

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra praktické teologie

Bakalářská práce

VÝZNAM DOBROVOLNICTVÍ
V DOMOVECH PRO SENIORY

Vedoucí práce: Mgr. Lenka Motlová

Autor práce: Barbora Rybářová

Studijní obor: Sociální a charitativní práce

Forma studia: Prezenční

Rok: 2010

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

31. března 2010

.....

Děkuji vedoucí bakalářské práce Mgr. Lence Motlové
za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

OBSAH

OBSAH.....	5
ÚVOD.....	7
TEORETICKÁ ČÁST	9
1 DOBROVOLNICTVÍ.....	9
1.1 Vymezení pojmů	9
Dobrovolník	9
1.1.1 Dobrovolnictví	10
1.1.2 Dobrovolnické centrum.....	11
1.1.3 Dobročinnost.....	11
1.1.4 Dárcovství	12
1.2 Kdo se věnuje dobrovolné činnosti	12
1.3 Motivy dobrovolné činnosti.....	14
1.4 Typické oblasti dobrovolnictví.....	15
1.4.1 Ekologie, ochrana přírody a životního prostředí.....	15
1.4.2 Humanitární organizace a organizace na ochranu lidských práv	15
1.4.3 Sociální a zdravotní oblast	16
1.4.4 Kulturní oblast.....	16
1.4.5 Sportovní, volnočasová a vzdělávací činnost.....	16
1.4.6 Zahraniční dobrovolná služba.....	16
1.5 Spolupráce s dobrovolníkem.....	17
Výběr a výcvik dobrovolníka.....	17
1.5.1 Smlouva	18
1.5.2 Kodex dobrovolníka.....	18
Koordinátor dobrovolníků.....	19
Kontaktní osoba	20
Supervize.....	20
1.6 Dobrovolnictví a zákon	21
2 SENIOŘI.....	22
2.1 Stárnutí.....	22
2.2 Stáří.....	22
2.3 Životní změny ve stáří.....	24
2.4 Péče o seniora.....	25
2.4.1 Domov pro seniory.....	26
2.5 Potřeby seniora	27
2.5.1 Soběstačnost.....	29

2.5.2	Úcta, autonomie a lidská důstojnost.....	29
2.5.3	Principy přístupu a péče o seniora	30
2.6	<i>Komunikace se seniorem a její specifika</i>	31
2.6.1	Naslouchání.....	31
2.6.2	Specifické obtíže	32
2.6.3	Zásady komunikace se seniorem.....	33
3	DOBROVOLNICTVÍ V DOMOVECH PRO SENIORY	34
3.1	<i>Možnosti dobrovolnictví a činností se seniory</i>	34
3.2	<i>Přínos dobrovolnictví</i>	36
3.2.1	Přínos dobrovolníků organizaci	36
	Přínos dobrovolnictví pro seniory	37
	Přínos dobrovolnictví pro dobrovolníka	37
	PRAKTICKÁ ČÁST	39
4	CÍL PRÁCE	39
5	METODIKA	39
5.1	<i>Metody a techniky sběru dat</i>	39
5.2	<i>Místo a termín realizace výzkumu</i>	40
5.3	<i>Charakteristika zkoumaného souboru</i>	40
5.3.1	Informace o dobrovolnictví v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích	41
6	VÝSLEDKY	42
6.1	<i>Výsledky polořízeného rozhovoru s respondenty Dobrovolnického programu</i>	42
6.2	<i>Výsledky polořízeného rozhovoru s respondenty domova Máj</i>	54
7	DISKUZE.....	61
8	ZÁVĚR.....	66
9	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	67
10	SEZNAM PŘÍLOH.....	72
	ABSTRAKT	75
	ABSTRACT	76

ÚVOD

Dobrovolnictví je mi blízké již několik roků. Od dob střední školy jsem v několika zařízeních jako dobrovolník působila a tato činnost se stala součástí mého života. Při výběru tématu bakalářské práce hrála tato skutečnost poměrně velkou roli. Rozhodnutí pro dané téma podpořil i můj zájem o program dobrovolnictví v domovech pro seniory, se kterým jsem doposud zkušenosti neměla. Právě díky tématu bakalářské práce jsem se zapojila do programu dobrovolnictví v Domově pro seniory Máj a začala získávat nové poznatky a zkušenosti. Ty jsem potom mohla využít zpětně při zpracování dané problematiky.

Bakalářská práce je rozdělena na 2 části, teoretickou a praktickou. V teoretické části se věnuji tématu dobrovolnictví, zabývám se obdobím stáří a předkládám vzájemné působení těchto dvou celků. S pojmem dobrovolnictví uvádím další blízké termíny, které usnadňují přehled v dané problematice. Zmiňuji se o motivaci dobrovolníků, která může celý průběh dobrovolnictví ovlivnit. Práce s dobrovolníky vyžaduje určitou metodiku, ze které vybírám a předkládám informace, které považuji za základní. Poměrně novou skutečností v kontextu historie dobrovolnictví se jeví zákon, který dobrovolnickou činnost upravuje.

Stáří je z pohledu společnosti někdy nepopulárním a s předsudky spojeným obdobím. Proto se snáším tuto fázi života přiblížit s jejími specifiky a souvisejícími skutečnostmi. Myslím si, že každý kdo je v nějakém užším kontaktu se seniorem, byl měl znát jeho potřeby a mít zvolený úctu zachovávající přístup, tím spíše dobrovolník. Možnosti činností dobrovolníka se seniorem a jeho přínos pro zainteresované strany zmiňuji v závěru teoretické části. Za stěžejní literaturu v oblasti dobrovolnictví považuji publikace od Tošnera (a spoluautorů), který je zástupcem Národního dobrovolnického centra Hestia. Z materiálů a publikací, které toto centrum zpřístupňuje pro veřejnost na svých internetových

stránkách, jsem čerpala také. Publikace od Pichauda a Thareauové: Soužití se staršími lidmi mě provázela tématem stáří a jeho problematikou, stejně tak jako Gerontologie a geriatrie od Kalvacha či Problematické situace v péči o seniora od Venglářové. Z bakalářských prací se mému tématu blíží práce Jana Talicha: Očekávání dobrovolníků od dobrovolnické činnosti v nemocnici, který se zaměřuje na 2 programy dobrovolnictví v nemocnicích. Tyto programy jsou v některých náležitostech blízké programu dobrovolnictví v domovech pro seniory. Pozornost Domovu pro seniory Máj věnuje Tereza Koutská ve své bakalářské práci, která má název Srovnání péče domovů důchodců v Českých Budějovicích.

Praktická část obsahuje výzkum, jehož cílem je zjistit, jestli má dobrovolnictví přínos v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích. Výzkum byl prováděn kvalitativní formou, zvolenou technikou byla metoda dotazování – položený rozhovor s otevřenými otázkami. Respondenty tvořili klienti zmíněného domova pro seniory a dobrovolníci programu Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Pro ucelenější přehled o dobrovolnictví v Domově pro seniory Máj, tento stručně charakterizují. Výsledky výzkumu, tedy jednotlivé rozhovory s respondenty tvoří součást praktické části. Srovnání těchto rozhovorů mezi sebou a náležitou literaturou probíhá v diskuzi. V příloze přikládám dotazníky použité při rozhovorech s oběma typy respondentů.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Dobrovolnictví

1.1 Vymezení pojmů

Dobrovolník

Pojem dobrovolník vznikl spojením slov dobro a vůle. Z toho lze odvodit, že se jedná o člověka, který něco činí z dobré vůle pro druhé.¹ Není to ale úplné vyjádření podstaty dobrovolníka, pro přesnější vymezení uvedu následující definici: „Dobrovolník je člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, svoji energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti.“² Pro další charakteristiku dobrovolníka je potřeba říci, že je to normální člověk, který má vyvinutý cit pro potřeby okolí a jak již zaznělo, není placený za svou činnost. To co získává, je nevyčíslitelný pozitivní pocit z pomoci ostatním, zkušenosti a mnohdy i přátelství. Dále je to ten, kdo se nebojí udělat jednoduchý, byť důležitý krok pro to, aby se zapojil do činnosti, která v institucích není dostatečně zajišťována. Také věnuje část svého volného času pro to, aby vyplnil prázdný čas jiným nebo pomohl zajistit aktivitu, kterou by jinak stěží někdo vykonával.³ Oproti zaměstnancům, rodině či praktikantovi je dobrovolník svobodnější. Zároveň jsou pro něho bezprostřední komunikace

1 Srovnej: B. A. *Sborník přednášek z XI. konference Společnosti sociálních pracovníků*. Praha: JAN, 2000. 109 s. ISBN 80-85529-81-5 (Dále jako: Sborník přednášek) s. 53

2 TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. 149 s. ISBN 80-7367-178-6. Str. 35 (Dále jako: Dobrovolníci a metodika)

3 Srovnej: B. A. Kdo jsou to dobrovolníci[online]. Citováno dne: 21.02.2010. Dostupné z WWW: <http://www.dobrovolnik.cz/1_lide.shtml>

a spontánní mezilidské vztahy důležitými hodnotami, pro které se do dobrovolné činnosti zapojil.⁴

1.1.1 Dobrovolnictví

Dobrovolnictví je nekariérní činnost, kterou lidé dělají za účelem pomoci svým blízkým, komunitě nebo společnosti.⁵ Také je prostorem relativní svobody a místem pro tvořivost. Oblastí, kde cílem není výkon. Sférou, kde je možné mít k někomu potřebnému osobní vztah a pozorovat, zda má nějakou prospěšnost.⁶ „Dobrovolnictví není obět', ale přirozený projev občanské zralosti. Přináší konkrétní pomoc tomu, kdo ji potřebuje, ale zároveň poskytuje dobrovolníkovi pocit smysluplnosti, je zdrojem nových zkušeností a dovedností a obohacím v mezilidských vztazích.“⁷

Dobrovolnictví má několik podob. Nejznámější a nejčastější pomoc se odehrává v kruhu rodinném, mezi přáteli či sousedy. Tato forma se nazývá občanská nebo též sousedská výpomoc. Kromě toho může člověk působit ve spolku, komunitě, ve farním společenství, u sportovního klubu atd., kde svou činností prospívá ostatním a zároveň i sobě. Taková činnost se označuje jako dobrovolnictví vzájemně prospěšné. Třetím typem je dobrovolnictví veřejně prospěšné. Na něm budují neziskové organizace a bývá organizováno či zprostředkováno dobrovolnickými centry.⁸

4 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*, s. 36-37.

5 Srovnej: MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003. 287 s. ISBN 80-7178-549-0. Str. 55

6 Srovnej: MATOUŠEK, O. *Ústavní péče*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1995. 138 s. ISBN 80-85850-08-7.. Str. 124

7 TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*, s. 18

8 Srovnej: Tamtéž, s. 36

1.1.2 Dobrovolnické centrum

Dobrovolnické centrum se zaměřuje na spolupráci s organizacemi, které hledají dobrovolníky. Pomáhá s jejich nalezením, vyškolením a koordinováním jejich činnosti. Zároveň vytváří podmínky pro co největší přínos dobrovolníků v zařízeních tak, aby z toho měli i dobrovolníci pocit radosti a cítili se užiteční.⁹ Dále vytváří vlastní dobrovolnické programy, které řeší aktuální potřeby, například program pro nezaměstnané, atp. Podílí se na spolupráci s obcemi, kraji a ministerstvy. Snaží se propagovat myšlenku dobrovolnictví prostřednictvím masmédií, kde spolupracují na dokumentech, tvoří webové stránky atp. Důležitou součástí činnosti centra je mezinárodní spolupráce, jak ve smyslu propojení s mezinárodními dobrovolnickými organizacemi, účastí na mezinárodních konferencích či spoluúčast na mezinárodních dobrovolnických projektech.¹⁰ „Dobrovolnická centra mohou být regionální (například DC Ústí n. L.), specializovaná (DC KID působící při Fakultní nemocnici Motol) a celostátní (Hestia – Národní dobrovolnické centrum).“¹¹

1.1.3 Dobročinnost

Sám název prozrazuje, že se jedná o činění dobra. Pod tímto poměrně všeobecným pojmem se také skrývají rozmanité aktivity, které jsou motivované láskou k bližnímu a snahou pomoci ostatním.¹² Souvisí s ním i latinský název filantropie, který se překládá jako dobročinnost, lidumilnost nebo bratrská pomoc

9 Srovnej: B. A. Materiál ke školení dobrovolníků [online]. © 2007. Citováno dne 20. 02. 2010. Dostupné z WWW: <<http://www.dcfm.cz/download/skoldobr.pdf>>

10 Srovnej: TOŠNER, J. *Dokumentace dobrovolnických center a programů. Studijní materiály pro kurz koordinátorů dobrovolníků.* [online]. Citováno dne 20. 02. 2010 Praha: Hestia, poslední aktualizace leden 2009. Dostupné z WWW: <<http://www.hest.cz/pruvodce.shtml>>

11 NOVOTNÝ, M. et al. *Dobrovolnictví středoškoláků.* [online]. Praha: Hestia, 2003. Citováno dne 20. 02. 2010 Dostupné z WWW: <<http://www.hest.cz/ruzne/ManualDobrStudentu.pdf>>

12 Srovnej: HLADKÁ, M. *Teoretické vymezení filantropie v kontextu dnešní společnosti.* [online]. Citováno dne 22. 02. 2010 © 2006 - 2010 CVNS. Dostupné z WWW: <http://www.e-cvns.cz/soubory/1Znojmo_2009.pdf>

slabšímu.¹³ Autoři Tošner a Sozanská uvádějí, že dobročinnost jakožto občanská ctnost má své kořeny v židovské morálce, a že ji lze rozdělit do dvou forem dárcovství a dobrovolnictví.¹⁴

1.1.4 Dárcovství

Tento pojem se zdá poměrně srozumitelný, je zřejmé, že se týká nějakých darů. Není neobvyklé, že si ho lidé spojují s dárcovstvím krve, či kostní dřeně.¹⁵ Zde ho ale uvádím v jiné souvislosti, ve smyslu peněžitých či nepeněžitých darů, které jsou věnovány na potřeby konkrétních lidí nebo veřejně prospěšných účelů prostřednictvím sbírek, nadací a fondů.¹⁶

1.2 Kdo se věnuje dobrovolné činnosti

Dobrovolnictví má oproti profesnímu zaměstnání jednu nespornou výhodu. Obecně vzato, na rozdíl od zaměstnání, není u dobrovolnictví nutné mít nějaké určité vzdělání, praxi či dovednost. „Dobrovolníkem se může stát v podstatě kdokoliv, protože každý z nás umí něco, co může nabídnout druhým.“¹⁷ Zároveň ale platí, že by měl být dobrovolník již celkem zralý člověk, který dokáže nést zodpovědnost, je ochotný věnovat svůj čas a schopnosti dobrovolné činnosti.¹⁸ Není ovšem pravdou, že by se dobrovolnictví věnovali všichni a ve stejném poměru. Početně mezi zájemci o dobrovolnou činnost převažují ženy nad muži.¹⁹ Ze skupin lidí se dobrovolnictví věnují především:

13 Srovnej: HLADKÁ, M. *Teoretické vymezení filantropie v kontextu dnešní společnosti*. [online].

14 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*, s. 36

15 B. A. *Dobrovolnictví a dárcovství. Interaktivní lekce knihoven pro školy*. Praha: Informační centrum neziskových organizací, 2001. 38 s. Str. 6

16 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*, s. 36

17 TOŠNER, J. *Dokumentace dobrovolnických center a programů. Studijní materiály pro kurz koordinátorů dobrovolníků*. [online].

18. OCHMAN, M.; JORDAN, P. *Dobrovolníci: cenný zdroj*. USA: The Hopkins University Institut for Policy Studies, 1997. 32 s. ISBN 1-886333-29-7. s. 6

19 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*, s. 44

- a) Studenti, zvláště ti, kteří studují humanitní obory nebo se připravují na pomáhající profese.
- b) Nezaměstnaní lidé, z důvodu získání praxe, pocitu užitečnosti a aktivity
- c) Ženy v domácnosti či na mateřské dovolené, které cítí potřebu uplatnit se také mimo rodinu.
- d) Senioři, převážně pro vyplnění volného času a pro pocit potřebnosti, užitečnosti.
- e) Lidé, kteří se necítí naplněni svým zaměstnáním nebo nejsou příliš v kontaktu s druhými lidmi a postrádají to.²⁰

Z výzkumu o dobrovolnictví v Domově sv. Karla Boromejského v Praze Řepích v roce 2000 vyplynulo, že dobrovolníci nejsou lidé, kteří mají nevyplněný volný čas nebo kterým chybí rodinné zázemí a vazby, ale že se může jednat o lidi humanisticky orientované a sociálně integrované, kteří se věnují i dalším aktivitám.²¹

O tom, kdo by se mohl věnovat dobrovolné činnosti, se zmiňuje v časopise Caritas (čísle 2/2004) olomoucký arcibiskup Jan Graubner. Předkládá svůj názor, podle kterého je potřeba do dobrovolnictví více zapojit některé skupiny lidí. „Myslím však, že by bylo třeba se ještě více zaměřit na lidi středního věku, kterým právě odešly děti z domu, a povolání je dostatečně nenaplnuje. Mnozí se v té době dostávají do krize, nemají pro koho žít. Podobně je třeba si všimnout nezaměstnaných, kterým sice neumíme dát práci, ale pomůžeme vyplnit čas a mít pocit užitečnosti, či matek v domácnosti, které sice mají při péči o děti o vyplnění času postaráno, ale přivítají kontakt s jinými lidmi.“²²

20 Srovnej: MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008.

Kapitola 4. Dobrovolnická práce, s. 61-63. ISBN 978-80-7367-502-8. s. 61

21 Srovnej: B. A. *Metodika integrace dobrovolnictví v zařízeních pro seniory*. Praha: Hestia, 2005. s. 8

22 GRAUBNER, J. *Charita potřebuje dobrovolníky*. Caritas. [online]. 2004, č.2.

Citováno dne 24. 02. 2010. Dostupné z WWW:

<http://www.charita.cz/Data/files/caritas/2004/caritas2004_2.pdf>

1.3 Motivy dobrovolné činnosti

Důvody a motivy pro dobrovolnou činnost jsou z pohledu veřejnosti často nejasné. Dělat něco zadarmo ve svém volném čase není úplně běžné a samozřejmé. Sám dobrovolník by měl o svých motivech vědět, stejně tak jako dobrovolnické centrum či nezisková organizace, se kterými se zájemce o dobrovolnictví domlouvá. Ne všechny motivy jsou totiž pro výkon dobrovolné služby vhodné a prospěšné.²³ Rozlišení a typologií motivů existuje více. V rámci výzkumu dárcovství a dobrovolnictví, který proběhl v České republice v letech 1999 až 2000, byly motivy k dobrovolnictví zjišťovány. Na základě výsledků byly rozlišeny tři druhy motivace:²⁴

a) *Konvenční či normativní motivace*

Dobrovolníkem s tímto typem motivace se stává někdo z toho důvodu, že ho k tomu vedly morální hodnoty jeho blízkého okolí nebo obecná pravidla chování v určité společnosti. Může také souviset s principem křesťanské morálky.

b) *Reciproční motivace*

Jedná se o typ motivace, kdy se dobrovolník snaží najít ve své činnosti něco přínosného i pro sebe. Často by rád získal nové zkušenosti, poznal nové lidi nebo uplatnil své schopnosti.

c) *Nerozvinutá motivace*

Záleží tu na okolnostech, které jsou důležité pro rozhodnutí k výkonu dobrovolnictví. Bývá tím důvěra v organizaci, ve které by měl dobrovolník pomáhat, pocit smysluplnosti z konkrétní dobrovolné služby a také vědomí, že podporuje dobrou věc.

Pro srovnání uvádím rozlišení motivů na vnitřní a vnější. Mezi vnitřní motivy

23. Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*, s. 45

24 Srovnej: FRÍČ, P. Proletářský altruismus a dobrovolnictví v ČR. [online]. Citováno dne

25. 02. 2010. Dostupné z WWW: <<http://www.unesco-kromeriz.cz/sbornik2001/fric.htm>>

patří například sebeuplatnění, získání nových zkušeností a dovedností, podílení se na smysluplné práci. Do motivů vnějších se řadí tytéž, jako do konvenčních, tedy morální normy okolí, ovlivnění příkladem příbuzných či přátel apod.)²⁵ Dle Radima Praha²⁶ má dobrovolník pro svou činnost obvykle více důvodů, které lze rozřadit na pragmatické (zápočet, praxe), ryze osobní (dlouhodobá potřeba vztahu blízkosti, návrat do dětství, naplnění potřeby pomáhat) a související s motivací možné změny mezilidských vztahů.

1.4 Typické oblasti dobrovolnictví

Dobrovolnictví je rozmanitou a širokou sférou. Proto i oblastí, kde dobrovolníci mohou působit, je mnoho. Nejčastěji se dobrovolnictví uplatňuje v nestátních neziskových organizacích, jimiž jsou občanská sdružení, obecně prospěšné společnosti či církevní zařízení. Pro přehled uvádím charakteristické oblasti dobrovolné činnosti.

1.4.1 *Ekologie, ochrana přírody a životního prostředí*

Fungují zde organizace, s širokým polem působnosti. Řadí se sem problematika jaderných elektráren, kácení lesů či ochrany ovzduší ve městech.

1.4.2 *Humanitární organizace a organizace na ochranu lidských práv*

Organizace s tímto zaměřením jsou známy svojí pomocí v krizových situacích – nejen vnitrostátně ale i v mezinárodním měřítku, při záplavách, živelných katastrofách nebo v oblastech postižených válečnými konflikty.²⁷ Také se angažují při ochraně lidských práv uprchlíků, obětí trestných činů či dalších ohrožených

25 Srovnej: B. A. Dobrovolnictví a dárcovství. Interaktivní lekce knihoven pro školy. s. 4
26 B. A. *Průvodce dobrovolnictvím pro neziskové organizace* [online]. Praha: červen 2003.

Citováno dne 03.03. 2010. Dostupné z WWW: <<http://www.hest.cz/pruvodce.shtml>>

27 TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 41

skupin a jednotlivců.²⁸

1.4.3 Sociální a zdravotní oblast

Je velmi početně zastoupená, jednak ve smyslu využití dobrovolnictví, tak i z hlediska rozšiřování a přebírání služeb, dříve nekompletně zajišťované státem. Zde se dobrovolník může zapojit do činnosti neziskových organizací,²⁹ kde se jedná zejména o mládež, staré občany, mentálně či fyzicky handicapované, drogově závislé a další.³⁰

1.4.4 Kulturní oblast

Zahrnuje neziskové organizace se zaměřením na ochranu či rekonstrukci kulturních památek v příslušném městě či regionu. Většinou souvisí s konkrétním objektem, ať hradem, zámekem, kostelem či muzeem. Patří sem také organizace, které zajišťují alternativní kulturní projekty, jako divadelní představení, moderní tance, nekomerční hudbu atd.

1.4.5 Sportovní, volnočasová a vzdělávací činnost

Z této oblasti jsou asi nejběžnější mimoškolní volnočasové aktivity, kde se jedná o zájmové kroužky, turistické a pohybově zaměřené oddíly (skauti, sokol). V této oblasti má dobrovolnictví podobu spíše vzájemně prospěšného. Rozvoj veřejně prospěšného dobrovolnictví ve školách je zatím otázkou budoucnosti.

1.4.6 Zahraniční dobrovolná služba

Věnují se jí organizace, které vysílají dobrovolníky do zahraničí a podílejí se

28 HODAČ, T. et. al. *Dobrovolnictví*. [online]. Praha, 2009. Citováno dne 05. 03. 2010. Dostupné z WWW. <http://www.eurodesk.cz/download/Brozura_Dobrovolnictvi.pdf>

29 TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 42

30 Srovnej: B. A. *Sborník přednášek .s. 52*

tak na mezinárodních dobrovolnických programech. Této formy dobrovolné služby využívají především mladí lidé, kteří se účastní nejen krátkodobých (letních) projektů, tzv. workcampů, ale také dlouhodobých dobrovolnických projektů v zahraničí.³¹

1.5 Spolupráce s dobrovolníkem

1.5.1 Výběr a výcvik dobrovolníka

Jak bylo zmíněno výše, dobrovolnictví je svobodně zvolená činnost bez nároku na finanční odměnu. Přesto je důležité mít stanovená určitá pravidla, podobně jako pro výkon profesionální práce. Než začne vykonávat zájemce o dobrovolnictví dobrovolnou činnost, prochází obvykle určitým výběrem a výcvikem, jehož délka a podoba se může lišit. Specifika přípravy záleží na povaze činnosti, její délce – zda se jedná o jednorázové akce či dlouhodobou spolupráci, a také na dobrovolnickém centru, nebo organizaci, jaký systém výběru dobrovolníků si zvolili.³²

Při náboru dobrovolníků je důležitá úvodní informativní schůzka či pohovor s koordinátorem nebo jinou pověřenou osobou. Zájemci o dobrovolnictví při tom získávají informace o dobrovolnickém programu, o zařízení, ve kterém budou působit, činnostech a možnostech dobrovolnické služby a další potřebné informace. Na druhé straně sami dobrovolníci sdělují svá očekávání, motivy pro dobrovolnou činnost, časové možnosti a případně své zkušenosti.³³ Pro důkladnější přípravu na vykonávanou činnost mohou posloužit také základní modelové situace. Používá se i nácvik postupů v krizových situacích, které by

31 TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 42- 43

32 *Metodika dobrovolnictví sociálně vyloučených*, str. 17 Hestia

33 *Praktický průvodce programem Dobrovolníci v nemocnicích*. aktuál. 2005 Zemanová Blanka.

Příprava a vedení dobrovolníků, pod kap. 7.2 úvodní pohovor

mohly při kontaktu s klienty nastat.³⁴ S přípravou na dobrovolnictví obvykle souvisí i některé administrativní úkony. Je tím myšleno především podepsání smlouvy o dobrovolné činnosti, mlčenlivosti a kodexu dobrovolníka.³⁵

1.5.2 Smlouva

Mezi dobrovolníkem a subjektem organizující dobrovolnou činnost obvykle proběhne určitá dohoda. Záleží na charakteru dobrovolné činnosti, zda postačí dohodnout se s dobrovolníkem ústně, nebo je potřeba písemná smlouva.³⁶ Její náležitosti bývají specifické, přesto lze zmínit obecná ustanovení, která by se ve smlouvě měla nacházet. Kromě vymezení délky kontaktu dobrovolníka a klienta při jednotlivých setkáních, by měla být určena také celková doba, po kterou bude dobrovolník činnost vykonávat.³⁷ Dále je potřeba určit místo a popis činnosti, ke které se dobrovolník zavazuje. Protože je možné jak ze strany dobrovolníka, tak ze strany organizace dobrovolnictví přerušit, měly by se ve smlouvě stanovit i podmínky ukončení závazku. Pro každý případ by neměl chybět údaj, že dobrovolník nemá nárok na finanční odměnu, přičemž se do toho nepočítají případné úhrady vynaložených výdajů spojených s jeho činností (např. úhrada jízdného).³⁸

1.5.3 Kodex dobrovolníka

Jako součást smlouvy či jako samostatná příloha bývá kodex dobrovolníka. V něm jsou uvedeny kompetence, práva a povinnosti dobrovolníka.³⁹ V každé

34 Srovnej: MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Str. 62

35 Srovnej: NOVOTNÝ, M. et al. *Dobrovolnictví středoškoláků*. [online]. Praha: Hestia, 2003.

Citováno dne 03. 03. 2010. Dostupné z WWW:

<<http://www.hest.cz/ruzne/ManualDobrStudentu.pdf>>

36 Metodika dobrovolnictví v NNO. Tošner, J. 2.11 Jak si zasmluvnit dobrovolníky. Str. 17-18

37 Srovnej: MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Str. 61-63

38 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 94

39 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 94

organizaci se tato pravidla trochu liší, přesto existují body, které lze považovat za základní. *Jsou to následující práva:*

- a) dostat úplné informace o organizaci, do které bude docházet
- b) dozvědět se kompletní informace o činnosti, kterou by měl vykonávat
- c) spolupracovat s koordinátorem či jinou osobou, která je pověřena kontaktem s dobrovolníky
- d) říci „ne“, pokud mu v rámci jeho schopností nějaká činnost nebude vyhovovat
- e) účastnit se supervize, kde má možnost zpětné vazby
- f) být za svou činnost morálně ohodnocen
- g) požádat o další nabídku dobrovolných aktivit, pokud ho současná dobrovolná činnost nenaplnuje

Kromě práv má také své povinnosti:

- a) vykonávat spolehlivě činnost, ke které se zavázal
- b) nezneužívat důvěry
- c) vnímat a dodržovat své vlastní zdravotní i časové limity
- d) požádat o spolupráci, pomoc či radu, pokud ji potřebuje
- e) ztotožnit se s posláním organizace, které pomáhá⁴⁰

Mít stručně, jasně a přehledně stanovená pravidla v konkrétním prostoru, je důležité pro zajištění pocitů jistoty a svobody, které podporují samostatnost a tvořivost.⁴¹

Koordinátor dobrovolníků

Pro organizaci, která spolupracuje s dobrovolníky i pro dobrovolníky samotné,

40 Smlouvy Hestia. Str. 5

41 SROVNEJ: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 95

je důležitou osobou koordinátor. Může to být placený zaměstnanec, nebo také dobrovolník. Ve své roli koordinátor zajišťuje získávání a výběr dobrovolníků včetně jejich školení. Zajišťuje také administrativní záležitosti, jako zpracovávání práv a povinností dobrovolníků, smlouvu s dobrovolníky, případně pojištění.⁴² Při první návštěvě doprovází dobrovolníka do zařízení, také ho seznamuje s kontaktní osobou, organizuje jednorázové akce a plánuje supervizní setkání.⁴³ Dobrovolníci se na něj mohou obrátit, ať už chtějí potvrdit dobrovolnickou činnost, změnit zařízení, či mají nějaké problémy a potřebují řešit určitou situaci.⁴⁴

Kontaktní osoba

Bývá to zaměstnanec organizace, ve které dobrovolníci působí. Obvykle tuto roli zastávají sociální pracovníci, vedoucí úseku sociální péče, vrchní sestry apod. Spolupracuje jak s koordinátorem, dobrovolníkem, tak i personálem samotné organizace. Provádí obvykle dobrovolníka po zařízení, představuje personálu. Dobrovolník se na ni může obrátit, pokud se ve své dobrovolnické činnosti dostane do nezvyklé nebo složité situace nebo pokud má nějaké otázky ohledně své činnosti.⁴⁵

Supervize

Supervize je obvykle spojována s pomáhajícími profesemi, tedy těmi, které se zabývají lidmi, např. sociální práce, poradenství atd. Mimo jiné umožňuje předejít syndromu vyhoření. Také v dobrovolnictví je pravidelná supervize potřebná, neboť bývá prevencí před ztrátou motivace dobrovolníka. Supervize působí jako zpětná vazba, kde je prostor pro komunikaci dobrovolníků mezi sebou

42 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 76

43 Praktický průvodce programem Dobrovolníci v nemocnicích. Aktu. 2005 Podkap. 4.2.1

44 Materiál ke školení dobrovolníků, Adra. Str. 6

45 Materiál ke školení dobrovolníků, Adra. Str. 6

a supervizorem v bezpečném prostředí. Mohou při ní sdělovat své názory, dojmy a pocity, které se vážou k jejich činnosti.⁴⁶ V případě skupinové supervize, jsou žádoucí menší skupiny, kde je dán dostatečný prostor každému dobrovolníkovi. Dobrovolníci se mohou navzájem obohatit o své zkušenosti, být si oporou v pochybách, dodat nové nápady atd. Toto sdílení v nekritizujícím prostředí je zároveň i odměnou, kterou dobrovolník při své činnosti může získat, zvláště pokud ze strany klienta není znatelná.⁴⁷

1.6 Dobrovolnictví a zákon

Dobrovolnictví upravuje od začátku roku 2003 zákon č.198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů. Jeho cílem je podpora dobrovolnictví v České republice. Zákon stanovuje podmínky, kdy je dobrovolnická činnost organizovaná podle jeho náležitostí a tím státem podporovaná. Vymezuje dobrovolnickou službu, osobu a činnost dobrovolníka, uvádí pojmy vysílající a přijímající organizace, podmínky pro akreditaci organizace Ministerstvem vnitra, náležitosti smlouvy uzavírané dobrovolníkem a vysílající organizací, využívání dobrovolnické služby státem a samosprávnými celky, souvislosti k poskytnutím dotací a další.⁴⁸ Pokud organizace zajišťující dobrovolnictví nejsou akreditované, nepodléhají zákonu o dobrovolnictví a podmínky nemusí splňovat. Řídí se ale občanskoprávními vztahy (zákon č. 40/1964 Sb., občanský zákoník v platném znění).

46 Srovnej: TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. s. 81-82

47 Matoušek, *Metody a řízení sociální práce*. Str. 62

48 <<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2002/sb082-02.pdf>>

2 Senioři

2.1 Stárnutí

Proces stárnutí je známý každému z nás. Není nikoho, kdo by každým dnem nestárł. Stárnou všichni, celá populace, je to všeobecný proces. Zároveň stárne každý samostatně, individuálně, jinou rychlostí. Také lidské orgány stárnou odlišně, nesouběžně.⁴⁹ „Stárnutí je velmi individuální záležitost, ovlivňují jej aspekty biologické, genetické, výchovné i sebevýchovné a vzájemné lidské vztahy v konkrétním sociálním prostředí.“⁵⁰ Stárnutí je tedy univerzální proces, který probíhá již od početí a jedná se o složitý komplex dějů, které se prolínají a ovlivňují. Stárnutí jako takové provází zvyšující se výskyt chyb, menší spolehlivost na fungování organismu, odolnost vůči nemocím a změnám. Lze také říci, že se stárnutím se zvyšuje možnost úmrtí.⁵¹ Toto pojetí, je ovšem docela pesimistické. Proto je možná lepší neutrálně říci, že stárnutí je působení času na člověka, kdy jsou připouštěny změny spojené s úbytkem a zároveň změny pozitivní, přinášející zlepšení.⁵² Tím že člověk stárne, získává zkušenosti, má možnost poučit se a napravovat své případné chyby, může nacházet a objevovat nový smysl svého života. Přínos stárnutí ve smyslu sociálně ekonomického, kulturního i spirituálního je nesporný a důležitý, lze v něm nacházet symbol zkušenosti a moudrosti.⁵³

2.2 Stáří

Pojem stárnutí není s výrazem stáří zaměnitelný, ale souvisí spolu. Jak již bylo

49 Zavázalová, H. Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie. Str. 11

50 Klevelandová, D. Dlabalová, I.: Motivační prvky při práci se seniory. Str. 24

51 Kalvach, Z. Otová, B.: Gerontologie. Str. 67

52 Pichaud, C. Thareauerová, I. : Soužití se staršími lidmi. Str. 25

53 Kalvach, Z. Úvod do gerontologie a geriatry. Str. 10 - 11

zmíněno, stárnutí je proces, přičemž stáří je jeho výsledkem, který má různé etapy.⁵⁴ Stáří jako téma je poměrně široké, stejně tak i jeho vymezení je složitější. Obvykle je stáří rozlišováno na kalendářní, sociální a biologické.

Kalendářní stáří je vymezené věkem, který se počítá od doby našeho narození. Je to údaj, který ale nevyjadřuje individuální rozdíly mezi lidmi. Svou roli zde hraje demografie, neboť se zvyšujícím se počtem seniorů ve společnosti, se posouvá hranice stáří. Světová zdravotnická organizace v šedesátých letech vymezila věkové skupiny následovně:

- a) 45 – 59 let střední věk;
- b) 60 – 74 let stárnutí, časně stáří;
- c) 75 – 89 let vlastní stáří, senium;
- d) 90 a více let dlouhověkost.

V posledních letech v souvislosti s prodlužující se délkou života ve stáří se i jeho hranice posouvá k věku 65 let. Periodizace věku usnadňuje orientaci v potřebách, či nárocích společnosti na lidi v určitém věku.⁵⁵ Biologickému či sociálnímu stáří však mnohdy neodpovídá.

Biologické stáří se váže na určitou míru involučních změn, jako pokles funkční zdatnosti, změny spojené s regulací a adaptací apod. Tyto změny bývají často propojené se změnami v důsledku nemocí, postihujících převážně starší jedince. Vymezení konkrétního biologického věku se nepoužívá, lidé stejného kalendářního věku mohou mít „biologický věk“ velmi rozdílný.⁵⁶

Sociální stáří souvisí se sociálními, ekonomickými a dalšími změnami. „Postihuje proměnu sociálních rolí a potřeb, životního stylu i ekonomického zajištění.“⁵⁷ Nese s sebou zájmy společnosti, zároveň poukazuje na rizika ohrožující seniory, k nimž patří vyrovnání se s odchodem do penze, změna

54Zavázalová, H. Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie. Str. 11

55 Kalvach, Z. a kol. Úvod do gerontologie a geriatrie. Str. 21

56 Kalvach, Z. a kol. Úvod do gerontologie a geriatrie. Str. 18

57 Kalvach, Z. Geriatrie a gerontologie. Str. 47

životního stylu, samota, nižší životní úroveň, ztráta samostatnosti, sociální izolace či diskriminace na základě věku (tzv. ageismus). Počátek sociálního stáří je spojován se vznikem nároku na starobní důchod. V literatuře se objevuje periodizace na tzv. věky a souvisí s ekonomickým hlediskem. První věk bývá označován předproduktivní, zahrnuje období dětství, mládí, studium a přípravu na profesi, nabývání sociálních zkušeností. Druhý věk jako produktivní se týká dospělosti, kdy je předpokládána biologická a sociálně ekonomická činnost. Třetí věk je označován jako postproduktivní. Ještě se objevuje čtvrtý věk, který je spojován se závislostí a může vytvářet mylnou představu o nezbytné ztrátě soběstačnosti ve stáří. V současné době se od tohoto označení ustupuje, neboť pojem neproduktivní může vyznívat pro seniory nepříznivě⁵⁸

V souvislosti s tématem stáří bych ještě ráda uvedla, že samo stáří není nemoc a pozbytí soběstačnosti nemusí být nevyhnutelným důsledkem stárnutí. Zdravotní stav a fungování seniorů se historicky a generačně mění a zlepšuje. Je proto účelné se aktivně snažit zlepšovat a podporovat aktivitu a nezávislost seniorů.⁵⁹

2.3 Životní změny ve stáří

V souvislosti se stářím přicházejí určité změny. Samozřejmě platí, že každý člověk prožívá svůj život autonomně a individuálně. Přesto se dají rozlišit roviny, ve kterých se tyto změny odehrávají. Jedná se o tělesné, psychické a sociální oblasti. Jsou navzájem propojené, proto změna v jedné rovině může ovlivnit a způsobit změnu další, v jiné rovině.

Změny *tělesné* zahrnují jednak změny vzhledu, činnosti smyslů, trávicího systému, také úbytek svalové hmoty atd.

Psychické změny se mohou projevit zhoršením paměti, nižší sebedůvěrou, emoční nevyrovnaností, změnou vnímání.

58 Kalvach, Z. Geriatrie a gerontologie. Str. 47

59 Kalvach, Z. a kol. Úvod do gerontologie a geriatrie. Str. 9

Sociální změny souvisí zejména s odchodem do penze, změnou životního stylu, stěhováním, ztrátou blízkých a osamělostí. Jaká bude reakce seniora na tyto změny, závisí na jeho osobnosti, ale také jeho okolí, možnostech pomoci a okolnostech této životní situace.⁶⁰

Důležitou roli v tomto procesu zaujímá schopnost adaptace. Jak se nejlépe přizpůsobit změnám, které senior prožívá, popisuje několik teorií. První teorie podporuje aktivní stáří a zdůrazňuje potřebu udržet si sociální kontakty a některé činnosti. Druhá teorie pro zdařilou adaptaci na stáří naopak zdůrazňuje postupné zanechávání a upouštění aktivit, které člověk dělal. Třetí, substituční teorie navrhuje vyměnit role a činnosti, které by mohly být zatěžující, za jiné vhodnější aktivity. Jistě nelze rozhodnout, která z těchto možných řešení jsou správná. Každý člověk má jinak uspořádaný život a jeho změna tudíž bude také vždy záležet jen na něm. Většina seniorů potřebuje trochu více času k tomu, aby se dovedli přizpůsobit a nevnímali danou změnu jako nátlak.⁶¹

2.4 Péče o seniora

V návaznosti na změny se objevuje potřeba nalézt nový způsob života, zejména v souvislosti péče o sebe samého. Seniori mají obvykle zájem zůstat ve své domácnosti. Často žijí za pomoci a podpory rodiny. Z hlediska seniorů se tato možnost jeví jako přijatelná varianta,⁶² přestože více generační soužití není vždy bezkonfliktní. V případě, že žije senior sám a nemá kontakty s rodinou nebo známými, může se ocitnout v sociální izolaci, která se nevyhýbá ani seniorům žijícím v páru.

Složitá situace nastává tehdy, kdy je senior nemocný, méně nebo vůbec soběstačný a zcela závislý na svém okolí. Péče o starého a nemocného člověka v

60 Venglářová, M.: *Problematické situace v péči o seniory*. Str. 12

61 Kalvach, Z. a kol. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. Str. 68 – 69.

62 Venglářová, M.: *Problematické situace v péči o seniory*. Str. 14

rodině je pak možná za splnění tří podmínek:

- 1) aby rodina měla zájem o nemocného pečovat
- 2) aby o něj pečovat mohla
- 3) aby to uměla

Svou roli zde má motivace, která k péči o seniora vede, morální hodnoty a možnosti rodiny.⁶³ V péči o seniora je možné využít služeb sociální péče, v rámci kterých je poskytována osobní asistence, pečovatelská služba, odlehčovací služba (respitní pobyty), jejichž cílem je posílit soběstačnost seniora a zajištění jeho potřeb.⁶⁴

V životě seniorů může nastat situace, kdy opustí své dosavadní bydliště. Ať už ze svého rozhodnutí (ekonomických či rodinných důvodů) nebo kvůli určitým okolnostem, zvláště z důvodu svého zdravotního stavu. V takovém případě je výhodou, pokud si může senior vybrat, do jakého zařízení půjde. Bývají preferovány neústavní sociální zařízení, jako domy s pečovatelskou službou, domovy – penziony, či týdenní stacionáře.⁶⁵ Liší se v poskytování svých služeb, které vymezuje zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a vyhláška č. 505/2006 Sb.

2.4.1 Domov pro seniory

Variantou ústavních zařízení jsou domovy pro seniory, případně domovy se zvláštním režimem, jejichž řád a služby také upravuje výše zmiňovaný zákon a vyhláška. Podle § 49 zákona č.108/2006 Sb., o sociálních službách se „v domovech pro seniory poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.“⁶⁶ Součástí služby jsou následující činnosti: „poskytnutí

63 Pacovský, V. O stárnutí a stáří. Str. 54

64 Holmerová, I. a kol. :Vybrané kapitoly z gerontologie. Str. 46

65 Zavázalová, H. Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie. Str. 62

66 <<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2006/sb037-06.pdf>>

ubytování, poskytnutí stravy, pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti, aktivizační činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.⁶⁷

Výměna domácího prostředí za zařízení sociální péče není snadným procesem. Nehledě na důvody příchodu do domova pro seniory, je méně stresující, když jde o změnu plánovanou, na základě dobrovolného rozhodnutí seniora. Vhodné je ponechat volbu či výběr zařízení na seniorovi. Tuto poměrně radikální změnu prostředí zmírňuje zachování sociálních vazeb a ponechání dosavadního životního stylu, alespoň v rámci možností.

Zůstává poté úkolem personálu, aby byla nově příchozímu věnována dostatečná pozornost. Obvykle získává svého klíčového pracovníka, na kterého se může s čímkoliv obrátit. V každém případě je žádoucí, aby měl senior dostatek informací o novém prostředí, kde bude žít a byl podporován svou rodinou, přáteli či známými z původního bydliště. Ti mu mohou pomoci úspěšně propojit minulost s přítomností a nově vzniklou situací.⁶⁸

Přístup v domově pro seniory by měl být ke každému klientovi individuální a poskytovaná péče komplexní a všestranná. U každého klienta se zpracovává individuální plán, v rámci kterého se získávají informace o jeho zájmech a zálibách. Ze zjištěných skutečností potom vychází aktivizace, zapojení a zpříjemnění života seniora v domově.⁶⁹

2.5 Potřeby seniora

Při kontaktu a péči o seniora je zapotřebí znát a zajímat se o jeho konkrétní

67 <<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2006/sb037-06.pdf>>

68 Matoušek, O. a kol.: Sociální práce v praxi. Str. 182

69 Karaffová, J. Cikánková, K.: Společnými silami ke spokojenému stáří. Sestra 2/2008. Str. 34

potřeby. Nebývá neobvyklé, že senior pociťuje jiné potřeby, než se okolí domnívá. Z pohledu seniora může být aktuálně důležité něco jiného než z pohledu pečujícího – ať už rodinného příslušníka či odborníka. Podle Pichauda a Thareauové je zapotřebí vnímat žádosti seniora. Za tím co žádá, může být skrytá nějaká jiná potřeba, která se těžko, pokud vůbec, dá vyslovit. Například potřeba blízkosti, kontaktu s okolím. Naopak jinou potřebu nemusí senior vnímat a dávat najevo, byť je důležitá. Z toho vyplývá, že potřeba není jen něco, co člověk postrádá, ale zejména to, k čemu skrze ni směřuje. Je určitou silou, hýbající a posunující člověka směrem k druhým lidem, věci nebo činnosti.⁷⁰

Haškovcová uvádí, že senior potřebuje přiměřené zdraví, hmotné a ekonomické zajištění. Místo, kde se cítí doma, vážený, ctěný a milovaný a kde on má rád druhé. Další potřebou je určité soukromí.⁷¹

Známým schématem je hierarchie či pyramida potřeb, kterou vytvořil americký psycholog Abraham Maslow. Základní lidské potřeby jsou v ní rozčleněné do pěti kategorií. V základu jsou fyziologické potřeby, nad nimi potřeba bezpečí, dále sociální potřeby, potřeba autonomie - ve smyslu svobody a na vrcholu je potřeba seberealizace. Alespoň částečné uspokojení potřeb v základu pyramidy, je nezbytné pro možnost naplnění potřeb výše umístěných, i když se mohou objevit výjimky. Zmíněné potřeby se netýkají jen seniorů, jsou společné pro různé věkové skupiny.⁷²

Znalost potřeb seniora je základním požadavkem. Druhou záležitostí je uspokojení těchto potřeb. V případě, že senior sám nemůže své potřeby naplnit, potřebuje někoho, kdo mu je dopomůže uspokojit. Jak velká tato dopomoc bude, záleží na míře soběstačnosti seniora.

70 Pichaud, C. Thareauerová, I. *Soužití se staršími lidmi*. Str.35-36

71 Haškovcová, H. *Fenomén stáří*. Str. 139

72 Pichaud, C. Thareauerová, I. *Soužití se staršími lidmi*. Str. 36

2.5.1 Soběstačnost

Soběstačností je myšlena schopnost postarat se o sebe a svoji domácnost přiměřeným způsobem. Patří do ní fyzická, psychická, sociální a hmotná oblast. Tato schopnost se dá měřit pomocí některých testů, zejména Barthelovým testem základních všedních činností (ADL), testem kognitivních funkcí (MMSE) či instrumentálních činností (IADL). Na základě těchto testů se často rozhoduje o přijetí do odpovídajícího zařízení sociálních služeb.⁷³

Se snižující se soběstačností se zvyšují rizika. Především v zachování autonomie a lidské důstojnosti seniora. Přitom jsou to jedny z nejdůležitějších hodnot v přístupu ke člověku.

2.5.2 Úcta, autonomie a lidská důstojnost

Nejen při péči o seniora, ale při každém kontaktu s ním, je nezbytné k němu přistupovat s určitou úctou. Úcta souvisí s důstojností, promítá se v ní naše vlastní hodnocení druhých lidí. V úctě k sobě samému se odráží, jak si člověk váží sebe a v úctě k druhým vyjadřuje, jakou hodnotu vnímá v nich. Při přístupu k seniorovi, je nezbytné si toto uvědomit. Neboť od toho, jak se k němu okolí chová, se odvíjí jeho sebehodnocení a sebeúcta.⁷⁴

Uznání a respektování autonomie seniora, je jednou z možností, jak úctu projevit. „Autonomie je schopnost řídit, zvládat a ovlivňovat způsob svého každodenního života, a to podle vlastních pravidel a představ.“⁷⁵ Jak jsem již výše naznačila, toto zachování a respektování bývá rizikovější v případech větší závislosti seniora na druhých. Větší závislost na pomoci okolí však ztrátu autonomie samo o sobě neznamena. Lze ji uchovat, pokud pečovatel seniora do činností zapojuje

73 Zavázalová, H. a kol.: Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie. Str. 31 - 32

74 Respektování lidské důstojnosti. Str. 18

75 Respektování lidské důstojnosti. Str. 19

a spolupracuje s ním, zachovává mu možnost volby a výběru.⁷⁶

Lidská důstojnost s oběma výše zmíněnými pojmy souvisí. Stejně jako úcta a autonomie, je v péči a pomoci druhým lidem významnou hodnotou. Zachovat lidskou důstojnost seniora znamená zajistit právo a volbu na spolu - rozhodování o způsobu, míře a místě poskytování péče. Toto právo na seberealizaci a svobodnou volbu je důležité respektovat u každého člověka, ne jen u zdravých a soběstačných seniorů. Lidská důstojnost vyžaduje uspokojení potřeb ze všech oblastí a je potřeba se nezaměřovat jen na zdravotní či sociální oblast, ale vzít v potaz i duchovní a kulturní potřeby.⁷⁷

2.5.3 Principy přístupu a péče o seniora

V péči o seniora, při poskytování sociálních služeb a celkově při kontaktu s ním, je důležité v rámci možností dodržovat následující vzájemně propojené principy, které zahrnují některé již výše zmíněné pojmy:

- a) Důstojnost – uznat přirozenou hodnotu seniora bezpodmínečně, respektování jeho jedinečnosti a osobních potřeb
- b) Soukromí – dodržovat právo na soukromí
- c) Nezávislost – podporovat a respektovat autonomii člověka
- d) Volba – nechat svobodně vybrat z možností a volbu brát na vědomí
- e) Práva – chránit práva seniora, přistupovat rovnocenně, dopřát kvalitu života bez ohledu na věk, pohlaví, fyzické a duševní schopnosti, vyznání a rasu
- f) Naplnění – nechat realizovat schopnosti seniora při každodenních činnostech
- g) Zplnomocnění – ponechat kontrolu seniora nad tím, co se s ním děje.⁷⁸

76 Respektování lidské důstojnosti. Str. 30

77 Kvalita života ve stáří. Str. 16

78 Holmerová, I. a kol. :Vybrané kapitoly z gerontologie. Str. 46

2.6 Komunikace se seniorem a její specifika

Komunikace je zdrojem dorozumívání mezi lidmi. Jako taková tvoří základ vztahů a je jimi také ovlivněna. Při komunikaci probíhá výměna informací, pocitů a citů mezi dvěma a více lidmi. Má verbální a neverbální podobu. Obvykle člověk komunikuje oběma způsoby zároveň, přičemž více projevů vyjadřuje, ač mnohdy nevědomky, neverbálně. Pro jasnou a příjemnou komunikaci je významná shoda verbálních a neverbálních projevů. To znamená vyjadřovat věci upřímně, pravdivě s citem pro druhé.⁷⁹ Komunikace má určité složky, které utvářejí její podstatu a pomáhají vytvářet vztahy. Do těchto složek se řadí účast, naslouchání, úcta k vnímání, zájem o druhého, objevování, akceptování, empatie, opravdovost a respekt nebo pozitivní vztah. Všechny prvky komunikace spolu souvisejí a umožňují navodit příhodnou atmosféru pro pochopení druhého i sebe. Zároveň tvoří základ pro naslouchání.⁸⁰

2.6.1 *Naslouchání*

Komunikaci může podpořit ochota a schopnost naslouchat. Senioři jsou citliví na zájem okolí, často dovedou poznat, zda má člověk opravdový zájem s nimi hovořit. V opačném případě je může opustit vůle a chuť v rozhovoru pokračovat. Naslouchání se dá projevit verbálně i neverbálně. Naslouchající prokazuje zájem svým postojem či posazením, případně nakloněním blíže k seniorovi a navázáním očního kontaktu. Slovní podpora vhodnými dotazy k tématu, parafrázování či reflexe sdělení, naslouchání dobře doplňuje. Pomáhá i vyjádření pochopení a neodsuzování, tím je dodržena autonomie seniora.⁸¹ Schopnost naslouchání

79 Venglářová, M.: *Problematické situace v péči o seniory*. Str. 74

80 *Sborník přednášek z XI. Konference Společnosti sociálních pracovníků*. Str. 91 - 92

81 Venglářová, M.: *Problematické situace v péči o seniory*. Str. 77- 78

pomáhá utvářet upřímné setkání se seniorem. Umění říci ve správnou chvíli správná slova a naopak ve vhodnou chvíli mlčet a jen naslouchat, je nedocenitelné.⁸²

2.6.2 *Specifické obtíže*

Při komunikaci se seniory se kromě běžných komunikačních problémů mohou objevit specifické obtíže. Jsou tím myšleny případy, kdy senior trpí poruchou smyslového vnímání, ztrátou schopnosti mluvit (afázie), kognitivními poruchami, psychiatrickými nemocemi apod.⁸³ Ráda bych zmínila specifika komunikace při některých těchto poruchách.

Jednou z možných poruch bývá *nedoslýchavost*. V komunikaci se seniorem se zhoršeným sluchem, je potřeba zajistit klidné prostředí bez hluku. Mluvit pomalu, zřetelně artikulovat, navázat oční kontakt. Roli hraje také vhodná vzdálenost. V případě, že je příliš velká, roste pravděpodobnost špatného dorozumění. Neměla by ale zároveň být překročena osobní zóna seniora, tedy alespoň čtyřicet centimetrů. Používat neverbální komunikaci, můžeme využít mimiku, gesta atd.

V případě, že má senior *zhoršený zrak*, záleží hodně na správné navázání kontaktu. Více než obvykle si dát pozor zaklepání na dveře, pozdravení a představení se. Objasnit, za jakým účelem za ním člověk přichází. Svoji váhu má také správná formulace slov, nelze spoléhat na doplnění mimikou. Cokoliv člověk v přítomnosti seniora dělá, měl by to popsat, aby věděl, co se děje a bude dít.

Některá neurologická onemocnění mohou způsobit *poruchu řeči* neboli afázii. Jde o zhoršenou schopnost mluvit a řeči rozumět, buď samostatně, nebo obojí dohromady. Nemožnost se domluvit směřuje k silným reakcím či ztrátě zájmu o komunikaci. Dorozumívání v tomto případě není snadné. Předpokladem

82 Klevetová, D. Dlabalová, I.: Motivační prvky při práci se seniory. Str. 12

83 Minibergová, L. Dušek, J.: Vybrané kapitoly z psychologie a medicíny...Str. 43

je trpělivý přístup a hledání různých možností a pomůcek.

Specifický přístup je potřebný i k seniorům *s duševní poruchou*, nejčastěji demencí. Záleží na oblastech, které jsou demencí zasaženy, často sehrává roli zhoršená paměť. Při komunikaci vnímat neverbální projevy seniora a zároveň dávat neverbální signály i ze své strany. Snažit se nepoužívat složité věty a nerozkazovat.⁸⁴

2.6.3 Zásady komunikace se seniorem

Při komunikaci se seniorem by měl člověk, který za ním přichází (rodina, pečovatel, dobrovolník) dodržovat některé zásady, které mohou komunikaci usnadnit a zamezit nepříjemným momentům a situacím. Vybrala jsem některé z těch základních.

1. Oslovovat seniora jménem, které se mu líbí, případně i s titulem.
2. Soustředit se při rozhovoru na jedno téma či myšlenku.
3. Dopřát seniorovi dostatek času na pochopení, přemýšlení, na odpověď.
4. Pomoci nalézt správná slova, pokud si nemůže vzpomenout a je z toho neklidný.
5. Být se seniorem v kontaktu, případně ho vzít za ruku, vyjádřit pochopení.⁸⁵
6. Vnímat hodnotu každého jeho projevu.
7. Snažit se přijmout „čas a svět“ seniora, jeho zážitky či emoce.
8. Přijímat dojmy a pocity seniora jako pravé a odpovídající skutečnosti, byť by tomu tak nebylo. Věnovat se konkrétním projeveným citům, emocím či myšlenkám.⁸⁶
9. Komunikovat i se seniorem, který ztratil schopnost mluvit či se nějak dorozumět, chápání a sociální cítění může mít zachované.
10. Nemluvit o přítomném seniorovi, jako by tam nebyl, i kdyby nevnímal či

84 Venglářová, M.: Problematické situace v péči o seniory. Str. 76 - 77

85 Tošner, J. Dokumentace dobrovolnických center a programů. Str. 72

86 Matoušek, O. a kol. Sociální práce v praxi. Str. 185 - 186

měl porušenou schopnost chápat.⁸⁷

3 Dobrovolnictví v domovech pro seniory

První kapitola, byla věnována dobrovolnictví a sloužila především pro vysvětlení pojmů a přiblížení programu dobrovolnictví obecně. Druhá kapitola byla zaměřena na souvislosti spojené se stárnutím a stářím. Jejím úkolem bylo nastínění potřebnosti se seniorům věnovat a umět k nim správně přistupovat. V této kapitole zmíněné dva celky spojím a přiblížím možnosti dobrovolnictví se seniory, zvláště potom v domovech pro seniory a význam či přínos takového programu.

Dobrovolnický program v zařízení sociální péče je ukázkou týmové spolupráce. Základem pro tuto spolupráci je citlivá a mnohdy náročná práce s potenciálem lidských schopností a možností, s pravděpodobností lidského omezení nemocí, bezmocí nebo stářím v konkrétním systému sociální péče.⁸⁸

Jak efektivní bude dobrovolnická činnost v zařízeních pro seniory, se odvíjí od pochopení a dobrého přijetí dobrovolníků ze strany personálu, zároveň závisí na zvolených činnostech, které dobrovolník v organizaci může vykonávat.⁸⁹

3.1 Možnosti dobrovolnictví a činností se seniory

Program dobrovolnictví v domovech pro seniory byl vytvořen s cílem rozšířit možnosti využití volného času seniorů. Zároveň zapojit lidi z okolí do péče o ty seniory, kteří nemají možnost žít ve svém původním domácím prostředí, nemají příbuzné či mají sníženou pohyblivost a soběstačnost. Pracovníci v zařízení

87 Tošner, J. Dokumentace dobrovolnických center a programů. Str. 72

88 Tošner, J. Kořínková, I. Metodika integrace dobrovolnictví v zařízeních pro seniory. Str. 11

89 Tošner, J. Kořínková, I. Metodika integrace dobrovolnictví v zařízeních pro seniory. Str. 10

mnohdy nemohou věnovat více času seniorům, přestože by chtěli. Ti se mohou také z toho důvodu cítit osamělí.⁹⁰ Proto je seniorům potřebné nabídnout a umožnit trávit čas s dalším člověkem. Smysluplné využití volného času a možnost sdílení pomáhá zvyšovat kvalitu života seniorů. Má vliv na spokojenost seniorů, snižuje pocit samoty, bezmoci a v důsledku toho dochází ke zlepšení psychického a fyzického stavu.⁹¹

Dobrovolnictví v domovech pro seniory může probíhat různými způsoby. Lze se zúčastňovat jednorázových výpomocí nebo pravidelně do zařízení docházet. Navštěvovat konkrétního jednoho seniora nebo se věnovat skupině seniorů a dělat jim společnost. Záleží na jednotlivých dobrovolnických programech, jak fungují a také na dobrovolnicích, která varianta pro ně bude přijatelnější a kterou si zvolí. Dobrovolnictví obvykle vychází z konkrétních potřeb seniorů, kdy dobrovolníci mohou vypomoci s péčí o seniora, zajistit náplň jeho volného času, uspokojit potřebu sociálních kontaktů a dodávat podporu.⁹²

Druh a náplň činnosti dobrovolníka bývá stanovena nebo vymezena smlouvou, kterou před začátkem výkonu dobrovolnictví podepisuje. Činností, které dobrovolník může dělat je velká řada. Záleží také na tom, zda je v přímém kontaktu se seniory v zařízení či vypomáhá s administrativou nebo dalšími záležitostmi. Z typických aktivit spojených s přímou činností dobrovolníka s obyvateli domova lze zmínit vytváření programu pro jednoho či více seniorů, pomoc při zálibách seniora či získání nových zájmů, chození na procházky, pomoc při začleňování do kolektivu dalších seniorů, pomoc a podpora v pohybu, povídání, naslouchání, prohlížení fotografií, psaní dopisů.⁹³ Dále také dopomoc při jídle, čtení, podílení se na rozvoji dovedností seniora, doprovod na různé aktivity v domově.⁹⁴ Důležitou součástí setkání bývá rozhovor, kdy má senior příležitost

90 http://www.hest.cz/ndc_8.shtml

91 Sborník Unesco Kroměříž 2009. Jiráčková A. Str. 46

92 http://www.hest.cz/ndc_8.shtml

93 Materiál ke školení dobrovolníků. Adra. Str. 14 - 15

94 Tošner, J. Kořínková, I. : Metodika integrace dobrovolnictví v zařízeních pro seniory. Str. 30

podělit se o své zkušenosti, zážitky, případné starosti a trápení. Možnost vyprávět o dřívější době, své rodině, zaměstnání a mnoha dalších tématech.⁹⁵ Zmíněné aktivity smí dobrovolník konat samozřejmě pouze se souhlasem seniora. Nemůže ho do ničeho nutit a vyžadovat na něm něco, co senior nechce a nemůže splnit. Nezřídka se dobrovolník dozví různé osobní údaje, v tom případě je vázán mlčenlivostí.⁹⁶

3.2 Přínos dobrovolnictví

Spolupráce s dobrovolníky, bývá pro organizaci důležitým rozhodnutím. Je potřeba mít ujasněný způsob řízení, práci s dobrovolníky, vztahy dobrovolníků, klientů a zaměstnanců, odpovědnost a náplň činnosti dobrovolníků apod. Na takové přípravě potom může záviset spokojenost a přínos dobrovolníků klientům, sobě samým i organizaci. Přestože práce s dobrovolníky vyžaduje určité úsilí a může být zdrojem komplikací, když vše funguje tak jak má, představuje mnohé výhody a má význam pro všechny zainteresované strany.⁹⁷

3.2.1 *Přínos dobrovolníků organizaci*

Dobrovolníci mohou mít pro domov pro seniory přínos z několika důvodů a hledisek. Jedním z nich může být vnímání dobrovolníků jako levného zdroje pracovní síly. Ačkoliv spolupráce s dobrovolníky není úplně zadarmo, náklady souvisejí především se zajištěním pracovních podmínek (pomůcky, vybavení, oblečení atd.), vyjde tato pomoc levněji, než profesionální zaměstnanci. Pravděpodobně by to však neměl být jediný důvod spolupráce.

Další výhodou programu dobrovolnictví pro organizaci, i když někdy může být

95 Matoušek, O. a kol.: Sociální práce v praxi. Str. 170

96 Materiál ke školení dobrovolníků. Adra. Str. 14 - 15

97 HLADKÁ, M. Význam dobrovolnictví jako specifického lidského zdroje. Str. 3

vnímána jako nevýhoda, je získání zpětné vazby ohledně chodu a fungování daného zařízení. Díky rozhovorům s dobrovolníky může domov pro seniory zlepšovat svou činnost a poslání. Přínosem bývá také elán, optimismus a nový duch, který s sebou dobrovolníci často přinášejí. Nový zdroj naděje a síly může pro trvalý personál znamenat oporu, vylepšení atmosféry a zamezení vzniku syndromu vyhoření.⁹⁸

Přínos dobrovolnictví pro seniory

Dobrovolník jako člověk, který není zaměstnán v domově, může být klientovi blíží než jen geograficky, ale i věkově, psychicky, svými zkušenostmi, zájmy a časovými možnostmi. Bezprostřední přístup ke klientovi boří bariéry ve vztazích, také pomáhá udržet vědomí klienta jeho lidské důstojnosti a hodnoty.⁹⁹ Přítomnost a zájem dobrovolníka o klienta, může pomoci rozehnat jeho pocity samoty a nepotřebnosti, dodat naději a radost.¹⁰⁰

Přínos dobrovolnictví pro dobrovolníka

Přínos dobrovolnictví pro samotného činitele může být veliký, přestože se netýká finančního obnosu. „Vědomí užitečnosti, prospěšnosti či smyslu svého konání je odměnou větší, než je mzda.“¹⁰¹ Výkon dobrovolnické činnosti může přinést pocit uspokojení a naplnění, nové zkušenosti a dovednosti, nové přátelské vztahy, změnu životního stylu nebo také posun v životních hodnotách.¹⁰² Frič ve svém výzkumu došel k výsledkům, ze kterých vyplývá, že dobrovolníkům jejich činnost přináší pocity smysluplnosti, vyplnění volného času a mnohdy i posiluje

98 HLADKÁ, M. Význam dobrovolnictví jako specifického lidského zdroje. Str. 3

99 Viz http://hest.cz/ndc_5.shtml

100 ODN Nemocnice Jihlava a klienty o.s. Život 90.

101 oddělení ODN Nemocnice Jihlava a klienty o.s. Život 90.

102 Sborník přednášek z XI. konference Společnosti sociálních pracovníků, 2000, Str. 53

sebevědomí.¹⁰³ Hladká ještě zmiňuje skutečnost, kdy dobrovolnictví naopak žádný přínos pro svého vykonavatele nemá, ten se svou činností po určité době skončí.¹⁰⁴

103 <http://www.unesco-kromeriz.cz/sbornik2001/fric.htm>

104 HLADKÁ, M. Význam dobrovolnictví jako specifického lidského zdroje. Str. 3

Praktická část

4 Cíl práce

Cílem praktické části bakalářské práce je zjistit, jestli má dobrovolnictví v domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích přínos pro seniory a dobrovolníky.

Domov je určen pro osoby, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku nebo zdravotního postižení, chronického duševního onemocnění, Alzheimerovy demence ostatních typů demencí a jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

5 Metodika

Pro zpracování praktické části byla použita metoda kvalitativního výzkumu. Jak zmiňuje Hendl¹⁰⁵, kvalitativní výzkum se zaměřuje na procesy v menších sociálních jednotkách. Používá pojem mikroúroveň, ve které se výzkum zabývá interakcemi a chováním několika jedinců. Z tohoto důvodu byla metoda vybrána, neboť se výzkum zaměřuje na názory jednotlivých lidí.

5.1 Metody a techniky sběru dat

Sběr dat byl proveden metodou dotazování, s využitím techniky polořízených rozhovorů. Rozhovory jsem s respondenty vedla osobně. Použila jsem 2 typy dotazníků. Jeden byl určen seniorům v Domově Máj v Českých Budějovicích, p.o.

105 Srovnej: HENDL, J. *Kvalitativní výzkum*, s. 58.

Druhý typ byl použit pro rozhovory s dobrovolníky. Oba typy dotazníků měly stejný počet otázek, které byly otevřené. Ve většině případů jsem své dotazování doplnila sondáží, která sloužila k prohloubení odpovědi v určitém směru.¹⁰⁶ Získané odpovědi jsem si zaznamenávala ručně do připravených archů, přičemž jsem zachovala anonymitu respondentů. Pro popis dobrovolnického programu v Domově Máj, jsem použila údaje získané z internetových stránek.

5.2 Místo a termín realizace výzkumu

Výzkum byl realizován v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích (dále jen domov pro seniory), v rámci Dobrovolnického programu Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Tento program jsem vybrala z důvodu vlastní zkušenosti. Zároveň výsledky poskytnou programu zpětnou vazbu. Výzkum probíhal na počátku měsíce března roku 2010.

Rozhovor s respondenty v domově Máj jsem prováděla po domluvě a za pomoci kontaktní osoby. Respondenty dobrovolnického programu jsem kontaktovala emailem, adresy jsem získala od koordinátorky dobrovolníků. Na osobním setkání jsem se s respondenty domlouvala elektronickou poštou a telefonicky.

Rozhovor s oběma typy respondentů trval rozdílnou dobu, minimálně však 20 minut, maximálně jednu hodinu. Vždy záleželo na okolnostech jednotlivých setkání, časových a dalších možnostech respondentů.

5.3 Charakteristika zkoumaného souboru

Cílový soubor tvořilo 5 dobrovolníků z Dobrovolnického programu Zdravotně sociální fakulty a 5 seniorů z Domova Máj v Českých Budějovicích.

¹⁰⁶ Srovnej: Tamtéž, s. 170.

Respondenti byli vybráni na základě několika kritérií. Respondenti z domova pro seniory museli dosáhnout minimálně věku 65. let. Z těch byli vybráni ti, za kterými docházeli nebo v současnosti docházejí dobrovolníci. Pro výzkum byli vyloučeni respondenti s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence. Konkrétní respondenty podle kritérií doporučil sociální pracovník domova, který zároveň funguje jako kontaktní osoba pro dobrovolníky. Jednalo se o čtyři ženy a jednoho muže. Nejmladšími respondenty byli muž a žena ve stejném věku 78 let, jedna respondentka měla 83 let a další dvě respondentky dosáhly věku 95 a 98 let. Respondenti z dobrovolnického programu byli doporučeni koordinátorkou dobrovolnického programu Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, kteří docházejí nebo kteří dříve docházeli do domova pro seniory Máj. Všechny respondentky byly ženy, 3 studentky vysoké školy, 2 pracující. Tři respondentky měly shodný věk 22 let, čtvrtá respondentka byla ve věku 42 let a páté bylo 51 let.

5.3.1 Informace o dobrovolnictví v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích

Dobrovolnictví v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích je poměrně novou záležitostí. Jak sami uvádějí,¹⁰⁷ o to potřebnější se zdá být, přestože se neobejde bez obtíží. V domově Máj fungují zároveň dva dobrovolnické programy.

Jedním je program Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, pod katedrou odborné praxe a supervize, pod záštitou Ústavu sociální práce. Dobrovolníci jsou převážně studenti z Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, ale i z řad veřejnosti. Dobrovolníci před vstupem procházejí výběrem a odborným výcvikem. Pořádá se pro ně pravidelně

107 <<http://www.ddmajcb.cz/index.php?nid=3064&lid=CZ&oid=34901>>

supervize. Někteří dobrovolníci z tohoto programu byli respondenty pro můj výzkum. Druhým programem je ve spolupráci s humanitární organizací ADRA v Českých Budějovicích. Kromě studentů jsou dobrovolníci z řad široké veřejnosti.

Dobrovolníci věnují svůj čas a úsilí klientům bez nároku na finanční odměnu. Odměnou pro ně však může být uznání a vděčnost, vlastní pocit užitečnosti a poznání sebe sama. Spolupráce může být přínosná pro obě strany, s obohacím lidských vztahů a hodnot. Dobrovolníci mají možnost se věnovat individuálním potřebám jednotlivých klientů, dělat jim společnost a trávit s nimi svůj čas uvnitř zařízení nebo být jim asistenty při arteterapeutických programech domova. Kromě toho mohou také využít svůj potenciál, nápady a dovednosti pracovních dílnách nebo vést některé kluby, kroužky či uspořádat přednášku. Nemalá pomoc je potřebná při pořádání větších společných či společenských akcí. Dobrovolníci si mohou najít svou vlastní roli a činnost, která jim bude vyhovovat, v dohodnutých a pro obě strany vyhovujících časových podmínkách. Cílem je zkvalitnění a obohacení života klientů v domově, což může přispět k celkovému klidnému chodu zařízení.

Spolupráce s dobrovolníkem se děje na základě smlouvy. V zařízení je k dispozici kontaktní osoba, která mimo jiné, zajišťuje seznámení dobrovolníka s domovem, personálem a klientem.¹⁰⁸

6 Výsledky

6.1 Výsledky polořízeného rozhovoru s respondenty Dobrovolnického programu

Respondent I

108 <http://www.ddmajcb.cz/index.php?nid=3064&lid=CZ&oid=349011>

Informace o respondentovi - dobrovolníkovi

První respondentkou byla žena ve věku 51 let. Jejím povoláním je inženýrská činnost. V domově Máj působí přibližně jeden rok. Do zařízení dochází jedenkrát týdně na 2-3 hodiny.

Realizace programu

O programu dobrovolnictví v domově Máj se dozvěděla z internetu. **„Přemýšlela jsem o tom delší dobu. Ne náhodně, ale cíleně jsem si to našla.“** Do programu se zapojila po pohovoru s koordinátorkou programu, kde se bavily o možnostech a typech klientů domova. **„Koordinátorka se ptala, co bych chtěla dělat. Zda docházet za jedním či skupinově.“** Nakonec se domluvily na oddělení C, kde také zůstala.

Motivace a očekávání dobrovolníka

Prvním impulzem a motivací pro ni byla zkušenost s Alzheimerovou chorobou u své tchyně, která pobývala v zařízení sociálních služeb. **„Jak si člověk představuje, že tam o ni také někdo pečuje, to byl tedy první impulz, motivace, že jí tam také někdo pomáhá, tak taková protislužba.“** Při zapojení do programu měla o něco jiné očekávání, než jaká byla potom činnost v domově. **„Měla jsem trochu jinou představu, že budeme něco podnikat, hrát nějaké hry, chodit na procházky. Trochu rozdíl, nesmíme jít s klienty ven, trochu mi to vadí.“** Mrzí ji, že nemůže klientům v domově umožnit pohyb. Vnímá, že klienti obvykle sedí a proto by je ráda doprovodila ven.

Dobrovolnická činnost

První návštěvu v domově Máj si pamatovala jen částečně. Uvědomila si, že ji tam jeden ze zaměstnanců provedl, řekl co kde je. **„Pak jsme byli ve společenské místnosti, zahráli nějaké hry, už si nepamatuji, které přesně.“** Činnosti, které s klienty dělají, popsala následovně: **„Hrajeme hry, zpíváme, kreslíme. Hrajeme „člověče“, domino, s některými se dají i karty, funguje i házení s míčky.“** Otázku, zda by chtěla s klienty dělat ještě nějaké další činnosti, odpověděla, že chodit na procházky ven. Nic dalšího, co by považovala za

důležité, ji nenapadlo. **„Chození na procházky, ven. Moc nic většího se s nimi dělat nedá. Záleží na tom, jakou mají náladu, jak se jim chce. Někdy zpíváme, hrajeme, prohlížíme knížky. Těžko říct dopředu, na co budou mít náladu.“** Pomůcky, které má ke své činnosti využívá jen částečně. Uvedla, že si půjčuje některé hry od dobrovolnického centra ADRA, které do domova Máj vysílá také své dobrovolníky. **„Jsme domluvení, mají větší domino, „člověče“.** **Od fakulty jsou omalovánky, ty jsou dobré, jinak figurky ke hře jsou malé, ty by těžko přendávali, tak si vypůjčujeme.“** Na otázku, co jí dobrovolnická činnost přináší, uvedla: **„Jsem tam hlavně spokojená, protože tam jsou lidé takoví, jací jsou. Bezprostřední, bezelstní. Jdu si tam odpočinout. Přínos toho „čistého“, bezelstného. Když nemají náladu, dají to najevo, když mají, usmějí se.“** Odměnou pro ni je samotný kontakt s klienty. Žádnou překážku ve své činnosti neshledala. **„Občas se mi nechce, ale to asi není otázkou myšleno.“**

Senioři v domově Máj

Otázky, jak je klienty domova přijímána a jaký má s nimi vztah, vidí jako složitější. Předpokládá, že si ji klienti vzhledem ke svému zdravotnímu stavu nepamatují, že neví kdo je, ale uvádí, že i tak na ni reagují. **„Jak tam chodím déle, tak když přijdu, tak se usmějí, ten kontakt je jasný. Na každého, kdo tam přijde z venku, koukají, že bude nějaké povyražení, že se bude něco dít. U těch lidí, co tam mají „Alzheimer“ je ten vztah těžší, zapomenou, kdo jsem.“** Vzpomněla si, že se jí jedna klientka zeptala během návštěvy několikrát, zda není jedna určitá paní, že se jí podobá. **„Z větší části neví, kdo jsme. Některé mají uložené v souvislosti, že se jde hrát hra.“**

Co je pro ni při kontaktu s klienty důležité zmiňuje, že ji pomáhá, když je tam zaměstnanec (ergoterapeut), který už lépe ví, čím klienty zabavit, co mají rádi. **„V létě jdeme ven, uvnitř se nedá moc o ničem povídat, ale tam venku třeba o kytkách....rozpoutá se řeč, komunikace.“**

Přínos dobrovolnictví pro seniory vidí v naplnění času klientů. **„Myslím si, že jim to přináší vytrhnutí ze stereotypu, což je pro ně vytržení, to je ten přínos.“**

Také jak hrajeme hry, že se zlepšují. Jak hrajeme, tak víc přemýšlí. Činnosti, které se hrají opakovaně, se ukládají v mozku.“ Vzhledem k tomu, že do domova Máj dochází o víkendu, rozpoznává větší potřebu klienty nějak zabavit. Ve všedních dnech že mají možnost některých aktivit.

Jestli má dobrovolnický program přínos pro samotný domov Máj, vnímá jako relativní pojem. „**Na terase, když jdeme ven o patro níž, tak personál může být rád. Na druhou stranu, jiná směna nás tam vidí nerada. Na nějaký čas ty klienty zaměstnáme – i když jen na určitý čas, ale když tam nejdeme, tak tam jen sedí.**“

Zda by dobrovolnictví v domově pro seniory doporučila někomu dalšímu, uvedla, že jí to je příjemné, ale třeba pro jednu paní, s kterou tam chodí ve stejný čas, to bylo těžší. „**Na tom „céčku“ jde o člověka, co od toho očekává, ale když ten má pocit, že jim může dát čas....Naučila jsem se tam veřejně zpívat, mám pocit bezpečí, není potřeba se tam za sebe prát, mohu tam dělat, co chci.**“

Komentář k rozhovoru

Rozhovor s první respondentkou probíhal v restauraci, využila přestávky na oběd a spojila tyto dvě činnosti dohromady. O otázkách přemýšlela, odpovídala tak, jak to cítila, co si o tom myslela. Z rozhovoru bylo poznat, že v domově Máj tráví čas ráda, ale nevidí v tom bezpodmínečný přínos vždy a pro každého.

Respondent II

Informace o respondentovi

Druhá respondentka byla studující dívka ve věku 22 let. V domově pro seniory Máj působila přibližně jeden rok. Do zařízení docházela jedenkrát týdně a trávila tam přibližně 2 hodiny. Domov Máj v době rozhovoru již jako dobrovolnice nenavštěvovala.

Realizace programu

O programu se dozvěděla přes leták ve škole. „**Dozvěděla jsem se to na fakultě, přes letáček, který rozdávala koordinátorka.**“ Výcvikem neprošla. „**Podepsala jsem některé papíry a už jsem tam rovnou šla.**“

Motivace a očekávání dobrovolníka

Na otázku, co ji k dobrovolnictví motivovalo, odpověděla: „**Že bych mohla být potřebná, někomu užitečná.**“ Proč si vybrala právě dobrovolnictví se seniory, zdůvodnila slovy: „**Bylo to náhodně, prvně jsem se dozvěděla o seniorech.**“ Její očekávání bylo následující: „**Že to bude naplňovat seniory i mě.**“ Toto očekávání se jí z větší části vyplnilo.

Dobrovolnická činnost

První návštěvu v domově Máj, popsala: „**Já vím, že jsem byla u toho pána, co to měl na starosti. Provedl mě tím pracovištěm a ptal se klientů, kteří chtějí dobrovolníka.**“

Nejčastější činností s klientem byli procházky. „**Já jsem měla pána, který se mohl volně pohybovat, takže jsme se sami procházeli.**“ Z dalších činností, které chtěla s klientem dělat, bylo: „**Zúčastnit se společenských akcí.**“ Z pomůcek nepoužívala žádné. „**Tak tam zrovna jsem nepoužívala nic, ani hry.**“

Přínos dobrovolnictví pro ni osobně viděla v užitečnosti. „**To, že jsem byla užitečná, to se splnilo.**“ Jako odměnu vnímala dárek od koordinátorky a společnou večeři dobrovolníků. „**Dárek na Vánoce, to jsem dostala od Štěpánky a večeři v Indické restauraci.**“ Žádnou překážku pro výkon dobrovolnictví nevnímala.

Senioři v domově Máj

Jak ji klienti v domově přijímali, vyjádřila slovy: „**Dobře, velice dobře. Když nechtěli, tak rovnou řekli. Pak jsem byla s tím jedním pánem.**“ Vztah s klienty vnímala jako dobrý. Co bylo pro ni důležité v kontaktu s klienty, uvedla: „**Komunikace.**“

Přínos dobrovolnictví pro seniory vnímala, ale jen pro ty, kteří o to mají zájem. „**Ano, má pro některé. Ne pro všechny, protože někteří odmítají, nechtějí, a někteří mají zájem hodně.**“ Jestli má dobrovolnický program přínos pro samotný domov Máj, komentovala slovy: „**Jo, na naladění těch klientů.**“

Na otázku, zda by doporučila dobrovolnictví v domově pro seniory někomu

dalšímu, odpověděla: „**Určitě, že by to mohlo něco přinést těm seniorům, ale i těm lidem.**“

Komentář k rozhovoru

Rozhovor s druhou respondentkou probíhal v prostředí vysokoškolské fakulty. Myslím, že byl ovlivněn tím, že se již respondentka dobrovolnictví v domově Máj nevěnuje. Přesto se snažila odpovědět na všechny otázky, byť jen krátce.

Respondent III

Informace o respondentovi

Třetí respondentkou byla 42 letá žena pracující jako účetní. V době rozhovoru vykonávala dobrovolnictví v domově Máj téměř jeden rok. Zařízení navštěvuje zhruba jednou za 14 dní na 2 – 3 hodiny.

Realizace programu

O dobrovolnickém programu se dozvěděla díky tomu, že je studentkou Zdravotně sociální fakulty v kombinované formě. „**Dozvěděla jsem se to ve škole, no díky tématu bakalářské práce, která byla zveřejněná a díky tomu.**“ Jak probíhalo zaškolení, si nejprve nemohla vzpomenout. „**Já už si to ani nepamatuji, vyplnila jsem dotazník. Hned probíhala nějaká supervize, tak řekli, jestli chci jít, tak jsem šla a tak jsem se s tím seznámila.**“

Motivace a očekávání dobrovolníka

Co ji k dobrovolnictví motivovalo, okomentovala následovně: „**To je právě těžké. V rámci studia jsme museli mít praxi, tak jsem se seznámila s různými klienty a ti senioři mi byli tak nejbližší. Nejvíce osobní asistence, ale to pak nevyšlo, klienti nemají důvěru. Tak tohle se mi tak nabídlo.**“

Otázku zaměřenou na očekávání, zodpověděla: „**Já jsem třeba očekávala nějaké procházky nebo akci mimo ten domov. Také jsem chtěla poznat práci se seniory v ústavním zařízení.**“ Její očekávání ohledně procházek se zatím nenaplnilo, ale na tomto problému se v rámci dobrovolnického programu pracuje. „**No, zatím to je v jednání.**“

Dobrovolnická činnost

První návštěvu si vybavila poměrně přesně. Sešla se s koordinátorkou dobrovolníků a kontaktní osobou domova Máj a společně prošli zařízení, přičemž byla seznámena s organizačními věcmi ohledně její dobrovolnické činnosti. **„Byla jsem provedena po domově, kde co je a po stanici C, to byla ta úplně první. Pak jsem tam šla sama, a to tam byl Míra¹⁰⁹ a myslím, že jsme u stolu trénovali paměť, slovní fotbal jsme hráli.“**

Jako nejčastější činnost s klienty zmínila hraní her. **„Nejčastěji je vždycky hraní společenských her, většinou domino, s velkými čísly nebo barvami a Člověče, nezlob se. Také karty a pak si s nimi povídám, takové ty přátelské rozhovory.“** Další činností, kterou by chtěla dělat, jsou již zmíněné procházky mimo domov.

Pomůcky, které má k dispozici příliš nepoužívá, ale vyjmenovala je. **„Je tam nabídka knih, společenské hry, pak také míček.“**

Na otázku, co jí dobrovolnictví přináší, odpověděla: **„To, že můžu klientům zpestřit den a zkrátit volnou chvíli. Také mám pocit, že jsem byla někomu prospěšná. Taková ty nová přátelství, ale to myslím spíše z jiného oddělení. S jinou generací, je to zase, že se člověk dozví pohled na svět z toho stáří.“**

Jako odměnu ve své dobrovolnické činnosti vnímá pozitivní reakce od klientů. **„Je rozdíl, co by to mělo být, a co to je. Mám radost, když u některého klienta vzbudím zájem.“** Uvedla příklad setkání s klientem, který normálně moc nereaguje. Zнала ho ale z dřívější doby, tak se ho zeptala na určité místo a překvapila ji jeho reakce: **„tak ho to rozzářilo, tak se na mě podíval, a hezky odpověděl, že to vnímal, to mi udělalo radost.“**

Jako překážku vnímá ze své strany nevhodnou pracovní dobu. **„Ta moje směna se s tím nedá moc sloučit, nedovoluje mi to zaměstnání, abych se tam více věnovala třeba jednorázové akci na delší dobu, to nemůžu sloučit s prací.“**

109 Zmiňovaný Míra je zaměstnanec-ergoterapeut domova Máj

Ze strany domova žádné.“

Senioři v domově Máj

Jak ji přijímají klienti, vidí celkem pozitivně. „**Já bych řekla, že dobře, i když nevím, zda někoho přijímají špatně. Povídají si se mnou jako se stejně rovnou, myslím si, že jsem se nesetkala s nevraživostí.**“ O vztahu s klienty si myslí, že jsou ji blízcí díky tomu, že má své rodiče v podobném věku. „**Uvědomuji si, že jsou jako moji rodiče. Myslím, že je umím pochopit. Vím, že to tak je. Myslím, že se do nich dovedu vcítit, že mají podobný pohled na všechno.**“

Důležitost při činnosti s klienty spatřuje v navázání kontaktu, ve schopnosti zapojit je do činnosti. „**Tak snažím se je zaujmout a přesvědčit, aby se zúčastnili nějaké té akce, co tam probíhá. Takže navázání toho kontaktu, aby se zapojili do té činnosti, když už tam jsem, v co největším počtu.**“

Přínos dobrovolnictví pro seniory uvádí názorem: „**Ten personál na ně nemá tolik času, je jich tam hodně, tak se jim nemůžou individuálně věnovat. Myslím si, že když tam jsou dobrovolníci o víkendech, tak je s nimi díky dobrovolníkům více pracováno, je to pro ně vyplnění času.**“

Přínos dobrovolnictví pro samotný domov Máj vnímá také. „**Když je tam Míra jako ergoterapeut na celou tu stanici sám, tak je díky dobrovolníkům, klientům věnováno více času. I ty dobrovolníci mohou navázat nějakou vazbu, že se ti klienti těší na svého dobrovolníka. No a také to, že u zaměstnanců může nastat syndrom vyhoření a že když přijde někdo na dvě hodiny, že je to víc baví, přinesou elán.**“

Dobrovolnictví v domově pro seniory, by doporučila, ale vnímá to také jako individuální záležitost. „**Člověk musí cítit potřebu pomáhat, být prospěšný a musí z toho mít radost. Určitě to nemůže dělat každý.**“

Komentář k rozhovoru

Setkání s třetí respondentkou proběhlo v prostředí knihovny. Vyplynulo, že je pro ni dobrovolnictví tématem, o kterém jí nevádí hovořit a je spojeno s různými

pocity a emocemi.

Respondent IV

Informace o respondentovi

Čtvrtou respondentkou byla vysokoškolská studentka ve věku 22 let. V domově pro seniory Máj působila přibližně rok a půl. Její návštěvy trvaly pokaždé kolem hodiny a půl. V době rozhovoru již dobrovolnictví nevykonávala.

Realizace programu

O programu dobrovolnictví v domově Máj se dozvěděla z letáku. „**Na fakultě byl vyvěšený letáček, z nástěnky.**“ Sama se potom přihlásila. Bylo to v době, kdy už výcvik proběhl, takže školením neprošla. „**Ale koordinátorka mě provedla po zařízení.**“

Motivace a očekávání dobrovolníka

K dobrovolnictví respondentku motivovala daná skupina, chtěla by se profesně věnovat právě seniorům. „**Holky od nás chodily na PětP. Mě spíše zaujali senioři. Chtěla jsem si vyzkoušet, jestli bych to mohla dělat.**“

Ze svého očekávání uvádí nové zkušenosti. „**Tak asi takové ty zkušenosti nové. Zeptali se mě, jestli chci k ležícím nebo chodícím. Chtěla jsem k chodícím, ale nakonec jsem šla k ležící. Tam byly omezené možnosti.**“ Naplnění očekávání vnímala jako obtížnější. „**Pro mě to byl ze začátku docela problém. Paní moc nekomunikovala, tak jsem přemýšlela o změně. Ale pak, když jsem viděla výsledky a změnu, tak díky tomu jsem tam zůstala.**“

Dobrovolnická činnost

První návštěva v domově Máj proběhla za pomoci kontaktní osoby. „**Pan Plášil mě doprovodil k té paní, řekl, kdo jsem. Nejprve se ještě zeptal mě, koho bych chtěla.**“ Potom již s ní mluvila osobně.

Z nejčastějších činností jmenovala: „**Povídání, čtení. Nejčastěji povídání.**“ Z dalších činností, které s ní chtěla dělat, byly procházky, ale vzhledem k tomu, že klientka byla ležící, tak to nešlo. „**Kdybych měla jinou klientku, tak chození na**

procházky.“

Z pomůcek většinou žádné nepoužívala. „Nabízel mi, že si můžu cokoli půjčit, ale když jsem něco potřebovala, tak jsem si to přinesla. Knížky tam paní měla, ale karty nebo tak.“ O tom, co ji dobrovolnická činnost přinesla, řekla: „Já jsem tam chodila ráda, protože jsem si s ní rozuměla. Obohatila mě zkušenostmi, názory. Bylo to fajn trávení volného času.“

Odměnou pro ni byla pozitivní odezva ze strany klientky. „Tím, že jsem věděla, že mi důvěřuje, že si mě pamatuje, že se na mě těší. To bylo to hlavní. a i ty koordinátoři se dost snažili, ta komunikace tam byla.“

Překážku vnímala na začátku svého dobrovolnictví. „Kdyby tam nebyl ten postup, tak by to byl asi problém, už jsem nevěděla, jak s ní komunikovat na tom začátku. Mluvit sama hodinu a půl nešlo.“

Senioři v domově Máj

Respondentka naznačila už v předchozích odpovědích, že ze začátku ji klientka přijímala nejistě. „Ze začátku bylo vidět, že asi neví, jak by reagovala. a pak se třeba zeptala, jak mi něco dopadlo a bylo vidět, že se na mě těší.“

Vztah s klientkou ohodnotila celkem jako přátelský. „Ona mi říkala o rodině, já jí také. Nebyl to monolog, tak asi kamarádský.“ Důležité v kontaktu s klientkou pro ni byla zpětná vazba. „Že se mnou komunikuje a nějakým způsobem je spokojená.“

Jestli má dobrovolnictví přínos pro seniory, okomentovala následovně: „Já si myslím, že určitě. Jsou rádi, že tam chodí mladí lidé. Určitě, že za nimi někdo přijde. Zvláště, když tam nefunguje rodina, takže si myslím, že to má určitě význam.“

Přínos dobrovolnického programu vnímala i pro samotné zařízení. „Myslím, že si to můžou jediné připsat k dobru, že aktivizují klienty. Tím pádem všechny zapojí, když dobrovolníky posílají i k ležícím.“

Dobrovolnictví v domově pro seniory by dalším lidem doporučila, ale za předpokladu kladného vztahu k dané skupině. „Musí mít rádi tu skupinu.“ Podle

jejího názoru, by program potřeboval větší propagaci.

Komentář k rozhovoru

Rozhovor probíhal ve fakultním prostředí. Respondentka hovořila o dobrovolnictví se zájmem. Bylo poznat, že dobrovolnickou činnost dělala ráda, a že věří, že má dobrovolnictví v domově Máj význam.

Respondent V

Informace o respondentovi

Pátá respondentka byla rovněž 22.letá studentka vysoké školy. V dobrovolnickém programu působí přibližně půl roku. Do domova Máj dochází jednou za týden na hodinu a půl.

Realizace programu

O dobrovolnickém programu se dozvěděla z letáku na fakultě. **„Lákalo mě to delší dobu, ale dělala jsem dobrovolníka u dětí, tak to nešlo hned.“** Do programu se zapojila po výcviku s dalšími dobrovolníky. **„Vyplnili jsme smlouvu a prošli menším školením.“**

Motivace a očekávání dobrovolníka

Motivací pro respondentku bylo zkvalitnění svého času. **„Chtěla jsem nějakým kvalitním způsobem naplnit svůj čas. Navíc mě baví služba a práce s lidmi a moje oblíbené skupiny jsou děti a senioři.“**

Očekávání se týkalo zpříjemnění života klientů. **„Hlavně jsem chtěla pomoci zpříjemnit klientům pobyt v Domově. Přinést jim nové podněty, udělat jim radost. Též jsem se chtěla naučit komunikaci se seniory, zvláště s těmi, se kterými je z nějakého důvodu náročnější.“** Většina z očekávání považuje za naplněné. **„Příležitostí ke komunikaci se seniory je mnoho.“**

Dobrovolnická činnost

První návštěva probíhala podobně jako v předcházejících případech. **„S koordinátorkou a kontaktní osobou jsme prošli domov, ukázali mi, co kde je.“** Z nejčastější činnosti respondentka uvedla rozhovor. **„Aktivity při trávení**

jejich volného času, především rozhovor. Také hrajeme hry.“ Z dalších činností by chtěla dělat následující: **„Vyrábět, procvičovat a upevňovat dovednosti, chodit ven.“** Pomůcky používá jen někdy. **„Máme k dispozici nějaké hry, knížky, omalovánky.“**

Otázku o přínosu dobrovolnictví pro ni osobně v době rozhovoru neměla sama úplně vyjasněnou. **„V poslední době mě to stojí hodně energie a přemýšlení, zda to vůbec má smysl. Jinak když mám lepší období, tak se s klienty často zasměju, mám radost z hezkých rozhovorů, i z toho, že se mi podařilo s nimi otevřít nějaké téma.“**

Odměnu vnímá v kladné reakci klientů. **„Radost klientů, ochota k rozhovoru, otevřenost, jejich vděk.“** Dodala, že vděk není důležitý, ale když ho klienti projeví, tak to přispěje k dobrému pocitu.

Jako překážku viděla málo informací o jednotlivých klientech. **„To že nesmím nahlížet zejména do sociální dokumentace.“**

Senioři v domově Máj

Myslí si, že ji klienti přijímají dobře. **„Většinou není žádný problém. Jsou rádi, když si mají s kým popovídat, když za nimi někdo přijde a mohou dělat něco jiného.“** Vztah s klienty popsala jako pozitivní. **„Mám je ráda, těším se na ně. Při kontaktu s klienty v domově Máj je pro ni důležité, aby si nepřipadala navíc. „Abych ze strany personálu nevnímala, že jsem nevítaná.“**

V přínos dobrovolnictví seniorům věřila i ve svém těžším životním období. **„I přes svou současnou krizi doufám, že práce se seniory je smysluplná. Jsem přesvědčená, že je potřeba věnovat seniorům čas. Jako společnost máme povinnost zachovat lidem důstojný život i v době jejich stáří.“**

V otázce o přínosu dobrovolnického programu pro samotný domov Máj, zmínila názor, že ač může dobrovolnictví přinést některé starosti navíc, tak se vyplatí. **„V tomto ohledu je dobrovolnictví pro zařízení komplikací. Ale o co by mělo jít v zařízení především, je služba seniorům. a z tohoto pohledu je dobrovolnictví určitě velmi přínosné i pro zařízení.“** Dodala, že dobrovolníci

zajišťují klientům běžnou lidskou komunikaci a kontakt se světem.

Na poslední otázku, zda by dobrovolnictví v domově pro seniory dalším lidem, odpověděla: „**Rozhodně. Služba má cenu.**“

Komentář k rozhovoru

Setkání s pátou respondentkou probíhalo v prostředí kavárny. Z rozhovoru bylo znatelné, že se o dobrovolnictví a klienty zajímá, že ji na tom záleží, přestože, jak sama uvedla, prožívala složitější období.

6.2 Výsledky polořízeného rozhovoru s respondenty domova Máj

Respondent I

Informace o respondentovi - seniorovi

První respondentkou byla žena ve věku 78 let. V domově Máj žije 2 roky, jejím původním povoláním byla dělnická činnost.

Otázky týkající se osobnosti seniora

Respondentka se v domově Máj, cítí dobře. „**Líbí, moc. Sestřičky jsou hodné.**“ Ze svých zálib a oblíbených činností uvedla „**zábavu, písničky, tanec, ale teď nechodím. Až budu, tak to bude veselejší. No a pletení.**“ Na radu sociálního pracovníka plete věci pro děti.

Na otázku, zda je ráda, když za ní někdo přijde, odpověděla, že ano. Ale dodala, že za ní moc lidí nechodí, když to jde, tak kamarádka. „**Kamarádka, co bydlí v paneláku, tu byla asi třikrát. Když přijde dobrovolnice, tak se zeptá, co bych chtěla. Nosí mi ovoce.**“ Rodina respondentku nenavštěvuje, neboť ji blízcí zemřeli. „**Nemám žádné, byl to osud.**“

Činnost dobrovolníka

Na otázku, zda by zkusila popsat dobrovolníka, respondentka odpověděla přímo jejich činností. „**No chodí sem dvě a čtou nám pohádky.**“ Tím

zodpověděla i následující otázky, zda za ní nějaký dobrovolník chodí. To ještě rozvedla. „**Chodí sem, nosí mi taky vlnu, pletu z toho svetr, asi dvakrát tu byla. Druhá chodí asi už půl roku.**“

O dobrovolnících se dozvěděla od kontaktní osoby. „**Pan Plášil je sem vždycky přivedl a řekl mi to. Já jsem řekla, že ano.**“ Motivaci dobrovolníků k jejich činnosti zdůvodnit nedovedla. „**Protože jsou pozvaní, nevím.**“ První setkání s dobrovolníkem si nevybavila, vzpomněla si ale, že od dobrovolnice dostala k Vánocům dárek. „**Dala mi andělíčka k ježíšku.**“

Obvykle setkání s dobrovolnicí popsala slovy: „**Čte nám, hrajeme hru Člověče, nezlob se, povídáme si.**“ Zda by s dobrovolnicemi ráda dělala ještě něco jiného, odpověděla, že ráda zpívá. Vztah s dobrovolnicí popsala jako pěkný. „**Nu dobře, hezký.**“

Zda jí něco přináší čas strávený s dobrovolnicemi, popsala: „**Přináší mi radost, mám radost, když přijdou a když si s nimi povídám. Jsou to mladá děvčata, já jsem byla také mladá. Jsem ráda.**“ Přínos dobrovolníků pro seniory obecně také vnímala. „**Můžou přinášet radost, úsměv.**“ Co dobrovolnictví přináší samotným dobrovolníkům, neuměla povědět. „**Já nevím, neříkali.**“

Na kontaktu by nezměnila asi nic, pověděla, že mohou přijít i další, že je ráda. Zda by dobrovolníka doporučila i dalšímu obyvateli domova odpověděla stručně a jasně: „**Ano.**“

Komentář k rozhovoru

Respondentka byla ochotná vést rozhovor. Bylo to příjemné popovídání. Z projevu bylo patrné, že se některé otázky se jí jevily jako složitější pro odpověď. Měla ale snahu vyjádřit své pocity ohledně dobrovolníků.

Respondent II

Informace o respondentovi

Druhou respondentkou byla žena ve věku 95 let. V domově Máj žije sedmým rokem. Jejím povoláním po mateřské dovolené byla práce ve fabrice.

Otázky týkající se osobnosti seniora

Jak se v domově cítí, ohodnotila: „**Líbí, to víte, že jo. Trošku se to pohoršilo, ale jsou na mě všichni hodní.**“ Velmi je spokojena se sociálním pracovníkem, který jí pomůže, kdykoliv potřebuje. Své zájmy nepopsala, neboť ve svém životě se nemohla moc věcem věnovat. „**Zájmy jsem měla, ale byla jsem sirotek, tak jsem nikam nemohla.**“

Návštěvy má respondentka ráda. „**Já si ráda popovídám, přednáším básničky, ty jsem nezapomněla, ještě jsem se nějaké naučila.**“ Z rodiny za ní dochází syn. „**Dcera je v Praze a syn je právě v Českých Budějovicích. Chodili za mnou i kamarádky.**“

Činnost dobrovolníka

Kdo je to dobrovolník, respondentka vyjádřit nedokázala. Zda za ní nějaký dobrovolník chodí, přesně nevěděla. Uvedla, že někdo přijde, ale moc je nezná, nebo potom zapomene. Další otázky z toho důvodu nebylo možné zpracovat.

Komentář k rozhovoru

Respondentka měla zájem si povídat. Držet se otázek bylo obtížnější, některé skutečnosti si nevybavila. Přestože na výzkumné otázky neuměla/nemohla odpovědět, byla za společnost ráda.

Respondent III

Informace o respondentovi

Třetí respondentka byla žena ve věku 98 let. V domově žila v době rozhovoru krátkou dobu, kolem tří měsíců. Původním povoláním byla úřednice v továrně.

Otázky týkající se osobnosti seniora

V domově Máj se cítila dobře, přestože doma by se cítila lépe. „**Doma by to bylo lepší, ale tady je to dobré, jsou tu hodní.**“ Ze svých četných zájmů jmenovala především sportování jako tenis, lyžování, plavání. „**Všechno, když jsem byla mladší. Jako vdaná jsem na to čas neměla.**“

Jestli je ráda, když za ní někdo přijde, okomentovala: „**No jistě, jsem ráda.**“

Z příbuzných za ní dochází každý den dcera. **„Ještě mám syna, ten tak často nechodí. Jsou oba už v penzi.“**

Činnost dobrovolníka

Popsat dobrovolníka se jevilo jako obtížnější, ale nakonec respondentka našla správná slova. **„Jak bych to řekla, dobrovolně se mnou třeba hovoří.“** Jestli ji navštěvuje nějaký dobrovolník, uvedla, že tam děvče jednou bylo.

O dobrovolnici se dozvěděla díky kontaktní osobě. **„Tak jako Vás, přivedl tu dívku.“** Motivaci dobrovolníků vysvětlit neuměla. Setkání s dobrovolnicí uvedla slovy **„povídaly jsme si.“** Další činnosti viděla jako těžko realizovatelné. **„Já už těžko mluvím, nohy přestaly chodit, všechno je pryč.“**

Jestli ji něco přinesl čas strávený s dobrovolnicí, ohodnotila: **„No to víte, potěšilo mě to.“** Lepší by ale podle respondentky bylo, kdyby mohla snáze mluvit. Přínos dobrovolníků pro seniory obecně vnímala. **„Jistě, těší ho to. Jsou případy, že za nimi nikdo nechodí, tak to by je jistě potěšilo.“** Přínos pro samotné dobrovolníky respondentka uvedla také. **„No to jistě, když může číst a povídat, tak to těší.“**

Doporučení dobrovolníka dalšímu obyvateli domova Máj posoudila jako složitější, z hlediska dobrovolníka. **„Pro dobrovolníka je těžké, když poslouchá těžko mluvícího člověka, musí dávat pozor na to, co říká, ale jinak by to bylo lepší.“**

Komentář k rozhovoru

Ačkoliv třetí respondentka těžko mluvila, byla ochotná a trpělivá odpovídat. Přestože považovala své problémy s vyjadřováním za překážku pro ostatní, osobně jsem tento problém v průběhu rozhovoru výrazněji nevnímala. Nezodpověděla všechny otázky, ale přemýšlela o tom, a pokud mohla a uměla, tak řekla svůj názor.

Respondent IV

Informace o respondentovi

Čtvrtý respondent byl muž ve věku 78 let. V domově žije pátým rokem. Původním povoláním byl technik.

Otázky týkající se osobnosti seniora

Jak se cítí v domově, ohodnotil slovy: „**Docela dobře. To víte, pravý domov to ale není.**“ Jeho zájmem je hraní na klávesy a zpěv. „**Zpívám, na klávesy se učím. Nehraji dlouho, kupoval jsem si je vloni.**“ Návštěvy přijímá rád. „**Jsem velice rád, rád si povídám.**“

Návštěvy rodiny z důvodu velké vzdálenosti nejsou tak časté. „**Je to daleko.**“

Činnost dobrovolníka

Dobrovolníka popsal jako zástupce humanitární organizace ADRA. „**Dobrovolník je člověk, který u nás zastupuje ADRU, popovídá si o všemožných věcech. Já nejsem uzavřený.**“ Z dobrovolníků za ním dochází pravidelně jedna dívka. Někdy i koordinátorka či vedoucí zmíněné organizace. „**Tahle dobrovolnice za mnou chodí tak jednou za 14 dní, delší dobu než rok.**“

O dobrovolnících se dozvěděl díky vedoucí ADRY. „**Spolu jsme navázali kontakt.**“ Pomáhá respondentovi zařizovat jeho vystoupení.

Motivaci dobrovolníků viděl v jejich hlubším zájmu o pomáhání druhým. „**Musí být hlubší zájem člověka o to, aby někomu pomohl. To není jen tak se pozdravit. To už musí být větší sepjetí, velké otevřené srdce, láska k člověku.**“

První setkání s dobrovolníkem byla návštěva vedoucí ADRY. „**Docela přátelské to bylo.**“ Obvykle návštěva dobrovolníka u respondenta spočívá v přátelském rozhovoru. „**Přijde, pozdraví, uvařím kafe a povídáme si.**“ Dodal, že mu dobrovolnice občas něco přinese. Někdy jí také zazpívá. Z dalších činností, které by chtěl s dobrovolnicí dělat, respondenta žádná nenapadla.

Vztah s dobrovolnicí popsal slovy: „**Takový přátelský. Ono je to složité, nemůžete si také povídat s každým o všem.**“

Přínos dobrovolnictví

Přínos dobrovolnictví pro sebe viděl v rozptýlení pocitu samoty. „**V každém případě, momentálně, i nějakou chvíli potom tu společnost, že nejsem tak opuštěný, že si můžu popovídat.**“

Přínos dobrovolnictví pro seniory obecně nechápal jako jednoznačnou nebo samozřejmou věc. „**Pro někoho je to jistě přínosem a pro někoho je to zbytečné, záleží na tom stupni. To se nedá říct takhle jednoznačně, že to má přínos.**“

Jaký má dobrovolnictví přínos pro samotného dobrovolníka, podle respondentova názoru záleží na tom, s kým se setkává. „**Pro někoho to může být utrpení, když vidí, že to nepomáhá. a když na něj čeká, tak ho to může potěšit. V každém případě, je to poučení pro život, že to vidí, jak to pak je.**“

Žádnou změnu v kontaktu s dobrovolníkem by neudělal. „**Nechal bych to, tak jak to je, neměnil bych nic.**“ Zda by doporučil dobrovolníka někomu dalšímu v domově, by záleželo na tom, jakého dobrovolníka. „**Já bych doporučil, ale to by musel být dobrovolník na úrovni, aby si uměl dobrovolník popovídat o všem možném.**“

Komentář k rozhovoru

Respondent byl k otázkám o dobrovolnictví vstřícný, měl zájem odpovídat. Bylo zřejmé, že je rád, když za ním někdo přijde, dobrovolníky jako společnost vítá s radostí.

Respondent V

Informace o respondentovi

Pátá respondentka byla ve věku 83 let. V domově žije přibližně 2 roky. Povolání měla různá.

Otázky týkající se osobnosti seniora

V domově se cítí vzhledem k okolnostem poměrně dobře. „**Domov nemám. V rámci možností se mi tu líbí. Sama bych být nemohla, tak musím být tady.**“

O svých zájmech pověděla: „**Četla jsem a tancovala také.**“ Když ji někdo navštíví tak je ráda. „**Mám z toho radost.**“ Jestli ji navštěvuje rodina, **okomentovala slovy: „Rodina tu není, ale oba synové za mnou chodí.“**

Činnost dobrovolníka

Na otázky ohledně popisu dobrovolníka a jeho návštěv respondentka neuměla odpovědět.

Komentář k rozhovoru

Respondentka byla ochotná vést rozhovor, ale hůře se jí odpovídalo. Na některé otázky z nějakých důvodů neuměla a nemohla odpovědět. Bylo ale docela znatelné, že je za společnost další osoby ráda.

7 Diskuze

Výzkum, který jsem prováděla v domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích, byl zaměřen na přínos dobrovolnictví v daném zařízení. Chtěla jsem zjistit, jestli má dobrovolnická činnost pro dobrovolníky a pro seniory přínos. V případě že ano, tak co konkrétně oběma stranám tato činnost přináší. Dále jsem se chtěla dozvědět, jaké mínění mají obě zúčastněné strany o přínosu dobrovolnictví z širšího hlediska.

Sběr dat byl závislý na vstřícnosti a pomoci koordinátorky dobrovolníků a kontaktní osoby, která působí v domově Máj. Zároveň hrál podstatnou roli zájem a ochota poskytnout rozhovor všem zúčastněným respondentům.

V dobrovolnickém programu byly respondenty výhradně ženy. Tím se potvrzují slova Tošnera a Sozanské,¹¹⁰ kteří uvádějí, že v dobrovolnické činnosti ženy převažují. Pouze 1 z respondentek si našla program účelně, 1 se o něm dozvěděla díky bakalářské práci a 3 se o něm dozvěděly na fakultě díky letáku. Tošner¹¹¹ třetí způsob získávání dobrovolníků zmiňuje jako velmi častý, byť málo efektivní.

Výcvikem prošla z 5 respondentek 1, všechny se však s programem a budoucí činností nějakým způsobem seznámily. Ochman¹¹² kromě sdělení očekávání a vyjasnění si úkolů, považuje za nejdůležitější součástí úvodního rozhovoru definování závazků a dohodu zúčastněných stran.

Motivace respondentek není zcela jednotná, 3 z nich považuje seniory pro sebe blízkou či zajímavou skupinu, 1 uvádí možnost být užitečná a 1 motivovala zkušenost člena rodiny s ústavním zařízením. Z respondentů domova pro seniory popsal možnou motivaci dobrovolníků jen 1. Podle jeho názoru musí vést k dobrovolnictví hlubší motivace, zájem někomu pomáhat.

110 Srovnej: TOŠNER, J. SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. Str. 44

111 Srovnej: TOŠNER, J. SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. Str. 78

112 Srovnej: OCHMAN, M. JORDAN, P. *Dobrovolníci: cenný zdroj*. Str. 15-16

Každá z respondentek měla trochu jiná očekávání, i když 2 z nich měly podobná. 1 respondentka očekávala aktivitu, hry, procházky. To se jí vyplnilo, kromě procházek, podobně jako další respondentce, která tuto činnost očekávala také. Jiná očekávání, která se týkala poznání práce, nabytí zkušeností, zpříjemnění času klientům a dodání radosti se z větší části respondentkám splnily.

První návštěva všech respondentek v domově pro seniory vypadala podobně. Byly koordinátorkou či kontaktní osobou provedeny domovem, přičemž se dozvěděly, kde co je. Tento postup se jeví jako správný, kontaktní osoba má za úkol seznámit dobrovolníka se zařízením, ukázat mu prostory ve kterých bude činnost vykonávat a představit ho personálu.¹¹³ 2 respondenti z domova pro seniory se o první návštěvě dobrovolníka zmiňují také v souvislosti s kontaktní osobou. Ta je za nimi dovedla a nabídla možnost s dobrovolníkem trávit čas. Dalšího respondenta kontaktovala vedoucí humanitární organizace osobně.

Na nejčastějších činnostech se shodly 3 respondentky. Považují za ně hraní společenských her a rozhovor. Obvyklou činností bylo zmíněno také prohlížení a čtení knížek. 4 z respondentek by chtěli s klienty chodit ven, což z některých důvodů nebylo možné (zdravotní stav, podmínky organizace). Jen 1 z respondentek tuto možnost měla a využívala ji z jiných aktivit nejvíce. 3 respondenti z domova pro seniory zmínili jako nejčastější činnost rozhovor. Všechny tyto dobrovolnické činnosti pomáhají při trávení volného času klientů, což bývá jedním z úkolů a poslání dobrovolníka.¹¹⁴

Přínos dobrovolnictví pro samotné dobrovolníky se jeví jako velice subjektivní záležitost. Většina respondentek (4 z 5) zmínila více přínosů, i když 3 se shodují na tom, že jim to přináší pocit užitečnosti či prospěšnosti. Jedna respondentka viděla pro sebe dále přínos a obohacení o bezelstné a upřímné vztahy. Pro druhou byl navíc přínosný pohled seniorů na svět. Další respondentka vnímala přínos dobrovolnictví v získání nových zkušeností, názorů, a znamenalo

113 Materiál ke školení dobrovolníků, Adra. Str. 6

114 Materiál ke školení dobrovolníků, Adra. Str. 14

to pro ni příjemné vyplnění času. Jedna respondentka nebyla jednoznačně přesvědčena o přínosu dobrovolnictví pro ni samotnou, ale když by to mělo něco být, tak ji činnost přinášela radost. Z domova pro seniory se k přínosu pro dobrovolníky vyjádřili 2 respondenti. Jeden z nich mýnil, že pokud ne jiný, tak přínos v podobě poučení pro život má dobrovolnictví v každém případě. Navíc pokud je vztah dobrovolníka a klienta pěkný, tak to dobrovolníkovi přináší potěšení. K tomu se připojuje i názor druhé respondentky. Hladká¹¹⁵ tato tvrzení ještě rozšiřuje. Podle ni může dobrovolnictví přinést kromě nových zkušeností a uspokojení z pomoci druhým, také větší sebedůvěru, nový pohled na svět, přispět k rozvoji kreativity, operativnosti apod.

Odměnu pro svou činnost viděly 4 z 5 respondentek v kontaktu s klientem, v pozitivní reakci, důvěře, zájmu či ochotě spolupracovat. 2 považovali za odměnu i komunikaci s koordinátorkou a její pozornost. Tošner¹¹⁶ doporučuje odměňovat dobrovolníky více způsoby. Organizace může využít dárků, diplomů, uspořádat setkání dobrovolníků spolu se zaměstnanci či klienty, uvést jejich jména ve výroční zprávě atd. Matoušek ještě uvádí, že jednou z hlavní odměn pro dobrovolníky je sdílení zkušeností při supervizi.¹¹⁷

Jedna z respondentek jako bariéru na počátku své činnosti vnímala nedostatek zpětné vazby či reakce od klientky. Tošner¹¹⁸ ve svém přehledu bariér, tuto také zohledňuje. Nedostatek informací, jako překážku však nezmiňuje. 1 z respondentek tuto skutečnost jako bariéru vnímala. Další 2 respondentky viděly překážky spíše na své straně.

3 respondenti domova pro seniory uvedli, že dobrovolnictví pro ně přínos má. 2 z nich zmínili jako přínos, možnost si popovídat. Dále jednomu z nich přinášejí dobrovolníci radost. V tom vidí možný přínos pro seniory obecně. Tedy v potěšení, ve vyvolání radosti. Třetí respondentka měla podobný názor, potěšilo ji

115 HLADKÁ, M. *Význam dobrovolnictví jako specifického lidského zdroje*. Str. 3

116 TOŠNER, J. SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. Str. 84

117 MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Str. 62

118 TOŠNER, J. SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika*. Str. 55

to. Tento přínos může mít dobrovolnictví pro další seniory, zvláště pak pro ty, kteří nemají návštěvy z řady rodiny či známých. S tím se shodoval názor respondentky z dobrovolnického programu. 1 respondent domova pro seniory vnímal přínos dobrovolníků jako subjektivní a individuální záležitost, neřekl by, že to platí pro všechny. Všechny 5 respondentek z dobrovolnického programu mělo názor, že dobrovolnictví přínos pro klienty má. Jedna z nich viděla přínos pro ty klienty, kteří o dobrovolníky mají zájem. Myslím, že tím myslela formu dobrovolnictví zaměřeného na jednoho klienta. Tedy nemohlo by mít přínos pro ty, kteří se s ním kvůli svému nezájmu ani nesebkají. Respondentky viděly přínos ve vyplnění volného času klientům včetně víkendů. 1 shledala přínos ve vytržení ze stereotypu klientů a díky hrám v procvičování a zlepšování jejich kognitivních funkcí. 1 respondentka vnímala díky věnování času seniorům zachování jejich lidské důstojnosti. S tím, co dotazovaní zmínili, korespondují texty organizace ADRA určené ke školení dobrovolníků. V nich se uvádí, že smyslem činnosti dobrovolníka je pomoci klientům trávit jejich volný čas a radovat se ze života.¹¹⁹

Přínos dobrovolnictví pro dané zařízení 1 z 5 respondentek chápala jako relativní pojem. Zmínila názor, že ne všichni zaměstnanci mohou dobrovolníky vnímat jako pomoc. Přesto z rozhovoru vyplynulo, že přínos spatřuje v zabavení klientů alespoň po určitý čas. Z tohoto pohledu to vnímala další respondentka, že je díky dobrovolníkům klientům věnováno více času a pro zařízení to může znamenat v důsledku vylepšení života klientům. Také mohou dobrovolníci podle ní přinášet do organizace elán. Podobný názor zastává Tošner,¹²⁰ který uvádí, že dobrovolníci přinášejí do organizace mimo jiné nového ducha a nadšení. Přestože jedna z respondentek uvedla, že s příchodem dobrovolnictví do organizace mohou přijít i komplikace, zastávala názor, že hlavním cílem zařízení by měla být služba klientům a v tomto ohledu mohou dobrovolníci přispívat. Podle další

119 Srovnej: B. A. Materiál ke školení dobrovolníků [online]. © 2007. Citováno dne 20. 02. 2010. Dostupné z WWW: <<http://www.dcfm.cz/download/skoldobr.pdf>>

120 TOŠNER, J. Dobrovolníci a metodika. Str. 72

respondentky je dobrovolnictví pro organizaci dobrou prezentací, neboť i díky dobrovolníkům se daří aktivizovat a jednotlivě věnovat všem klientům.

Z praktické části, která zahrnovala výzkum a srovnání odpovědí od respondentů, vzešly určité hypotézy. Jsem si vědoma faktu, že zkoumaný soubor je malý, a proto se dané hypotézy vztahují výhradně k němu. Pro obecnou platnost by muselo dojít k jejich ověření při větším počtu respondentů. Jedná se o následující hypotézy:

- 1) Dobrovolníci očekávají, že budou moci vyplnit volný čas klientům.
- 2) Dobrovolnictví přináší dobrovolníkům pocit užitečnosti a kvalitní využití volného času.
- 3) Dobrovolníci pomáhají zvyšovat kvalitu života seniorům.

Závěr

V bakalářské práci jsem se zabývala přínosem dobrovolnictví v domovech pro seniory. Cílem teoretické části bylo popsat a seznámit s problematikou dobrovolnictví, stáří a přínosem dobrovolnictví v obecné rovině. Snažila jsem se ho naplnit pomocí literatury a webových stránek, které se k tématu vztahovali. Tento cíl bych považovala za splněný.

V praktické části bylo cílem zjistit, jestli má dobrovolnictví přínos a případně jaký, v Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích. Pomocí dotazníků jsem zjišťovala názor a pohled 2 typů respondentů na přínos dobrovolnictví pro dobrovolníky a klienty. Kromě toho směřovaly otázky na zjištění motivace a očekávání dobrovolníků, náplně společně tráveného času a dalších.

Z výsledků výzkumu vyplynulo, že dobrovolnictví přínos má, pro obě zúčastněné strany. Pod tímto výsledkem se však skrývají různé možnosti přínosu, ten každý z respondentů vnímal velmi subjektivně. Dobrovolnice viděly přínos pro sebe samé zejména v pocitu užitečnosti a prospěšnosti, který z činnosti získávají. Kromě toho zmínily získání nových zkušeností, názorů, obohacení o upřímné vztahy. Klienti byli spíše toho názoru, že činnost dobrovolníkům přináší potěšení. Pro sebe samé vnímali klienti přínos v možnosti popovídat si. Dobrovolnice viděly přínos pro klienty ve vyplnění jejich volného času.

Myslím si, že cíl zjistit přínos dobrovolnictví z pohledu klientů a dobrovolníků v Domově Máj, byl splněn. Vzhledem k malému počtu respondentů a rozmanitosti odpovědí se však nedají vyvozovat všeobecně platné závěry. Za zkušenost s prováděním výzkumu jsem vděčná, zvláště proto, že jsem mohla s klienty a s dobrovolníky strávit určitý čas. Osobně mi to přineslo mnohé poznatky. Nejen že teoreticky vím, že je pro seniory důležitý kontakt s další osobou a potřeba blízkosti. I díky rozhovorům mám tuto skutečnost ověřenou vlastní zkušeností.

8 Seznam použitých zdrojů

HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990. 407 s.
ISBN 80-7038-158-2.

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

HOLMEROVÁ, I. et. al. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Vyd. 2. doplněné.
Praha: Česká Alzheimerovská společnost, 2003. 88 s. ISBN 80-86541-12-6

KALVACH, Z. et. al. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. 861 s.
ISBN 80-247-0548-6.

KALVACH, Z. et al. *Úvod do gerontologie a geriatric.: integrovaný text pro
interdisciplinární studium*. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366.

KLEVETOVÁ, D. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada, 2008.
202 s. ISBN 978-80-247-2169-9.

KOUTSKÁ, T. *Srovnání péče domovů důchodců v Českých Budějovicích*. České
Budějovice 2007. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých
Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra praktické teologie. Vedoucí práce Mgr.
L. Motlová.

MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008.
Kapitola 4. Dobrovolnická práce, s. 61-63. ISBN 978-80-7367-502-8.

MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003. 287 s.
ISBN 80-7178-549-0.

JANEČKOVÁ, H. Sociální práce se starými lidmi. In MATOUŠEK, O. et al. *Sociální práce v praxi. Specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál, 2005. 351 s. ISBN 80-7367-002-X.

MATOUŠEK, O. *Ústavní péče*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1995. 138 s.
ISBN 80-85850-08-7.

MINEBERGEROVÁ, L.; DUŠEK, J. *Vybrané kapitoly z psychologie a medicíny pro zdravotníky pracující se seniory*. 1. vydání. Brno: Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů, 2006. 67 s.
ISBN 80-7013-436-4.

OCHMAN, M.; JORDAN, P. *Dobrovolníci: cenný zdroj*. USA: The Hopkins University Institut for Policy Studies, 1997. 32 s. ISBN 1-886333-29-7.

PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. 135 s.
ISBN 80-201-0076-8.

PICHAUD, C.; THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. Praha: Portál, 1998. 156 s. ISBN 80-7178-184-3.

TALICH, J. Očekávání dobrovolníka od dobrovolnické činnosti v nemocnici. České Budějovice 2009. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Zdravotně sociální fakulta. Vedoucí práce Mgr. L. Motlová.

TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. 149 s. ISBN 80-7367-178-6.

VENGLÁŘOVÁ, M. *Problematické situace v péči o seniory. Příručka pro zdravotnické a sociální pracovníky*. Praha: Grada, 2007. 96 s. ISBN 978-80-247-2170-5.

ZAVÁZALOVÁ, H. et al. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. Praha: Karolinum, 2001. 97 s. ISBN 80-246-0326-8.

B. A. *Dobrovolnictví a dárcovství. Interaktivní lekce knihoven pro školy*. Praha: Informační centrum neziskových organizací, 2001. 38 s. ISBN neuvedeno.

B. A. *Kvalita života ve stáří. Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2008. 60 s. ISBN 978-80-86878-65-2.

B. A. *Metodika integrace dobrovolnictví v zařízeních pro seniory*. Praha: Hestia, 2005. 36 s. ISBN neuvedeno.

B. A. *Respektování lidské důstojnosti. Příručka pro odbornou výuku, výchovu a výcvik studentů lékařských, zdravotnických a zdravotně-sociálních oborů*. Praha: Cesta domů, 2004. 63 s. ISBN 80-239-4334-0.

B. A. *Sborník přednášek z XI. konference Společnosti sociálních pracovníků*. Praha: JAN, 2000. 109 s. ISBN 80-85529-81-5

Internetové zdroje

<<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2006/sb037-06.pdf>>

HODAČ, T. et. al. *Dobrovolnictví*. [online]. Praha, 2009. Citováno dne 05. 03. 2010. Dostupné z WWW.

<http://www.eurodesk.cz/download/Brozura_Dobrovolnictvi.pdf>

B. A. *Domov pro seniory Máj* [online]. České Budějovice. © 2010. Citováno dne 10. 03. 2010. Dostupné na WWW:

<<http://www.ddmajcb.cz/index.php?nid=3064&lid=CZ&oid=349011>>

GRAUBNER, J. *Charita potřebuje dobrovolníky*. Caritas. [online]. 2004, č.2. Citováno dne 24. 02. 2010. Dostupné z WWW:

<http://www.charita.cz/Data/files/caritas/2004/caritas2004_2.pdf>

NOVOTNÝ, M. et al. *Dobrovolnictví středoškoláků*. [online]. Praha: Hestia, 2003. Citováno dne 03. 03. 2010. Dostupné z WWW:

<<http://www.hest.cz/ruzne/ManualDobrStudentu.pdf>>

B. A. Materiál ke školení dobrovolníků [online]. ©2007. Citováno dne 20. 20. 2010. Dostupné z WWW: <<http://www.dcfm.cz/download/skoldobr.pdf>>

B. A. Kdo jsou to dobrovolníci [online]. Citováno dne 21. 02. 2010.

Dostupné z WWW: <http://www.dobrovolnik.cz/l_lide.shtml>

FRIČ, P. Proletářský altruismus a dobrovolnictví v ČR. [online]. Citováno dne 25. 02. 2010. Dostupné z WWW:

<<http://www.unesco-kromeriz.cz/sbornik2001/fric.htm>>

HLADKÁ, M. *Význam dobrovolnictví jako specifického lidského zdroje*. [online]. © 2006 - 2010 CVNS. Citováno dne 12. 03. 2010. Dostupné z WWW: <http://www.e-cvns.cz/soubory/Konference_Pardubice_Hladka.pdf>

HLADKÁ, M. *Teoretické vymezení filantropie v kontextu dnešní společnosti*. [online]. © 2006 - 2010 CVNS. Citováno dne 22. 02. 2010. Dostupné z WWW: <http://www.e-cvns.cz/soubory/IZnojmo_2009.pdf>

B. A. *Průvodce dobrovolnictvím pro neziskové organizace* [online]. Praha: červen 2003. Citováno dne 03.03. 2010. Dostupné z WWW: <<http://www.hest.cz/pruvodce.shtml>>

TOŠNER, J. *Dokumentace dobrovolnických center a programů. Studijní materiály pro kurz koordinátorů dobrovolníků*. [online]. [cit 2010-03-01] Praha: Hestia, poslední aktualizace leden 2009. Dostupné z WWW: <<http://www.hest.cz/pruvodce.shtml>>

TUTR, V.; NOVOTNÝ, M. *Metodika dobrovolnictví v sociálních službách pracujících s klienty ohroženými exkluzí* [online]. [cit 2010-03-01] Praha: Hestia, poslední aktualizace leden 2009. Dostupné z WWW: <http://www.hest.cz/ruzne/Methodika_dobr_socsl.doc>

Seznam příloh

Příloha I: Otázky pro rozhovor s dobrovolníky

Příloha II: Otázky pro rozhovor se seniory

Příloha I – Otázky pro rozhovor s dobrovolníky

Identifikační údaje:

Pohlaví:

Věk:

Povolání:

Doba dobrovolného působení v Domově pro seniory Máj:

Četnost návštěv za týden a doba návštěvy:

Realizace programu

- 1) Jak jste se o programu dobrovolnictví v domově pro seniory dozvěděl/a?
- 2) Jak probíhalo Vaše zapojení do programu – prošla jste nějakým výběrem, výcvikem?

Motivace a očekávání dobrovolníka

- 3) Co Vás k dobrovolnictví motivovalo?
- 4) Jaké jste měl/a očekávání, když jste se do dobrovolnictví zapojila?
- 5) Jakým způsobem se toto očekávání naplnilo?

Dobrovolnická činnost

- 6) Jak probíhala Vaše první návštěva v domově pro seniory?
- 7) Jaká je Vaše nejčastější činnost při dobrovolnictví se seniory ?
- 8) Jakou další činnost byste se seniory chtěla dělat?
- 9) Jaké máte pro svou činnost pomůcky, co můžete použít?
- 10) Co Vám Vaše dobrovolnická činnost přináší?
- 11) Co je pro Vás odměnou v dobrovolnické činnosti?
- 12) Je pro Vás při dobrovolnictví něco překážkou, bariérou?

Senioři v domově Máj

- 13) Jak Vás senioři v domově přijímají?
- 14) Jaký máte se seniory v domově vztah?
- 15) Co je pro Vás při kontaktu se seniory v domově důležité?
- 16) Má podle Vás pro seniory dobrovolnický program nějaký přínos?
- 17) Vnímáte dobrovolnický program přínosný i pro samotné zařízení?
- 18) Doporučila byste dobrovolnictví v domově pro seniory dalším lidem?

Příloha II - Otázky pro rozhovor se seniory

Identifikační údaje:

Pohlaví:

Věk:

Délka pobytu v domově pro seniory:

Vzdělání:

Osobnost seniora

- 1) Jak se v domově cítíte?
- 2) Jaké máte nebo jste měl/a zájmy, záliby?
- 3) Jste rád/rada když za Vámi někdo přijde?
- 4) Navštěvuje Vás rodina a příbuzní?

Dobrovolník a jeho činnost

- 5) Zkusil byste popsat, kdo dobrovolník je?
- 6) Chodí či chodil za Vámi nějaký dobrovolník?
- 7) Jak dlouho přibližně za Vámi dobrovolník/ci dochází?
- 8) Jak jste se k dobrovolníkovi dostal/a– jak jste se o něm dozvěděl/a?
- 9) Co podle Vás může motivovat dobrovolníky k jejich dobrovolnické činnosti (se seniory)?
- 10) Můžete popsat první setkání s dobrovolníkem?
- 11) Jak setkání s dobrovolníkem/ky obvykle probíhá?
- 12) Jsou nějaké činnosti, které byste s ním/nimi ještě rád dělal/a?
- 13) Jaký vztah s dobrovolníkem/ky máte?

Přínos dobrovolnictví

- 14) Přináší Vám něco čas strávený s dobrovolníkem/ky?
- 15) Myslíte, že dobrovolníci mají nějaký přínos pro seniory obecně?
- 16) Co může přinášet dobrovolnická činnost samotným dobrovolníkům?
- 17) Změnil/a byste na tomto kontaktu s dobrovolníkem/ky něco?
- 18) Doporučil byste program dobrovolníka dalšímu obyvateli domova?

Abstrakt

RYBÁROVÁ, B. *Význam dobrovolnictví v domovech pro seniory*. České Budějovice 2009. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra praktické teologie. Vedoucí práce Mgr. L. Motlová.

Klíčové pojmy: stárnutí, stáří, domov pro seniory, dobrovolník, dobrovolnictví, dobrovolnické centrum, činnost a přínos dobrovolníka

Práce se zabývá dobrovolnictvím, jeho možnostmi a přínosem v domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích. Je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou.

Teoretická část se věnuje pojmům dobrovolník a dobrovolnictví. Popisuje motivaci dobrovolníků a typické oblasti jejich činnosti. Zaměřuje se na spolupráci organizace s dobrovolníky a související náležitosti. Zabývá se obdobím stáří a potřebami seniorů. Definuje domov pro seniory a předkládá zásady komunikace se staršími lidmi. Možnosti a přínos dobrovolnictví teoretickou část završují.

Praktická část se věnuje dobrovolnickému programu v domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích. Obsahuje stručnou charakteristiku programu dobrovolnictví v daném domově. Předkládá výsledky kvalitativního výzkumu, který byl zaměřen na přínos dobrovolníků a porovnává odpovědi dvou typů respondentů: dobrovolníků a seniorů.

Abstract

Importance of volunteering in the nursing homes.

Key words: aging, old age, rest home, volunteer, volunteering, volunteer center, activities and contribution of volunteers.

This thesis concentrates on the topic of volunteering, its potentiality and contribution in rest homes for seniors. The thesis is divided into two parts: theoretical and practical.

The theoretical part deals with the terms volunteer and volunteering. The motivation of the volunteers and their typical area of activity are described. The thesis concentrates on the cooperation with the volunteers and related activities. It deals with the old age and the needs of seniors and presents the principles of communication with elderly people. The theoretical part is concluded with the topic of contribution and potentiality of volunteering.

The practical part is concerned with the volunteer program in the Máj Rest Home in České Budějovice. It involves a brief characteristic of the volunteer program in the rest home. It presents the results of a quantitative research concentrated on the volunteers' contribution and compares responses of two types of respondents: volunteers and seniors. The research of this part is a source of the hypotheses about the benefits of volunteering.