvadrát pro čtyřpolní tabulku.

Test nezávislosti chí-kvadrát pro čtyřpolní tabulku přichází do úvahy v takovém případě, kdy proměnné jevy, mezi kterými ověřujeme souvislost, nabývají pouze dvou alternativních kvalit. Pokud jsou četnosti ve čtyřpolní tabulce příliš malé (méně než 5), lze použít Fisherův kombinatorický test (Chrásková, 2007, s. 76).

Hypotéza

H₁: Zkušenosti seniorů s dobrovolnickými činnostmi v závislosti na jejich pohlaví.

H₀: Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zkušenostmi s dobrovolnickou činností.

H_A: Předpokládáme, že neexistuje souvislost mezi pohlavím seniorů a jejich zkušenostmi s dobrovolnickou činností.

Pro ověření hypotézy jsme použili vyplněné položky z dotazníku číslo 1 a číslo 4.

	ANO	NE	Σ
Muži	6	29	35
Ženy	37	34	71
Σ	43	63	106

Tabulka 1 Zkušenosti seniorů s dobrovolnickou činností

Čtyřpolní tabulka zahrnuje jeden stupeň volnosti ($2 - 1 = 1$).

Zvolená hladina významnosti je 0,01.

Naše vypočítaná hodnota testového kritéria je $\chi^2 = 11,896$.

Kritická hodnota je $\chi^2_{0,01}(1) = 10,828$ je tedy menší, než hodnota vypočítaná. Zamítáme tedy nulovou hypotézu a přijímáme hypotézu alternativní. Alternativní hypotéza potvrzuje, že existuje souvislost mezi pohlavím dotazovaných respondentů a jejich zkušenostmi se zapojením se do dobrovolnických činností.

6 HODNOCENÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

V poslední části bakalářské práce se zabýváme celkovým shrnutím výsledků výzkumu, které jsme získali prostřednictvím dotazníkového šetření. Údaje se týkají vybrané skupiny obyvatel. Konkrétně se jedná o seniory žijící ve Zlínském kraji. Předkládáme zde také diskuzi a doporučení pro praxi.

6.1 Shrnutí výsledků výzkumu a srovnání se stanovenými cíli

V úvodu praktické části bakalářské práce jsme si stanovili hlavní cíl a dílčí cíle práce. Z analýzy výsledků výzkumu jsme zjistili, že bylo dosaženo hlavního cíle naší bakalářské práce. Celkovým záměrem bylo zjistit jaký je přístup seniorů ve Zlínském kraji k dobrovolnictví a dobrovolnické činnosti a zároveň také zjistit, jaké mají zkušenosti s těmito aktivitami. Na základě stanoveného výzkumného cíle a dílčích cílů jsme zformulovali výzkumné otázky. Z těchto otázek jsme vycházeli při sestavování jednotlivých položek našeho výzkumného nástroje (dotazníku). Naším záměrem bylo provést dotazníkové šetření pouze v rámci Zlínského kraje, což se dá považovat za jisté omezení prováděného výzkumu.

Domníváme se, že výsledky našeho prováděného výzkumu jsou z převážné části objektivní. Je nutné však brát ohledy na vyšší věk respondentů, Také je potřeba počítat s určitým nadhodnocením odpovědí v dotazníku, pokud se seniorům pokládali z jejich strany odpovědi za negativní.

Jako první krok jsme provedli pomocí prvních třech otázek v dotazníku bližší specifikaci respondentů. Převahu v našem výzkumném vzorku tvořily ženy v počtu 71, muži byli zastoupeni v počtu 35. Což svědčí o tom, že ženy více navštěvují různé volnočasové instituce. Dále také, že jsou ochotnější k vyplňování dotazníku. A v neposlední řadě o tom, že mužů nad 60 let věku žije podstatně méně než žen. Druhá položka nám poskytla odpověď na to, jaké nejvyšší dosažené vzdělání mají respondenti. Nejvíce zastoupenou skupinou byli středoškoláci (35 %), senioři s vysokoškolským vzděláním (19%) a s vyučením. Třetí položka nám zmapovala věkovou strukturu výzkumného vzorku. Nejvíce zastoupeni byli senioři ve věku 60 – 74 let (41 %), následovali senioři ve věku 75 – 89 let a ve věku 90 a více se zapojili do dotazníkového šetření pouze 4 % seniorů. Tento fakt koresponduje s teoretickou částí naší bakalářské práce, ve které se zmiňujeme o stáří a stárnoucí populaci.

Jaký je zájem seniorů o dobrovolnické aktivity?

Zájem seniorů o dobrovolnické aktivity jsme zjišťovali prostřednictvím otázek číslo 6 a číslo 7. Dle našeho očekávání z vyhodnocených údajů vyplynulo, že zájem seniorů o dobrovolnickou činnost ve Zlínském kraji není nadpoloviční, ale vzhledem k věku respondentů je celkem uspokojivý. Tato skutečnost nám prokazuje, že senioři jsou i přes svůj vyšší věk ochotni pomáhat druhým lidem. Nejčastěji se přikláněli k pomoci ve zdravotnických zařízeních, což svědčí o tom, že zde buď žijí, nebo často do nich docházejí.

Jak ovlivňuje pohlaví seniorů jejich zájem o dobrovolnické činnosti?

Otázku jsme ověřovali prostřednictvím stanovené hypotézy (**H1 Zkušenosti seniorů s dobrovolnickými činnostmi v závislosti na jejich pohlaví**). Zamítli jsme nulovou hypotézu a alternativní hypotéza nám potvrdila, že existuje souvislost mezi pohlavím dotazovaných respondentů a jejich zkušenostmi se zapojením se do dobrovolnických činností.

Jaké jsou zkušenosti seniorů s dobrovolnickou činností a v jakých typech organizací?

Z hlediska věku seniorů nás zajímalo, zda mají respondenti zkušenosti s nějakou dobrovolnickou činností. Na tuto otázku téměř polovina respondentů 43 (41%). Odpověděla kladně. Překvapivé bylo zjištění, že tato činnost je převážně omezena na tři typy institucí, a to Kluby pro seniory, Kulturní instituce a Zdravotnická zařízení.

Jak jsou senioři spokojeni s nabídkou aktivit v dobrovolnických organizacích?

Za důležité jsme pokládali zjistit, zda jsou senioři spokojeni s nabídkou dobrovolnických aktivit ve Zlínském kraji. Z výzkumu vyplynulo, že pouze polovině respondentů připadá nabídka dostačující. Proto usuzujeme, že by bylo vhodné více se zaměřit na rozšíření nabídky do více oblastí.

Jak jsou senioři spokojeni s informovaností o dobrovolnických aktivitách v jejich okolí?

Podobně jako u předchozí otázky nás zajímalo, zda jsou senioři spokojeni s informovaností o dobrovolnických aktivitách ve Zlínském kraji. Více než polovina respondentů vyjádřila svoji nespokojenost s informovaností o dobrovolnických aktivitách v jejich okolí. Možnost nápravy této skutečnosti uvádíme v doporučení pro praxi.

6.2 Diskuze

Mnozí mladší lidé považují starší lidí (seniory) za osoby, které potřebují pouze naši péči. Velmi málo se hovoří o tom, že mezi námi existuje spousta aktivních seniorů, kteří vykonávají dobrovolnickou činnost. Právě programy organizované se seniory a zároveň pro seniory byly hlavním tématem konference nazvané „Komunita seniorovi, senior komunitě“. Tato konference se konala již v roce 2015 v prostorách neziskové organizace Život90. Zazněly zde skutečnosti, že senioři nejsou pouze lidé s mnohými zdravotními problémy a pohybovými omezeními. Velké počet seniorů žije velmi aktivně. Například zhruba čtyřicet procent členů Klubu českých turistů dosahuje seniorského věku. Působí zde většinou jako dobrovolníci průvodci (Budupomahat.cz, 2019 ©). Ve výsledcích našeho výzkumu uvedl pouze jeden respondent, že vykonával dobrovolnickou činnost právě v oblasti turistiky. Tento fakt nám ukazuje, ve Zlínském kraji není zřejmě tento typ dobrovolnické činnosti seniory velmi oblíben nebo nejsou dostatečně o této možnosti aktivní pomoci informováni.

Podobnému výzkumu se věnuje autorka Marcela Petrova Kafková v práci nazvané „Dobrovolnictví seniorů jako součást aktivního stárnutí“. Uvádí zde, že starší lidé jsou potenciálním zdrojem dobrovolníků a dobrovolnictví. Tato skutečnost je vnímána jako prospěšná pro jednotlivé osoby i celou společnost. Zjištění uvedeného výzkumu nevykazují žádné rozdíly v dobrovolnictví na základě věku. Dále popisují, že míra dobrovolnictví v naší společnosti se od počátku 90. let nezměnila (Ceeol.com, 2019 ©). Právě tento fakt koresponduje s výsledky našeho výzkumu, že respondenti uváděli ve větší míře ve svých odpovědích, že nabídka a informovanost o dobrovolnických službách není pro ně nedostačující. Výsledky našeho výzkumu také ukazují, že zájem dotazovaných o dobrovolnickou činnost je poměrně uspokojivý i v jejich pokročilém věku.

Trend dobrovolnictví je především v západních zemích, USA a Kanadě už dlouho nedílnou součástí činnosti mnoha kulturních organizací. Také u nás se dostává do povědomí populace. Zuzana Ježková v závěru svého vystoupení na konferenci nazvané „Senioři – dobrovolníci, spolupracovníci a partneři v knihovnách“, upozornila na novou publikaci (Dobrovolníci pro kulturu), která fenomén dobrovolnictví představuje a zmiňuje možnosti zapojení. Tento trend koresponduje s výsledky našeho výzkumu, kde 17 respondentů projevilo zájem o dobrovolnickou činnost v kulturních institucích a 13 respondentů již zde tuto činnost realizuje. (Ikaros.cz, 1997-2017©)

6.3 Doporučení pro praxi

Z výsledků výzkumného šetření vyplývá, že přístupy seniorů ve Zlínském kraji jsou spíše pozitivní. Zájem seniorů o dobrovolnictví je uspokojující. Podle zjištěných skutečností o nedostatečné informovanosti seniorů o možnostech vykonávání dobrovolnických činností ve Zlínském kraji navrhujeme zlepšit informovanost seniorů v oblasti této problematiky, neboť nepovažujeme dosavadní informace za dostačující. Doporučuje, aby předávání informací probíhalo formou různých přednášek, školení. Další formou šíření informací je také distribuce vhodných informačních materiálů. Osvěta v oblasti dobrovolnických aktivit by tak mohla působit seniory a vést k jejich většímu zájmu o dobrovolnictví.

Dále právě na základě zjištěných skutečností o nedostatečné informovanosti seniorů o možnostech dobrovolnické činnosti v jejich okolí a projevené nespokojenosti nadpoloviční většiny respondentů s nabídkou dobrovolnických aktivit pro seniory doporučujeme lepší propagaci aktivit pro dobrovolníky. Doporučujeme, aby tato propagace byla realizována za pomoci aktivních seniorů, kteří už mají určitě zkušenosti s dobrovolnickou činností.

Dále také navrhujeme především rozšířit kampaň v klubech seniorů, kulturních zařízeních, domovech s pečovatelskou službou, domovech důchodců a jiných zařízeních nebo institucích, kde senioři žijí, pravidelně tyto místa navštěvují nebo se zde scházejí se svými vrstevníky. Je nutné zapojit kvalifikované odborníky, kteří by v těchto zařízeních působili.

Bylo by také vhodné vytvořit a realizovat projekty související s dobrovolnictvím seniorů například i ve školství, což by byla podle našeho názoru zároveň velmi vhodná mezigenerační spolupráce prospěšná zároveň pro seniory i děti.

ZÁVĚR

V dnešní době každý z nás pociťuje vnitřní potřebu se zabývat stářím. Což je velmi citlivá záležitost. Přibývá mnoho starších lidí a řeší se otázka, jak je můžeme začlenit zpátky do společnosti a společenského života proto, aby plně využili svůj potenciál pro aktivní činnosti. Téma své bakalářské práce jsem si zvolila proto, neboť stáří čeká každého i mě samotnou.

V bakalářské práci jsme se zaměřili na dobrovolnictví seniorů a aktivní stárnutí populace. V teoretické části jsme se věnovali teoretickým východiskům, dále vztahem zvoleného tématu k našemu studovanému předmětu Sociální pedagogiky a obeznámili jsme se s pojmy, které umožní lepší orientaci v určité oblasti. Zaměřili jsme se na historii dobrovolnictví, jeho definicí, formami a popsali jsme dobrovolnickou činnost a hlavně osobou konanou dobrovolnickou činnost, samotného dobrovolníka. V další kapitole jsme věnovali pozornost stáří a aktivnímu stárnutí. Popsali jsme definici stáří, změnu sociálního statusu jedince, kdo je senior a co určuje kvalitu života, posledním pojmem této kapitoly byl ageismus.

V praktické části jsou uvedeny výsledky dat, získaných dotazníkovým šetřením. Zjišťovali jsme, jaký je zájem aktivních seniorů ve Zlínském kraji o dobrovolnictví. Po té bylo zpracováno vyhodnocení získaných dat a zaznamenáno do grafů a tabulek.

Domnívám se, že oblasti dobrovolnictví a aktivního stárnutí, by mohly posloužit k mnohem větší informovanosti a pozornosti ve společnosti a zjištěné poznatky by mohly být nápomocny pro tvorbu dalších výzkumů. Pro společnost je důležité, aby se těmito tématy více zabývala. Zvolené téma bakalářské práce bylo pro mě velkým přínosem.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BAKOŠOVÁ, Zlatica. *Sociálna pedagogika ako životná pomoc*. Bratislava: Public promotion, s.r.o., 2007. ISBN 978-80-969944-0-3.

BALOGOVÁ, Beata. MRAČKOVÁ, Alžběta. REPKOVÁ, Květoslava. *Dobrovolníci a sociální práce*. Sociální práce: Dobrovolníci a sociální práce. 2011, roč. 11, č. 4, ISSN 1213-6204.

BALVÍN, Jaroslav a Július TANCOŠ. *Romové a sociální pedagogika: 18. setkání Hnutí R v Přerově a Levoči, 7. -9. června 2001*. Ústí nad Labem: Hnutí R, 2001. ISBN 80-902461-4-1.

Budupomahat. In: Budupomáhat.cz [online]. © 2019 [cit. 2019-20-04]. Dostupné z: <http://www.budupomahat.cz/>.

ČORNANIČOVÁ, Rozália. *Edukácia seniorov: vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku*. Bratislava: Univerzita Komenského, 1998. ISBN 80-223-1206-1.

FARKOVÁ, Marie. *Dospělost a její variabilita*. Praha: Grada, 2009. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2480-5.

FRIČ, Pavol a kol. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice: (výsledky výzkumu NROS a Agnes)*. Praha: NROS, 2001. ISBN 80-902633-7-2.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2008. ISBN 978-80-223-2391-8.

HARTL, Pavel. *Psychologický slovník*. Praha: J. Budka, 1994. ISBN 80-901549-0-5.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990. Pyramida (Panorama). ISBN 80-7038-158-2.

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

HOLMEROVÁ, Iva, Božena JURAŠKOVÁ a Květuše ZIKMUNDOVÁ. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: Česká alzheimerovská společnost, 2003. ISBN 80-86541-12-6.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada Publishing, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

IKAROS.CZ [online]. © 1997-2017 [cit. 2019-02-15]. Dostupné z: <https://ikaros.cz/cpk1-potreby-navstevniku-a-uzivatelu-knihoven-ve-vztahu-k-centralnimu-portalu-knihoven>.

JANDOUREK, Jan. *Sociologický slovník*. Vyd.1. Praha: Portál, 2001. ISBN 978-80-7367-269-0.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5535-9.

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

JEDLIČKA, Václav. *Praktická gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 1991. ISBN 80-7013-109-8.

KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese: psychoterapeutické kapitoly pro sociální, pedagogické a zdravotnické profese*. 4. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-429-X.

KOUKOLÍK, František. *Mozek a jeho duše*. 4., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Galén, c2014. Makropulos. ISBN 978-80-7492-069-1.

KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-383-3.

KRŇANSKÁ, P. Program Grundtvig a podpora dobrovolnických aktivit v rámci Evropy. Praha: Dům zahraničních služeb, 2012. ISBN 978-80-87335-31-4.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3604-4.

MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-549-0.

MINISTERSTVO VNITRA ČESKÉ REPUBLIKY. Dobrovolnická služba [online]. MVČR, © 2019 [cit. 2019-20-04]. Dostupné z <https://www.mvcr.cz/clanek/dobrovolnicka-sluzba-500539.aspx>

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004. ISBN 978-80-210-5029-7.

MÜLLEROVÁ, Magdalena, ed. *Dobrovolníci pro kulturu: dobrovolnická činnost v kulturních organizacích*. Praha: Česká kancelář programu Culture nákladem Institutu umění - Divadelního ústavu, 2011. ISBN 978-80-7008-268-3.

NĚMEC, Jiří. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.

OCHMAN, Małgorzata a Paweł JORDAN. *Dobrovolníci: cenný zdroj*. Baltimore: The Johns Hopkins University Institut for Policy Studies, 1997. 32 s. Budování udržitelných neziskových organizací ISBN 1886333297.

PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 8020100768.

PALMORE, E. - *Ageism: negative and positive*. New York, Springer, 1990.

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

ŠIMKOVÁ, Svatava, 2011. *Dobrovolníci mění svět: sborník příkladů dobré praxe*. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT. ISBN 978-80-87449-15-8.

ŠTÍPOŠOVÁ, Iveta, *Dobrovolnictvo – služba so srdcom*. Sociální práce: Dobrovolníci a sociální práce, 2011, roč. 11, č. 4, ISSN: 1213-6204.

TOMEŠ, Igor a Kateřina ŠÁMALOVÁ. *Sociální souvislosti aktivního stáří*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017. ISBN 9788024636122.

TOŠNER, Jiří a Olga SOZANSKÁ. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7367-178-6.

TOŠNER, Jiří a Olga SOZANSKÁ. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-178-6.

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

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Základy pedagogiky volného času*. B.v. Brno: Paido, 1995. Edice pedagogické literatury. ISBN 8090173799.

WHO. *Active Ageing A Policy Framework*. [online]. ©2019 [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67215/1/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf

ZAVÁZALOVÁ, Helena. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 80-246-0326-8.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Apod. A podobně.

Aj. A jiné.

č. číslo.

ČR Česká republika.

např. například

s. strana

OSN Organizace spojených národů

WHO Světová zdravotnická organizace

SEZNAM OBRÁZKŮ

- Graf č. 11 Pohlaví respondentů
- Graf č. 2 Vzdělání respondentů
- Graf č. 12 Věkové složení respondentů
- Graf č. 13 Zkušenosti seniorů s dobrovolnickou činností
- Graf č. 14 Typy institucí, kde byla prováděna dobrovolnická činnost
- Graf č. 15 Zájem respondentů o dobrovolnickou činnost
- Graf č. 16 Zájem respondentů o dobrovolnickou činnost v různých typech institucí
- Graf č. 17 Spokojenost respondentů s nabídkou dobrovolnických aktivit pro seniory
- Graf č. 18 Informovanost respondentů o možnostech dobrovolnické činnosti
- Graf č. 19 Povědomí respondentů o dobrovolnících v jejich blízkém okolí

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1 Zkušenosti seniorů s dobrovolnickou činností

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha PI – Dotazník

Příloha PII – Rešerše použité literatury

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

DOBROVOLNICTVÍ AKTIVNÍCH SENIORŮ VE ZLÍNSKÉM KRAJI

Vážená paní, vážený pane, studuji 3. ročník bakalářského kombinovaného studia „Sociální pedagogika“ na Fakultě humanitních studií UTB ve Zlíně a vzhledem k tomu bych Vás chtěla požádat o vyplnění dotazníku. Do rukou se Vám dostává dotazník, jehož cílem je získat informace o zapojení seniorů do dobrovolnických činností ve Zlínském kraji. Údaje z dotazníku budou použity pro účely vypracování praktické části mé bakalářské práce na téma: „Dobrovolnictví aktivních seniorů ve Zlínském kraji“.

Dotazník je anonymní a veškeré z něho získané informace budou použity pouze v mé bakalářské práci.

Předem Vám děkuji za Vaši pomoc při vyplnění dotazníku a stráveného času u něj.

Krajčová Radana

1. Jaké je Vaše pohlaví?

- muž
- žena

2. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- základní
- vyučení
- středoškolské
- vyšší odborné
- vysokoškolské

3. Jaký je Váš věk?

- 60 – 74 let
- 75 – 89 let
- 90 a více let

4. Máte zkušenost s dobrovolnickou činností?

- Ano (pokračujte otázkou č. 5, otázku č. 6 a č. 7 nevyplňujte)
- Ne (pokračujte otázkou č. 6)

5. V jakých institucích jste svou dobrovolnickou činnost prováděli?

- Zdravotnické instituce
- Kluby pro seniory
- Kulturní instituce
- Jiné (vypište).....

6. Měli byste zájem o dobrovolnickou činnost?

- Rozhodně ano
- Spíše ano
- Ano
- Ne
- Spíše ne
- Rozhodně ne

7. Kde byste chtěli provádět dobrovolnickou činnost?

- Zdravotnické instituce
- Kluby pro seniory
- Kulturní instituce
- Jiné (vypište).....

8. Myslíte si, že je dostatečná nabídka dobrovolnických aktivit pro seniory?

- Rozhodně ano
- Spíše ano
- Ano
- Ne
- Spíše ne
- Rozhodně ne

9. Myslíte si, že jsou informace o možnostech dobrovolnické činnosti pro Vás dostačující?

- Rozhodně ano
- Spíše ano
- Ano
- Ne
- Spíše ne
- Rozhodně ne

10. Je ve Vašem blízkém okolí osoba, která pomáhá ostatním seniorům?

- Ano
- Ne

Ještě jednou děkuji za Váš čas při vyplňování dotazníku.

PŘÍLOHA PII – REŠERŠE POUŽITÉ LITERATURY

Gerontopedagogika - Pavel Mühlpacher

MÜHLPACHR, Pavel, 2004. Gerontopedagogika. Brno: Masarykova univerzita v Brně, Pedagogická fakulta. ISBN 80-210-3345-2. Autor se v knize zabývá stářím, jako fenoménem ve společnosti, seniory z pohledu sociální patologie, představuje epistemologická východiska speciální pedagogiky a tabu seniorské populace. Dále se zabývá ústavní péčí jako formu socioedukativní pomoci a vzděláváním seniorů jako formou socioedukativního zájmu.

Sociologie stáří a seniorů – Petr Sak, Karolína Kolesárová

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. Sociologie stáří a seniorů. 1. vyd. Praha: Grada, 2012, 225 s. Sociologie (Grada). ISBN 978-802-4738-505. Autoři se v knize věnují empirickým poznatkům života seniorů dnešní doby. Věnují se stáří jako životní fázi, ukazují jaký potenciál člověka ve stáří a dokladují nepřipravenost státu na stárnutí společnosti.

Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu – Miroslav Chráska

CHRÁSKA, Miroslav. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Vyd. 1. Praha: Grada, 2007, 265 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1369-4. Knihy P. Gavory a M. Chrásky jsou úvodem do pedagogického výzkumu. Objasňují pojmy kvantitativní a kvalitativní výzkum, vymezení výzkumného problému, stanovení hypotéz, sběr dat, používání výzkumných metod a vysvětlují jak správně vyhodnotit získané údaje. Obě knihy teorii vysvětlují pomocí příkladů, které mají čtenářům pomoci porozumět výkladu.

Vývojová psychologie II – Marie Vágnerová

VÁGNEROVÁ, Marie, 2007. Vývojová psychologie II: dospělost a stáří. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1318-5. Autorka se zabývá pochopením daného úseku lidského života jedince, kterým je dospělost a stáří. Zaměřuje se zejména na změny ve vývoji, mezilidské vztahy ale i na socializaci jedince. Změny můžeme pozorovat nejen u primárních sociálních rolí dospělosti, ale i u psychických funkcí, především kognitivních taktéž emotivně-regulačních. Stárnutí či stáří bývá často vykládáno jako souhrnný proces obsahující nejen tělesnou, sociální, ale i psychickou složku. Knihu je možno doporučit nejen studentům, ale i pro široké veřejnosti.

Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie – Křivohlavý Jaro

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3604-4. Hlavním zaměřením autora knihy jsou pozitivní a nadějně rysy stárnutí z hlediska pozitivní psychologie, v pozadí však nezůstávají negativní jevy. Obrovský důraz klade autor na vnitřní postoje lidí a na přístupu k sobě samým, ke druhým a ke všem změnám v životě v průběhu procesu stárnutí jako je například zdravotní stav nebo otázka smysluplnosti života.

