

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra praktické teologie

Bakalářská práce

**VÝZNAM A VYUŽÍVÁNÍ VZPOMÍNEK UŽIVATELŮ  
PŘI POSKYTOVÁNÍ TERÉNNÍCH SOCIÁLNÍCH SLUŽEB  
PRO SENIORY V OBLASTNÍ CHARITĚ STRAKONICE**

Vedoucí práce: Mgr. Lucie Maliňáková

Autor práce: Helena Turková

Studijní obor: Sociální a charitativní péče

Forma studia: kombinovaná

Ročník: 3.

2013

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, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této bakalářské práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby bakalářské práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé bakalářské práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

10. 3. 2013

Helena Turková

Děkuji vedoucí bakalářské práce Mgr. Lucii Maliňákové za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce. Dále děkuji kolektivu pracovníků Oblastní charity Strakonice a uživatelům terénních sociálních služeb této organizace za ochotu a vstřícnost při provádění výzkumu.

## OBSAH

<b>ÚVOD.....</b>	<b>7</b>
<b>1 TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>8</b>
<b>1.1 Senioři.....</b>	<b>8</b>
1.1.1 Vývojové stádium stáří .....	8
1.1.2 Adaptace na stáří .....	9
1.1.3 Paměť a vzpomínky ve stáří.....	10
1.1.4 Význam vzpomínek v sociální práci se seniory.....	12
<b>1.2 Reminiscence a narativní terapie .....</b>	<b>13</b>
1.2.1 Reminiscence .....	13
1.2.2 Funkce reminiscence.....	14
1.2.3 Přístupy k reminiscenci .....	15
1.2.4 Narativní terapie.....	17
1.2.5 Reminiscenční aktivity.....	17
1.2.6 Reminiscenční pomůcky .....	19
1.2.7 Předpokládané dovednosti pracovníků pro uplatnění reminiscence .....	20
1.2.8 Možné obtíže při uplatnění reminiscence ze strany uživatelů a pracovníků .....	22
<b>1.3 Definování sociální služby.....</b>	<b>23</b>
1.3.1 Terénní sociální služby pro seniory .....	24

1.3.2 Vymezení sociální služby osobní asistence .....	24
1.3.3 Vymezení sociální služby pečovatelská služba.....	24
<b>1.4 Oblastní charita Strakonice .....</b>	<b>25</b>
1.4.1 Poskytované sociální služby .....	25
1.4.2 Cílová skupina uživatelů a cíle terénních služeb .....	25
1.4.3 Poskytované činnosti uživatelům terénních služeb.....	26
1.4.4 Personální zabezpečení terénních služeb .....	26
<b>2 PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>27</b>
<b>2.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky .....</b>	<b>27</b>
2.1.1 Cíl výzkumu .....	27
2.1.2 Výzkumné otázky.....	27
<b>2.2 Metodika práce .....</b>	<b>28</b>
2.2.1 Popis metody a popis souboru.....	28
2.2.2 Sběr dat.....	29
<b>2.3 Vyhodnocení.....</b>	<b>30</b>
2.3.1 Vyhodnocení jednotlivých výzkumných otázek .....	30
2.3.1 Celkové vyhodnocení a stanovení hypotéz .....	39
<b>DISKUSE.....</b>	<b>43</b>
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>47</b>
<b>Seznam použitých zdrojů .....</b>	<b>49</b>

**Seznam příloh..... 52**

**Přílohy**

**Abstrakt**

**Abstract**

## ÚVOD

Pracuji šest let v Oblastní charitě Strakonice (dále OCHS) v terénních sociálních službách, osobní asistenci a pečovatelské službě. Služby využívají především senioři.

Ze své vlastní zkušenosti a ze zkušeností mých spolupracovnic při poskytování služeb našim seniorským uživatelům vím, že senioři často vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy. Na základě jejich vzpomínek a vyprávění můžeme poskytovat službu s ohledem na jejich individualitu. Stává se též, že při vyprávění naráží na nepříjemné vzpomínky, a já i moje spolupracovnice nezdědka pocítujeme, že si s některými vzpomínkami nevíme rady, nevíme, jak správně reagovat.

Proto se chci ve své bakalářské práci věnovat bližšímu seznámení s významem a možnostmi využití vzpomínek v sociální práci se seniory.

Cílem bakalářské práce je, na základě teoretických východisek, analýza významu vzpomínek a metod sociální práce se vzpomínkami uživatelů služeb v konkrétní organizaci zaměřené na poskytování terénních sociálních služeb pro seniory, v Oblastní charitě Strakonice, v pečovatelské službě a osobní asistenci. Chtěla bych na základě výzkumu určit, jaké metody práce se vzpomínkami jsou v této organizaci používány, jak práci se vzpomínkami uživatelů pracovníci i uživatelé vnímají, zda je pro ně přínosem nebo zda při práci se vzpomínkami uživatelů existují problematické oblasti, případně jaké. Dále se chci zaměřit na zájem a možnost uplatnění dalších metod práce se vzpomínkami v této organizaci ze strany pracovníků a uživatelů, současně se pokusím identifikovat případné problematické oblasti.

Získané poznatky a výsledky výzkumu hodlám uplatnit při další práci v OCHS.

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou.

První část obsahuje teoretické poznatky o seniorském věku, významu vzpomínek v sociální práci se seniory a metodách sociální práce, které jsou zaměřeny na využívání vzpomínek. Je sestavena na základě prostudované literatury a dalších zdrojů. Využila jsem zejména knihy „Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory“ od Hany Janečkové a Marie Vackové, „Narativní psychoterapie od Jill Freedmanové a Genea Combse a „Reminiscenční terapie“ autorem Naděždy Špatenkové a Barbory Bolomské.

Praktická část je zaměřena na kvalitativní výzkum daného problému. Jako základní techniku pro sběr dat použiji rozhovory s pracovníci a s uživateli zmíněných služeb.

# 1 TEORETICKÁ ČÁST

## 1.1 Senioři

Pokud budeme hledat synonymum k výrazu senior, bude nám nabídnut výraz starší člověk nebo člověk dříve narozený. Jestliže budeme zjišťovat věkovou hranici začátku seniorského věku, opět nenalezneme přesnou odpověď.

Důkazem je nejednotné dělení věkových kategorií seniorů v odborné literatuře. Světová zdravotnická organizace navrhl dělení: 60 – 75 let rané stáří, 75 – 90 let vlastní stáří, 90 a více let dlouhověkost.<sup>1</sup> Stále častěji se v současné době uplatňuje členění: 65 – 74 let mladí senioři, 75 – 84 let staří senioři, 85 a více let velmi staří senioři.<sup>2</sup>

Příznaky stárnutí lze u většiny lidí zaznamenat mezi šedesáti a šedesáti pěti lety.<sup>3</sup> „V tomto věku je již dobře patrné oslabení celé řady fyzických a psychických procesů“.<sup>4</sup> I když má seniorská populace mnoho společných rysů v podobě zákonitých involučních biologických, tělesných a duševních změn, liší se navzájem ve své zdatnosti, životních podmínkách, potřebách a nárocích.<sup>5</sup> Na rozdíl od věku, který je přesně určen dnem narození, je proces stárnutí u každého jedince individuální.

### 1.1.1 Vývojové stádium stáří

„Z hlediska ageismu je stáří obdobím ztrát, celkového úpadku a zhoršené kvality života“<sup>6</sup>.

V dnešní době kultu mládí a krásy se však zapomíná na to, že **stárnutí je přirozený vývoj lidského života a že jedině ve stáří lze dosáhnout plné integrity v pojetí vlastního života.**<sup>7</sup>

---

<sup>1</sup> Srov. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. vyd. 2., přeprac. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-829-5. s. 332.

<sup>2</sup> Srov. MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. b. m. Masarykova univerzita, 2009, ISBN 978-80-210-5029-7. s. 21.

<sup>3</sup> Srov. STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*, Praha: Portál, 1999, ISBN 80-7178-829-5. s. 20.

<sup>4</sup> Tamtéž, s. 43, 44.

<sup>5</sup> Srov. MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*, s. 19, 22 – 26.

<sup>6</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie, Dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0. s. 443.

<sup>7</sup> Srov. PĚŠÁK, I. *Průvodce mezilidskou komunikací, přístupy – dovednosti – poruchy*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 80-247-0858-2. s. 113.

Podle Eriksonova názoru musí jedinec v jednotlivých fázích života řešit různé konflikty. V souvislosti se stářím tento konflikt nazývá konfliktem integrity proti zoufalství. Cílem této poslední fáze života je integrace ega. Erikson toto období nechápe jen jako pasivní přípravu na smrt, ale jako neustálé učení. Jeho teorii rozšířil Peck, který tvrdí, že v období stáří je třeba řešit tři konflikty: diferenciaci ega versus lpění na pracovním zařazení (nalezení něčeho, co nahradí vážnost plynoucí z pracovního zařazení), transcendence těla versus zabývání se tělem (schopnost překonání tělesných obtíží a nalezení přiměřených aktivit), transcendence ega versus zabývání se egem (vyrovnání se s faktem smrtelnosti díky zájmu o blízké). Levinson klade důraz na roli stárnoucího jedince v rodině a ve společnosti. Dle něj se člověk musí naučit předávat vedoucí postavení a vyrovnat se s vlastní minulostí.<sup>8</sup>

Důraz na celoživotní vývoj člověka kladl již J. A. Komenský, který zastával názor, že ve stáří by měl člověk překonat chyby a choroby stařeckých mravů, věnovat se bilancování dosavadního života, dokázat svůj život dobře uzavřít a přijmout správný postoj k přicházející smrti.<sup>9</sup>

### 1.1.2 Adaptace na stáří

Z hlediska adaptace na stáří bývá uváděno pět způsobů vyrovnání se s vlastním stářím:

- **konstruktivní způsob**, kdy senioři mají pozitivní postoj k životu, aktivně tráví volný čas, udržují si duševní i tělesnou svěžest,
- **obranný postoj** (defenzivní), který lze vyzorovat u osob, kteří byli velmi aktivní, nemohou se smířit s úbytkem sil, odmítají pomoc, tají sníženou schopnost sebepěče,
- **závislost**, je příznačná pro lidi, kteří bývali spíše pasivní, spoléhají se na péči druhých,
- **nepřátelský postoj** je charakteristický pro osoby, které se snaží obvinít druhé z vlastní neschopnosti, nezřídka tito senioři žijí osaměle a bývají agresivní,

---

<sup>8</sup> Srov. STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*, s. 154 - 156.

<sup>9</sup> Srov. KLEVETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9. s. 27.

- **sebenenávist** vyplývá z pocitu seniora, že jejich život nebyl dostatečně naplněn, svou nenávist a zlost obražejí vůči sobě.<sup>10</sup>

Reichard a kolektiv uvádějí, že lidé, pro které jsou příznačné první tři charakterové rysy, se dokážou se stářím velice dobře vyrovnat, zatímco lidé se zbývajících dvěma rysy nejsou tak úspěšní.<sup>11</sup>

Ve stáří dochází ke změnám v životních potřebách, senioři „*jakoby se vraceli z výšek Maslowovy pyramidy k jejím základům*“<sup>12</sup>. Jsou zvýrazněny fyziologické potřeby, z psychosociálních potřeb patří mezi nejzákladnější potřeba bezpečí, jistoty, lásky a sounáležitosti.<sup>13</sup>

V souvislosti s adaptací na stáří není možné nezmínit myšlenky logoterapie V. E. Frankla, jeho trojici hodnot. Zejména ve stáří se člověk snaží nalézt ve svém životě smysl, svůj hodnotový základ, díky kterému naplňuje smysl života. Senior může mít pocit, že již není užitečný, protože je omezena jeho možnost tvořit hodnoty. Život člověka má ale smysl právě proto, co prožil a dokázal překonat, tedy prostřednictvím prožitkových hodnot. I v krajních situacích utrpení či omezení má každý možnost svobodně a zodpovědně zvolit, jaký postoj ke konkrétní životní situaci zaujme, zda přijme či nepřijme svůj „osud“.<sup>14</sup>

### 1.1.3 Paměť a vzpomínky ve stáří

Nejjednodušším dělením paměti je kategorizace druhů paměti na krátkodobou (primární) a dlouhodobou (sekundární).<sup>15</sup>

**Při vzpomínání se nejvíce využívá dlouhodobá paměť**, kde jsou uloženy významné informace získané během celého života. Dlouhodobá paměť je sémantická (všeobecně získané znalosti o světě, význam slov), procedurální (životní návyky a postupy) a epizodická (osobní zkušenosti často s emocionálním podtextem).<sup>16</sup>

<sup>10</sup> Srov. MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3872-7. s. 16, 17.

<sup>11</sup> Srov. STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*, s. 157.

<sup>12</sup> MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*, s. 48.

<sup>13</sup> Srov. tamtéž, s. 48.

<sup>14</sup> Srov. ONDRUŠOVÁ, J. *Stáří a smysl života*, Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-1997-2. s. 63 - 65.

<sup>15</sup> Srov. STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*, s. 89.

<sup>16</sup> Srov. MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*, s. 47 - 48.

Dle tradičních představ dochází ve stáří k zachování moudrosti (krystalické inteligence), ale i ke ztrátě důvtipu a bystrosti (fluidní inteligence). S tím souvisí i celkově pomalejší vzpomínání a míra detailnosti. Vzpomínky mohou být rozostřené v důsledku oslabování dlouhodobé paměti nebo i toho, že staří lidé jsou otupělejší k vlastním vzpomínkám. Jako jediný způsob zachování podrobností minulých událostí bývá doporučováno častější ožívování, tj. častější vzpomínání.<sup>17</sup>

Paměť může být zasažena řadou poruch. Jednou z nich je demence. Uvádí se, že demence je nejčastější organickou duševní poruchou ve stáří.<sup>18</sup> Zjednodušeně lze říci, že demence je získané a nevratné onemocnění mozku, při kterém dochází k postižení kognitivních funkcí, aktivit denního života, poruchám behaviorálních funkcí a příznakům z okruhu duševních poruch.<sup>19</sup> Mezi první příznaky demence patří poškození krátkodobé paměti.<sup>20</sup> Pro osoby postižené demencí je proto využívání dlouhodobé paměti velmi přínosné.

Je přirozené a normální, že **staří lidé bilancují svůj život**. Ve vzpomínkách se vracejí k tomu, co bylo v prožitém životě důležité, k dobrému i zlému. Uvažují, zda neměli jednat jinak, relativizují svá minulá rozhodnutí. Jsou se svým prožitým životem spokojeni nebo nespokojeni. Odvracejí se od současných problémů světa a žijí více ve vlastním světě.<sup>21</sup>

**Zásadním přínosem vzpomínání je podpora adaptace na změny, které stárnutí a stáří přináší.** Vzpomínání může sloužit k zdůraznění pozitivních stránek osobnosti člověka a zachování sebepojetí, zvýšení pocitu vlastní hodnoty, udržení pocitu osobní identity, změně negativního image a narušení stereotypů o stáří, získání stimulující a příjemné zkušenosti, získávání materiálu pro bilancování, dosažení integrity v pojetí vlastního života, nabytí nesmrtelnosti.<sup>22</sup>

---

<sup>17</sup> Srov. STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*, s. 87, 108.

<sup>18</sup> Srov. VENGLÁŘOVÁ, M. *Problematické situace v péči o seniory*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-2170-5. s. 25.

<sup>19</sup> Srov. JIRÁK, R., HOLMEROVÁ, I., BORZOVÁ, C. a kol., *Demence a jiné poruchy paměti*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9. s. 11.

<sup>20</sup> Srov. MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*, s. 140.

<sup>21</sup> Srov. HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2. s. 101 - 102.

<sup>22</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-711-0. s. 12 - 14.

### 1.1.4 Význam vzpomínek v sociální práci se seniory

Sociální práce se seniory je založena na vztahu a důvěře, na vytvoření pocitu bezpečí a jistoty. V tomto ohledu je **vzpomínání důležitým zdrojem informací a prostředkem ke vztahu a důvěře**, z objektu pečování se stává subjekt, opravdový člověk s vlastní historií.<sup>23</sup>

Pokud pracovníci využívají práci se vzpomínkami, mohou lépe plánovat službu s ohledem na potřeby jednotlivých seniorů, lépe pochopí chování seniora a jeho potřeby, mají větší zájem o jednotlivé seniory a jejich životní příběhy, rozvíjí roli naslouchajícího a získají dobrý pocit z nových poznatků, které se od seniorů doví.<sup>24</sup>

Bylo prokázáno, že **práce se vzpomínkami zlepšuje psychický, funkční a zdravotní stav seniorů**. Senioři si potvrzují svou vlastní identitu, kontinuitu svého života, vzpomínání umožňuje hodnocení a životní bilancování, je spojené s vnímáním a emocemi, uspokojuje potřebu předat zkušenost a tím se podílet na pokračování života, zaměstnává myšlení a paměť. Významné je i společné vzpomínání.<sup>25</sup>

*„Někteří badatelé jsou přesvědčeni o tom, že „terapie vzpomínkou“ může být pro starší lidi povzbuzující, neboť jim umožňuje vyrovnat se před smrtí s vlastním životem (Kermis, 1983). U řady starých lidí může být vzpomínání reakcí na nudu: „Starí lidé mohou zažívat prohlubující se rozpor mezi všední přítomností a událostmi nabitou minulostí. Časově vzdálené události bývají často zkoumány a ožívány (Rabbitt a Winthorповá, 1988).“<sup>26</sup>*

Rozhovory o starých časech nepředstavují jen pouhé žití v minulosti. Vzpomínání je pro osoby, pro které pojem zde a nyní nedává příliš velký smysl, **zdrojem bohatství jejich zkušeností, dosažených úspěchů, a rovněž možností předání dalším generacím**. Vzpomínky na minulost také představují zklamání a bolesti, se kterými se musí člověk vypořádat. Je to příležitost znovu si užít a radovat se ze vzpomínek, které člověk vytváří celý svůj život. Není vhodné vzpomínky vynucovat, protože to může osoby s kognitivní poruchou rozrušit, ale je přínosné podporovat vzpomínání na témata,

---

<sup>23</sup> Srov. MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X. s. 188.

<sup>24</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-581-3. s. 53.

<sup>25</sup> Srov. MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*, s. 188.

<sup>26</sup> STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*, s. 110.

o kterých mluví rády. Musíme být ovšem připraveni skutečně naslouchat, přestože se mohou příběhy z minulosti neustále opakovat.<sup>27</sup>

**Prospěch, který vzpomínání seniorům přináší, lze shrnout do následujících oblastí: vnímání vlastní identity, sebehodnocení, zhodnocení dosavadního života, zábava.**<sup>28</sup>

## 1.2 Reminiscence a narativní terapie

### 1.2.1 Reminiscence

Latinské slovo „reminiscere“ znamená vzpomenout si, rozpomenout se, obnovit v paměti. **Reminiscence** je synonymem pro výraz vzpomínka nebo vzpomínání. Nejužívanějším vymezením reminiscence je definice britského geriatra R. Woodse jako *„hlasité nebo tiché (skryté, vnitřní) vybavování událostí ze života člověka, které se uskutečňuje buď o samotě, nebo spolu s jinou osobou či skupinou lidí“*. Reminiscenční terapie je zaměřená na využití vzpomínání seniorů podpořené používáním vhodných podněcujících pomůcek. Psychoterapie a reminiscenční terapie mají společné to, že dochází k odkrývání minulosti člověka, aby mohl lépe pochopit a zvládnout přítomnost. Na rozdíl od psychoterapie, kdy dochází k řešení složitých lidských osudů a ošetření znovuprožívaných traumat, a kdy je nutný několikaletý výcvik terapeutů, jde v reminiscenční terapii spíše o spontánní psychický proces, jehož hlavním cílem je navození dobré nálady.<sup>29</sup>

V odborných kruzích se stále vedou debaty, zda je možné reminiscenci označovat jako terapii. Podle P. Schweitzerové, ředitelky reminiscenčního centra v Londýně a zakladatelky a koordinátorky Evropské reminiscenční sítě není vhodné spojovat reminiscenci se slovem terapie, ale spíše s přístupem či aktivitou.<sup>30</sup> R. Sim zastává názor, že na reminiscenční terapii nelze v žádném případě nahlížet jen jako na techniku. Přiklání se k tomu, aby byla vnímána jako určitý druh pohledu na péči, která vede k prohloubení vzájemné úcty mezi seniory a pečujícími personálem, vnímá reminiscenci

---

<sup>27</sup> Srov. ZGOLA, J. *Úspěšná péče o člověka s demencí*. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN 80-247-0183-9. s. 209

<sup>28</sup> Srov. WALSCH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4. s. 157.

<sup>29</sup> JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 21 – 22.

<sup>30</sup> Srov. tamtéž, s. 22 – 23.

dokonce jako umění, protože vyžaduje i fantazii, tvořivost a estetický úsudek. Existuje tedy rozdíl mezi pojetím reminiscence jako aktivity a reminiscence jako terapie. Je ale nezpochybnitelné, že reminiscence působí terapeuticky, především těmito faktory: dochází ke katarzi, sebeodhalení, větší otevřenosti při komunikaci, uvědomění si univerzálnosti své zkušenosti, pocit přijetí, altruismus, podpora, porozumění sobě samému, učení se nápodobou, nárůst naděje a uvědomění si vlastní síly a zodpovědnosti. Proto se často **pojmy reminiscence a reminiscenční terapie** užívají jako **synonyma**.<sup>31</sup>

Jako první začal koncem padesátých let 20. století cíleně užívat vzpomínky při práci se starými lidmi gerontolog a psychiatr R. N. Butler. Svoji metodu označil jako *life review* – rekapitulace, reflexe, hodnocení nebo bilancování života. V této metodě jde o strukturovanou aktivitu k vybavení nevyřešených konfliktů, odpuštění sobě i druhým, napravení křivd nebo jen oproštění od negativních emocí.

S potřebou vyrovnat se s vnitřními konflikty a křivdami pracovala i N. Feilová, která v průběhu šedesátých a sedmdesátých let 20. století vypracovala koncept validace. Validace je respektující přístup, který pracuje s emocionálním prožitkem dezorientovaného člověka (člověka s demencí), je založen na empatii a důstojném přijetí člověka, na potvrzení jeho hodnoty. Uznává, že vše co člověk říká a dělá je pro něho skutečné a pravdivé, hodnotné a validní. Tento přístup byl odlišný od dosavadních tradičních snah neustále vtahovat dezorientované seniory do reality. **Reminiscence je jednou z důležitých validačních technik**. Výhodou validace oproti reminiscenci je, že některé validační techniky lze uplatnit až do pozdních stadií demence.<sup>32</sup>

### 1.2.2 Funkce reminiscence

Z hlediska adaptační hodnoty vzpomínání má dle Cohena reminiscence tři druhy funkcí:

- **intrapersonální**, kdy napomáhá udržet vnitřní emoční rovnováhu a vědomí sama sebe, má hlavní roli při hledání smyslu života, pocitu identity a životní koherence,

---

<sup>31</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 21 – 30.

<sup>32</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 16 – 21, 29.

- **interpersonální**, vedoucí k sociální interakci (patří sem i intimní vzpomínky na blízké, kteří již nejsou přítomni),
- **poznávací, informační, výukovou**, tedy funkci, která má souvislost s rolí seniora jako mudrce a přirozené autority.<sup>33</sup>

Podle Norrise lze rozlišit tři funkční úrovně reminiscence:

- **oddechovou**, s cílem aktivizace seniorů ve volném čase,
- **podpůrnou**, která má za úkol nastolení psychické pohody, obnovení sebeúcty a posílení vlastní identity
- **terapeutickou**, při které je reminiscence prostředkem životní rekapitulace, vyrovnání se s vlastním životem a blížící se smrtí.<sup>34</sup>

### 1.2.3 Přístupy k reminiscenci

- **Narativní přístup** (latinské slovo „narro“ znamená vyprávět, líčit, podávat zprávu, „narration“ je latinský výraz pro vypravování) pracuje s vyprávěnými vzpomínkami, nejčastěji jde o **vyprávění příběhů ze života** v uvolněné atmosféře a bezpečném prostředí mezi dvojicí nebo ve skupině. Může se jednat i o tiché individuální vzpomínání nebo o psané vzpomínky, autobiografie, knihy života, memoáry. Vzpomínky mohou být vyvolané asociacemi na průběh rozhovoru nebo na reminiscenční podněty (historické předměty, fotografie apod.). Nejčastější formou je skupinové sezení v příjemné atmosféře a bezpečném prostředí pod dohledem facilitátora. Důležitou stránkou narativního přístupu je **nehodnotící postoj**. Přínos tohoto přístupu je vyjádřením **interpersonální funkce reminiscence**.
- **Reflektující přístup** zastupuje především **životní rekapitulace** R. N. Butlera. Ze zmíněného principu vyšel i P. Cappeliez, který rozvinul **model kognitivně-reminiscenční terapie zaměřené na posilování integrativních** (umožňujících přerámování postojů a myšlenek) **a instrumentálních** (připomínajících vlastní úspěchy a pozitivně zvládnuté obtížné životní situace) **vzpomínek**. Jedná se o vybavování vzpomínek v rozhovoru s pracovníkem nebo ve skupince osob za

---

<sup>33</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 19.

<sup>34</sup> Srov. tamtéž, s. 23.

účelem celkové reflexe a porozumění životu, hledání smyslu života a jeho přijetí. Jsou řešena různá témata, například rodinné vztahy, životní úspěchy a prohry, hlavní životní mezníky, životní cíle apod. Tento přístup je jednou z technik validace.

- **Expresivní přístup** popsal J. Pennebaker, je zaměřený na **expresi emocí, otevření minulosti a následné přehodnocení traumatických zážitků**. Otevření minulosti a expresivní mluvení nebo i psaní o prožité traumatické události pomáhá člověku tím, že mizí úzkosti, stres a jiné poruchy nebo zdravotní problémy způsobené potlačením těžkých, skrývaných vzpomínek. Na rozdíl od narativních a hodnotících přístupů je při vyjádření vzpomínek zdůrazňována přítomnost a možnosti do budoucna.
- **Informační přístup (bibliografie)** je charakteristický pro informativní reminiscenci P. Colemana, která využívá **autobiografii** (senioři vypráví svůj osobní příběh v kontextu historických událostí a podávají jejich vlastní interpretaci a přináší poučení mladší generaci). Reminiscenční programy mohou probíhat formou přednášek pamětníků, vzdělávacích pořadů, setkání generací, retrospektivních výstav, apod.). Přínosem tohoto přístupu je **posílení společenské role seniorů**.

Z různých přístupů k práci s reminiscencí těží různé skupiny seniorů. Analytické, reflektující přístupy s psychoterapeutickými prvky mají prokazatelný dopad na zlepšení duševního zdraví (snižují depresi, vztahují se k osobnímu „já“). Výzkumy prováděné u seniorů žijících v institucích, kde je reminiscenční terapie prováděná formou strukturovaných pravidelných setkání v malých skupinách, prokazují, že reminiscence má vliv na zlepšení kognitivních funkcí, zvýšení pocitu identity, začlenění osob s demencí, zlepšení nálady a spokojenosti, zlepšení individuálního přístupu ze strany pečujících.

U narativních a informačních přístupů je zlepšení obtížně měřitelné, protože jde o subjektivní vnímání jednotlivého člověka.<sup>35</sup>

---

<sup>35</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 23 - 30.

### 1.2.4 Narativní terapie

Řada autorů pokládá za správné poznat nejdříve životní dráhu starého člověka, a teprve potom vytvářet jeho celkový psychický portrét.<sup>36</sup> Základy k narativní terapii jako terapeutickému způsobu je práce s vyprávěným životním příběhem položili M. White a D. Epston.<sup>37</sup>

Narativní terapii můžeme označit jako otevírání prostoru pro nové příběhy. Jejím cílem pomoci se člověku dívat se na své příběhy jinak, **přetvářet životní příběh tím, že hledá pozitivní smysl v tom, co považoval za neštěstí**. Narativní terapie vychází z toho, že realita člověka je sociálně konstruována (tj. vychází ze společenských zvyklostí), je vytvářena prostřednictvím jazyka (existují různé významy slov a gest), je strukturována a udržována prostřednictvím vyprávění (lidé dávají svému životu smysl pomocí příběhů), klade důraz na to, že neexistují žádné neměnné pravdy (stejně skutečnosti mohou být vyprávěny jinak, mají odlišný smysl).<sup>38</sup>

Předpokladem k tomuto způsobu práce s životním příběhem je odborný terapeutický výcvik, což vyplývá z prostudované knihy.<sup>39</sup>

### 1.2.5 Reminiscenční aktivity

Reminiscence nemusí mít nutně nějakou speciální podobu či formu, může a měla by být součástí každodenní reality při péči o seniory. Všechny nejzákladnější a nejobyčejnější každodenní události mohou vést k reminiscenci. Reminiscence je nedílná součást jakékoliv sociální interakce.<sup>40</sup>

Reminiscenční aktivity mohou probíhat **při skupinových setkáních**, ale především by měly být **součástí individuálního kontaktu** pracovníků nebo rodinných příslušníků se seniorem.<sup>41</sup>

**Skupinová reminiscence** může být **neformální**, dochází k ní spontánně a nenuceně při běžných činnostech (např. diskuse o minulosti při podávání jídla) s cílem

---

<sup>36</sup> Srov. HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*, s. 86.

<sup>37</sup> Srov. FREEDMAN, J., GOMBS, G. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-549-3. s. 13.

<sup>38</sup> Srov. tamtéž., s. 29, 42 - 54, 63 – 65.

<sup>39</sup> Srov. FREEDMAN, J., GOMBS, G. *Narativní psychoterapie*.

<sup>40</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 29.

<sup>41</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci seniory*, s. 43.

přinést radost, stimulaci a smysluplný život v instituci, nebo **formální**, která je předem plánována a cíleně zaměřena na určité konkrétní téma.

**Individuální** reminiscence je velmi dynamická, je příležitostí pro vytvoření intenzivního vztahu, vzniká větší prostor pro osobně důležitá témata, je vyjádřením individuální jedinečnosti každého.

Dle názoru F. Gibsonové můžeme rozlišovat reminiscenci obecnou a specifickou. **Obecná** reminiscence je předem naplánovaná činnost zaměřená na stimulaci vzpomínek na dané téma, při níž se využívají snadno dostupné reminiscenční pomůcky. Oproti tomu **specifická** reminiscence využívá pomůcek, které mají bezprostřední souvislost s konkrétním seniorem, je zvláště vhodná pro práci se seniory s demencí, depresí nebo s poruchou chování.<sup>42</sup>

**Podle cíle** dělíme aktivity:

- na vedoucí **k sociálnímu začlenění**, především pokud se reminiscence odehrává ve skupině. K prosociálně orientovaným aktivitám patří narativní metody, které podporují vzpomínání na běžné aktivity života. Patří sem rozhovor ve skupině, posezení s pohoštěním, výlety, společenské hry, společný tanec, zpěv, vaření, hraní divadla, příprava slavnosti, tvorba reminiscenčních krabic, beden či kufrů apod.<sup>43</sup> Nedílnou součástí je podpora přirozených forem setkávání.
- **Rekapitulace života vedoucí k sebepřijetí** probíhá v rozhovoru pracovníka a seniora nebo v uzavřené skupině. Senioři mohou zapisovat své vzpomínky a úvahy o prožitém životě, tvořit autobiografii, zaznamenávat svůj životní příběh do knihy života. K posílení vlastní identity a oživení rodové tradice je možné sestavovat genealogii.
- **Expresivní vyjádření emocí, otevření se** nebývá cílem reminiscenčních aktivit. K vyjádření traumatických vzpomínek dochází při vytvoření opravdu důvěryhodného prostředí nebo náhle při určité události. Profesionální reakcí pracovníka by mělo být aktivní naslouchání a nabídka odborné psychologické pomoci.

---

<sup>42</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 26 – 29.

<sup>43</sup> Jako reminiscenční neboli vzpomínkové krabice, bedny či kufr jsou označovány krabice, bedny či kufry, do kterých si senioři ukládají věci, ke kterým mají silný citový vztah a které vyvolávají jejich vzpomínky (např. fotografie, drobné předměty, dopis, oblíbená kniha apod.)

- K **předávání zkušeností, poznatků** jsou vhodné aktivity jako přednášky, tematická setkání, mezigenerační programy, komponované hudební programy, výuka jazyků, kurzy vaření, výstavy různých sbírek, tvorba vzpomínkových krabic a příprava jejich výstavy, kluby pamětníků apod.

**Podle použitých komunikačních prostředků** rozlišujeme aktivity na **verbální** metody (ústní nebo písemná forma) a **neverbální** metody (pomocí těla nebo výtvarnými prostředky). K verbálním aktivitám patří vzpomínání dvojice nebo skupiny, zpěv, recitace, předčítání, hra rolí nebo divadla na základě vzpomínek. Neverbálními metodami je prohlížení (fotografií, pohlednic, starých časopisů), sledování starých filmů a promítání diapozitivů, poslech hudby nebo hra na hudební nástroje, aktivní výtvarná tvorba (vzpomínkové krabice, koláže, kresba, modelování), dříve vykonávané pracovní činnosti, pantomimické hry, tanec, oblékání starých kostýmů, móda, používání kosmetiky, vycházky a výlety po stopách vzpomínek.

**Aktivity podle výsledku** mohou být **nemateriální** (úleva, spokojenost, nové vztahy a poznatky, příjemný zážitek) nebo **materiální** (knihy života, vzpomínkové krabice, koláže, výstavy, nástěnné panely).<sup>44</sup>

### 1.2.6 Reminiscenční pomůcky

Pomůcky podporující reminiscenci mohou být různé, jsou používány s cílem pozitivně podněcovat vzpomínání. Snažíme se využívat takové pomůcky, které stimulují co nejvíce smyslů.

- **Vizuální pomůcky** jsou nejčastěji využívanými pomůckami. Vhodné jsou **fotografie**, které by měly být, vzhledem k problémům seniorů se zhoršeným zrakem, kvalitní a ostré. Jejich význam spočívá v tom, že navozují atmosféru dávných časů. Nejlépe se osvědčují fotografie zachycující každodenní okamžiky běžného života. Stejně jako fotografie mohou být využity **kresby a obrázky**. Při práci s většími skupinami lidí je vhodné promítat **diapozitivy** nebo obrázky dataprojektorem na plátno nebo stěnu. Časté je využití **dobových tiskovin** (článků z novin, časopisů, inzerátů, informací z knih). Přínosem bývá **sledování**

---

<sup>44</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 64–67, 116.

zajímavých retrospektivních programů **televize nebo promítání filmů**, kdy po zhlédnutí následuje diskuse.

- **Auditivní pomůcky** podporují využití sluchové paměti. Zvuky nebo hudba jsou velmi silným podnětem pro vybavování vzpomínek. Používají se **nahrávky různých zvuků** (parní lokomotiva, klapot koňských kopyt, školní zvonění, šumění větru, zpěv ptáků apod.), **nahrávky mluveného slova** (poezie, beletrie, úryvky rozhovorů s významnými lidmi apod.) nebo **hudební nahrávky** (dechovky, vážná hudba, muzikály apod.).
- Do kategorie pomůcek, které **podporují senzoricou stimulaci**, patří **dotýkání se různých věcí zajímavých na dotek** (studené, teplé, různých tvarů, kamínky, tkaniny, přírodniny apod.). Mnohdy téměř okamžitý efekt mají nejrůznější **vůně, pachy i zápachy** (čerstvý chléb, namletá káva, bylinky, koření, úklidové prostředky apod.). S vůní souvisí i **využití chuťových podnětů**, kdy je možné společně připravit oblíbené jídlo.<sup>45</sup>

### 1.2.7 Předpokládané dovednosti pracovníků pro uplatnění reminiscence

Doporučuje se, aby se reminiscenční terapii věnoval speciálně vyškolený pracovník. Roli reminiscenčního terapeuta může vykonávat zdravotní sestra, ošetřovatelka, sociální pracovníce nebo pracovníce sestavující aktivizační programy. Tito pracovníci by měli být seznámeni s významem a teorií a principy aplikace reminiscence do praxe. Měli by se účastnit pravidelně supervizí. Je možné zapojit místní umělce, odborníky v tradičních řemeslech a dobrovolníky.<sup>46</sup> Jednoduchou reminiscenci může provádět každý pečovatel při všech běžných denních činnostech (například rozhovory na různá témata ze života seniora, které jsou spontánní, nestrukturované, ale nezřídka o to cennější).<sup>47</sup> Přínosem je spolupráce s rodinnými příslušníky seniorů.<sup>48</sup>

---

<sup>45</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 32 – 38.

<sup>46</sup> Srov. tamtéž, s. 41 – 43.

<sup>47</sup> Srov. MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*, s. 165.

<sup>48</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 40.

Základním předpokladem uplatnění reminiscence v péči o seniory je přijetí principů péče orientované na člověka (Kitwood, 1997), které zdůrazňují **pozitivní přístup a respekt k důstojnosti člověka**.<sup>49</sup>

Humanitní psychoterapeut a poradce C. Rogers považuje za základní principy na osobu zaměřeného přístupu: přesvědčení o pozitivní povaze všech lidí, víru v jedinečnost a hodnotu každého člověka, člověk je sám jediným odborníkem na svůj život, pracovník není expert na problémy, nejdůležitější je vytvořený důvěrný vztah a aktivní naslouchání.<sup>50</sup>

K technikám aktivního naslouchání patří reflexe neboli zrcadlení či odraz (schopnost vyjádřit myšlenky a pocity slovy), parafráze (opakování již řečeného jinými slovy), povzbuzení, drobné zdvořilosti, mlčení, pohled, dotyk, shrnutí slyšeného, vzájemné setkání (okamžik sdělování vzájemných pocitů).<sup>51</sup>

Z výše uvedeného vyplývá, že pracovník při reminiscenčních aktivitách musí mít **dobré komunikační dovednosti a vyvinutou schopnost empatie**.

Nedílným předpokladem je dobrá znalost dějinných událostí a společenských poměrů, které provázely životy seniorů. Vhodné je před zahájením reminiscenční práce sestavení časové osy, na které si pracovník na počátku vyznačí počátek života dnešních seniorů (cca 30., 40. léta 20. stol.), na druhém současnost se souvisejícími historickými, společenskými, ale i osobními a rodinnými událostmi seniora. Pracovník by měl být připraven **k vyhledávání zajímavých vzpomínkových předmětů**, které podněcují smysly (hmat, sluch, čich, zrak i chuť) a tematizaci rozhovorů (oblíbenými tématy jsou dětství, škola, oblíbená jídla, koníčky, rodinné události, zaměstnání, vnoučata apod.). V institucích pečujících o staré lidi je předpokladem pro úspěšnou reminiscenci i příjemné uspořádání prostředí (zákoutí s dobovým nábytkem, retrokavárna apod.). Samozřejmě musí být chuť pracovníků k prohlubování vzdělání v oblasti komunikace, validace a reminiscence.<sup>52</sup>

Velký význam je připisován osobnosti reminiscenčního pracovníka, je kladen **velký důraz na postoje, hodnoty, znalosti a dovednosti**. K výčtu jeho osobnostních

---

<sup>49</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 50.

<sup>50</sup> Srov. CASEMODE, R. *Na osobu zaměřená psychoterapie*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-454-0. s. 7 – 9.

<sup>51</sup> Srov. KLEVETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory*, s. 101 – 104.

<sup>52</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 59, 68 – 75.

dovedností patří k již dříve zmíněným také odvaha naslouchat i bolestivým emocím, obliba vzpomínání vůbec, ochota sdílet vlastní vzpomínky, schopnost kriticky zhodnotit vlastní práci a přijmout zpětnou vazbu od ostatních.

Za zmínku stojí i další důležitý předpoklad pracovníka uplatňujícího reminiscenci, kterou je schopnost navázat spolupráci s místní knihovnou, muzeem, galerií nebo školou. **Využití těchto komunitních zdrojů** je velkým přínosem pro provádění reminiscenční terapie. Knihovny, muzea a galerie mohou poskytovat dobové informace a materiály (např. publikace o historii regionu či města, audio- a videokazety, přednášky na konkrétní témata související s minulostí, dobové předměty apod.). Úzká spolupráce s místními školami přispívá k vzájemnému pochopení a sblížení seniorů a žáků či studentů.<sup>53</sup>

### 1.2.8 Možné obtíže při uplatnění reminiscence ze strany uživatelů a pracovníků

Pro praktické uplatnění reminiscenční terapie má velký význam Colemanova typologie vzpomínajících. **Vzpomínající** se podle něj dají **zařadit do čtyř kategorií** podle toho, jak vzpomínají:

- **často a cení si svých vzpomínek, vzpomínání jim přináší dobrý pocit**, jsou se svým životem spokojeni a přistupují k přítomnosti pozitivně,
- **často, ale jejich vzpomínky je trápí, obtěžují a deprimují**, nedokážou se smířit s tím, jak svůj život prožili, mají negativní přístup k přítomnosti,
- **zřídka**, protože **nespatřují ve vzpomínání smysl**, se svým životem jsou ale spokojeni a k přítomnosti přistupují poměrně pozitivně,
- **vzpomínání se vyhýbají**, protože jim **vzpomínky připomínají životní ztráty**, se kterými se nedokázali vyrovnat, snaží se vzpomínání vyhnout, přítomnost vnímají negativně, často trpí depresemi.

Reminiscence je přínosná zejména pro lidi zařazené do první kategorie. U vzpomínajících z druhé kategorie by měly být reminiscenční aktivity prováděny po pečlivém zvážení možných reakcí. U čtvrté skupiny lidí je vhodnější využít psychoterapii.<sup>54</sup>

---

<sup>53</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 38, 43.

<sup>54</sup> Srov. tamtéž, s. 16 – 18.

Při provádění reminiscenčních metod je tedy nutné **uplatňovat individuální přístup** a zvážit, zda je tato metoda vhodná pro konkrétního uživatele. „*Za žádných okolností nesmí být klient do účasti na reminiscenci jakýmkoliv způsobem nucen*“<sup>55</sup>

Pracovníci uplatňující prvky reminiscenční terapie musí být připraveni i na **další možné obtíže**, např. zkreslené a pozměněné vzpomínky, vzpomínky na různé události se smíchají, zmatené vzpomínky, konfrontace s bolestivými tématy, problémy s kolegy, kteří reminiscenci odmítají a považují ji za zbytečnou.<sup>56</sup>

Jako hlavní překážky ze strany pracovníků pro opravdu profesionální využívání reminiscenčních metod je uváděn nedostatek času pro tyto aktivity a dále nejistota v reagování na složité emocionální stavy seniorů při vybavování vzpomínek.<sup>57</sup>

### 1.3 Definování sociální služby

Sociální práce se realizuje v sociálních službách.<sup>58</sup> Tato bakalářská práce se zaměřuje na jednu z metod sociální práce, na reminiscenci, která se uplatňuje v sociálních službách určených pro seniory. Sociálními službami rozumíme všechny krátkodobé i dlouhodobé služby poskytované oprávněným uživatelům. Jejich cílem je zvýšení kvality života, případně i ochrana zájmů společnosti.<sup>59</sup>

Definování a způsob poskytování sociálních služeb v České republice je upraveno v zákoně 108/2006 Sb., o sociálních službách. Dle § 2 tohoto zákona „*je sociální službou činnost nebo soubor činností podle tohoto zákona zajišťujících pomoc a podporu osobám za účelem sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení*“.<sup>60</sup> „*Prostřednictvím sociálních služeb je zajišťována pomoc při péči o vlastní osobu, zajištění stravování, ubytování, pomoc při zajištění chodu domácnosti, ošetřování, pomoc s výchovou, poskytnutí informace, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, psycho- a socioterapie, pomoc při prosazování práv a zájmů*“.<sup>61</sup>

---

<sup>55</sup> ŠPATENKOVÁ, H., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 73.

<sup>56</sup> Srov. tamtéž, s. 61 - 62.

<sup>57</sup> Srov. JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*, s. 73.

<sup>58</sup> Srov. GULOVÁ, L. *Sociální práce*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3379-1. s. 30.

<sup>59</sup> Srov. MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-549-0. s. 214.

<sup>60</sup> Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, § 2.

<sup>61</sup> *Sociální služby* [online].

### **1.3.1 Terénní sociální služby pro seniory**

V § 33 výše uvedeného zákona je uvedeno, že „*terénními sociálními službami se rozumí služby, které jsou osobě poskytovány v jejím přirozeném sociálním prostředí*“.<sup>62</sup> V tomto zákoně jsou vymezeny jednotlivé typy sociálních služeb. Sociální služby poskytované terénní formou pro cílovou skupinu senioři jsou například: pečovatelská služba, odlehčovací služby, průvodcovské a předčitatelské služby. Zákon upřesňuje i činnosti pomoci. Služby osobní asistence a pečovatelská služba jsou poskytovány za úhradu.

### **1.3.2 Vymezení sociální služby osobní asistence**

Dle § 39 zákona 108/2006 Sb., o sociálních službách, je osobní asistence „*služba poskytovaná osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Služba se poskytuje bez časového omezení, v přirozeném sociálním prostředí osob a při činnostech, které osoba potřebuje. Služba... obsahuje zejména tyto základní činnosti: a) pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, b) pomoc při osobní hygieně, c) pomoc při zajištění stravy, d) pomoc při zajištění chodu domácnosti, e) výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti, f) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, g) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí*“.<sup>63</sup>

### **1.3.3 Vymezení sociální služby pečovatelská služba**

Pečovatelská služba je v § 40 zákona 108/2006 Sb., o sociálních službách definována jako služba „*poskytovaná osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, a rodinám s dětmi, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Služba se poskytuje ve vymezeném čase v domácnostech osob a v zařízeních sociálních služeb vyjmenované úkony. Služba... obsahuje tyto základní činnosti: a) pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní*

---

<sup>62</sup> Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, § 33.

<sup>63</sup> Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, § 39.

*osobu, b) pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutím podmínek pro osobní hygienu, c) poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy, d) pomoc při zajištění chodu domácnosti, e) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím.*“<sup>64</sup>

#### **1.4 Oblastní charita Strakonice**

Oblastní charita Strakonice byla zřízena 10. 3. 1999. Z rozhodnutí biskupa českobudějovického (dle kánonu 116, § 2) je samostatnou organizační jednotkou církve s vlastní právní subjektivitou. Zároveň je součástí Diecézní charity České Budějovice a Charity Česká republika. Předmětem činnosti je pomoc lidem v nouzi na principech křesťanské lásky.

##### **1.4.1 Poskytované sociální služby**

V současné době je Oblastní charita Strakonice poskytovatelem těchto registrovaných sociálních služeb:

- domov pro seniory,
- osobní asistence,
- pečovatelská služba (čtyři střediska),
- odborné sociální poradenství.

Terénní služby osobní asistenci a pečovatelskou službu provozuje na Strakonicku, Volyňsku, Blatensku, Radomyšlsku.

##### **1.4.2 Cílová skupina uživatelů a cíle terénních služeb**

OCHS poskytuje své terénní služby seniorům a osobám se zdravotním postižením. Jsou poskytovány osobám od osmnácti let.

Tyto služby mají vytyčené dva základní cíle:

- uživatel žijící v přirozeném domácím prostředí,
- uživatel žijící svým vlastním životním stylem.

---

<sup>64</sup> Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, § 40.

Snahou osobní asistence a pečovatelské služby je umožnit uživatelům služby vykonávat za pomoci asistentky nebo pečovatelky všechny běžné činnosti života, které by dělal v přirozeném prostředí, kdyby mu v tom nebránila zhoršená sociální či zdravotní situace.

### **1.4.3 Poskytované činnosti uživatelům terénních služeb**

Uživatelům terénních služeb osobní asistence a pečovatelské služby jsou poskytovány veškeré činnosti uvedené v zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Jako fakultativní činnost (činnost nad rámec zákona) je uživatelům nabízena a je využívána zejména doprava osob a společnost.

Při provádění činností jsou uplatňovány v první řadě tyto zásady:

- respektování volby a individuální potřeby uživatele,
- respektování uživatele jako rovnocenného partnera,
- podpora přirozené vazby na rodinu, přátele a místní komunitu,
- podpora samostatnosti uživatele.

### **1.4.4 Personální zabezpečení terénních služeb**

Personálně terénní služby zajišťují: ředitelka OCHS, účetní, metodička pro tvorbu standardů kvality sociálních služeb, vedoucí terénních služeb, sociální pracovníce, pracovníce v sociálních službách (pečovatelky a osobní asistentky).<sup>65</sup>

---

<sup>65</sup> *Charitáček č. 14, výroční zpráva za r. 2011*, Strakonice: Oblastní charita Strakonice, 2012. s. 1, 2, 11 – 16.

## 2 PRAKTICKÁ ČÁST

### 2.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Cílem praktické části, výzkumu, je na základě teoretických východisek provést analýzu významu vzpomínek uživatelů při poskytování terénních sociálních služeb v Oblastní charitě Strakonice (OCHS) pro pracovníky a uživatele. Zajímá mne, jaké metody práce se vzpomínkami pracovníci užívají a jakým způsobem k tomu dochází. Chtěla bych na základě výzkumu určit, jak práci se vzpomínkami uživatelů pracovníci i uživatelé vnímají, zda je tato práce pro ně přínosem nebo zda při využívání práce se vzpomínkami uživatelů existují problematické oblasti, případně jaké. Dále bych chtěla zjistit, zda je ze strany pracovníků a uživatelů zájem o využití dalších reminiscenčních aktivit, a zda je rozšíření metod práce se vzpomínkami při poskytování terénních služeb v OCHS možné.

#### 2.1.1 Cíl výzkumu

- 1. cíl: Analýza významu vzpomínek uživatelů z hlediska pracovníků a uživatelů při poskytování terénních sociálních služeb v OCHS.** Analýzou chápu zjištění skutečností, pojmenování používaných metod, způsob využívání a význam vzpomínek.
- 2. cíl: V návaznosti na analýzu z cíle 1 odborné zhodnocení metod práce se vzpomínkami a volba rozvoje či útlumu nebo zvolení strategie v dalším používání metod práce se vzpomínkami v OCHS.**

#### 2.1.2 Výzkumné otázky

Na základě těchto cílů jsem stanovila následující výzkumné otázky:

- 1. Jaká je skutečnost v oblasti používání vzpomínek při poskytování terénních služeb v OCHS z hlediska pracovníků a uživatelů?**
- 2. Jaký je důvod vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS z pohledu pracovníků a uživatelů?**
- 3. Jaké metody práce se vzpomínkami pracovníci terénních služeb v OCHS používají?**

4. **Jaký má význam vzpomínání uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS pro pracovníky a uživatele?**
5. **Jaké jsou možnosti dalšího využití práce se vzpomínkami při poskytování terénních služeb v OCHS?**

## 2.2 Metodika práce

### 2.2.1 Popis metody a popis souboru

S ohledem na cíl práce a vzhledem k tomu, že výzkum je zaměřen na konkrétní organizaci a daný sociální problém pomocí delšího a intenzivního kontaktu, byl uplatněn kvalitativní výzkum.<sup>66</sup> Tento druh výzkumu je vhodný i vzhledem k tomu, že se „snaží odhalit podstatu něčích zkušeností s určitým jevem“<sup>67</sup>

Výzkum probíhal v terénních sociálních službách osobní asistence a pečovatelská služba v Oblastní charitě Strakonice. Při výzkumu byly zkoumány dvě cílové skupiny.

První cílovou skupinu tvořili uživatelé využívající terénní sociální služby OCHS, osobní asistenci a pečovatelskou službu ve středisku Strakonice. Oslovila jsem uživatele, kteří využívají služby v delším časovém rozsahu a k více činnostem. V době výzkumu využívalo aktivně službu osobní asistence třináct uživatelů, rozhovory byly vedeny se všemi uživateli. Pečovatelskou službu využívalo padesát uživatelů, rozhovory byly provedeny s dvanácti uživateli.<sup>68</sup>

Druhou cílovou skupinou byly pracovníce OCHS přímo poskytující tyto služby. Výzkumu se zúčastnily všechny pracovníce vykonávající přímou péči s uživateli, které byly v době jeho provádění zaměstnány na pracovní smlouvu, tj. devět pracovníc.

Pro výzkum jsem zvolila techniku nestandardizovaného strukturovaného rozhovoru jak s pracovníci, tak s uživateli OCHS. Rozhovory probíhaly na základě předem

---

<sup>66</sup> Srov. HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2. s. 51, 52.

<sup>67</sup> Srov. STRAUSS, A., CORBINOVÁ, J. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert, 1999. ISBN 80-85834-60. s. 11.

<sup>68</sup> V pečovatelské službě často uživatelé využívají pouze jeden úkon, nejčastějším úkonem bývá dovoz stravy. Výzkum byl zaměřen na uživatele, kteří využívají více úkonů a četnost návštěv k vykonávání osobní asistence a pečovatelské služby je nejméně jednou týdně v časovém rozsahu minimálně půl hodiny.

připravené osnovy otázek pro obě cílové skupiny.<sup>69</sup> Pro sestavení osnovy otázek k rozhovorům tak, aby korespondovaly se stanovenými cíli výzkumu, jsem vytvořila tabulku, ve které byly výzkumné cíle rozpracovány pro obě cílové skupiny.<sup>70</sup> K ověření správné formulace otázek byl proveden předvýzkum, v němž byly otázky pro pracovnice předloženy k posouzení dvěma sociálním pracovnícím, a zároveň jsem uskutečnila dva rozhovory s uživateli. Osnovu otázek jsem následně upravila dle připomínek pracovnic a získaných zkušeností z rozhovorů tak, aby vhodněji odpovídaly stanoveným cílům výzkumu.

### **2.2.2 Sběr dat**

Sběr dat probíhal ve dvou etapách. První etapou bylo sestavení osnovy otázek pro obě cílové skupiny a provedení předvýzkumu. Tato fáze probíhala v průběhu července a srpna 2012.

Druhá etapa byla započata v srpnu 2012. Byly vedeny přímé rozhovory s pracovnicemi a uživateli OCHS, probíhalo jejich písemné zaznamenávání. Z dokumentace OCHS jsem u každé pracovnice zjišťovala i věk a délku pracovního poměru v organizaci. Vzhledem k tomu, že v organizaci, kde výzkum probíhal, pracuji a jsem téměř v každodenním kontaktu s pracovnicemi, předala jsem osnovu rozhovoru pracovnicím vždy několik dní před samotným rozhovorem. Při rozhovorech s pracovnicemi jsem využívala průběžné písemné zaznamenání rozhovorů a poznámky pracovnic. Následně byly rozhovory přepisovány.

Abych co nejméně stresovala uživatele, vedla jsem rozhovory při vykonávání služeb, využívala jsem též informace z dřívějších kontaktů s uživateli. O uživateli jsem z dokumentace OCHS rovněž získala údaje o věku a délce využívání sociální služby. Zaznamenávání rozhovorů s uživateli bylo prováděno bezprostředně po ukončení rozhovoru. Tato etapa byla ukončena v říjnu 2012. Zaznamenané rozhovory v písemné formě jsou uloženy v mém osobním archivu. Od listopadu 2012 bylo prováděno zpracování výzkumu. Při zpracování dat jsem využívala metodu obsahové analýzy (kódování, kategorizace a definování témat).<sup>71</sup> K usnadnění zpracování dat (obsahové

---

<sup>69</sup> Příloha II. a Příloha III.

<sup>70</sup> Příloha I.

<sup>71</sup> Srov. HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*, s. 129.

analýzy) a následného vyhodnocení byly odpovědi rozhovorů s uživateli a pracovníci přešaty do tabulek, které jsou také přílohami práce.<sup>72</sup>

## **2.3 Vyhodnocení**

Výsledky obsahují údaje dle dvou cílových skupin. K naplnění prvního cíle výzkumu se váží výzkumné otázky č. 1, 2, a 4, k dosažení druhého cíle výzkumu pak výzkumné otázky č. 3 a 5. Ke každé výzkumné otázce bylo provedeno vyhodnocení dle odpovědí z rozhovorů s pracovníci a s uživateli.<sup>73</sup>

### **2.3.1 Vyhodnocení jednotlivých výzkumných otázek**

**Výzkumná otázka č. 1: Jaká je skutečnost v oblasti používání vzpomínek při poskytování terénních služeb v OCHS z hlediska pracovníků a uživatelů?**

K této otázce se vztahují údaje z odpovědí na otázku P1 z rozhovorů s pracovníci a skutečnosti uvedené v odpovědích uživatelů na otázku U2.

#### **Pracovníci:**

Vyhodnocení otázky P1: **Vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy uživatelé služeb (všichni nebo jen někteří, kteří)?**

Pět pracovníků odpovědělo, že vzpomínají všichni nebo většina uživatelů. Jako podmínku pro vzpomínání uváděly častější, bližší kontakt, důvěru a projevení zájmu o vzpomínání. Čtyři pracovníci uvedly, že vzpomínají jen někteří, opět je podle pracovníků důležité bližší seznámení s uživatelem, otevřenost uživatelů. Další důvod vzpomínání uživatelů vidí v tom, že uživatelé žijí sami.

#### **Uživatelé:**

Vyhodnocení otázky U2: **Povídáte si s pracovníci o Vašem předchozím zaměstnání, rodině, známých místech, prohlížíte fotky, posloucháte Vaši oblíbenou hudbu, zpíváte, čtete, sledujete společně staré filmy, vaříte podle receptů apod.?**

---

<sup>72</sup> Příloha IV., Příloha V.

<sup>73</sup> Příloha I., Příloha II., Příloha III.

Všech dvacet pět uživatelů uvedlo, že si s pracovníci povídají. Témata rozhovorů jsou různá, váží se k prožitému životu, pouze jedna uživatelka uvedla, že nerada vzpomíná. Podrobnější rozbor odpovědí je uveden v následujícím vyhodnocení, které se vztahuje k používaným aktivitám zaměřeným na vzpomínání.

## **Výzkumná otázka č. 2: Jaký je důvod vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS z pohledu pracovníků a uživatelů?**

K zodpovězení výzkumné otázky byly v rozhovorech použity pro obě cílové skupiny dvě otázky: otázky pro pracovníce P2 a P5 a otázky pro uživatele U5 a U4.

### **Pracovnice:**

Vyhodnocení otázky P2: **Proč podle Vašeho názoru uživatelé vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy?**

Mezi hlavními důvody vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživateli dle mínění pracovníků patří potřeba bilancování a hodnocení života, sdělení životních příběhů, vzpomínání na dobré a zlé, předání životních zkušeností a připomínka lepších časů. Dále uváděly: „*poučení*“, „*varování před chybami*“, „*minulost si uživatelé lépe pamatují*“.

Vyhodnocení otázky P5: **Kdo je iniciátorem aktivit zaměřených na vzpomínání?**

Čtyři pracovníce uvedly za původce vzpomínání uživatele, tři pracovníce odpověděly, že iniciátory aktivit zaměřených na vzpomínání jsou většinou uživatelé, dvakrát se objevila odpověď „*jak kdy*“, přičemž jednou ve spojení „*většinou uživatelé*“ a v druhém případě „*vyplyne to z rozhovoru*“. Jedna pracovníce označila počátek vzpomínání jako oboustrannou aktivitu uživatelů i pracovníků.

### **Uživatelé:**

Vyhodnocení otázky U5: **Proč vzpomínáte a vyprávíte pracovníkům své životní příběhy (myslíte si, že je to stejně důležité jako například pomoc při úklidu, pomoc při hygieně, zajištění stravy apod.)?**

Sedm uživatelů uvedlo jako hlavní důvod vzpomínání a vyprávění svých životních příběhů potřebu lépe se poznat, shodný počet uživatelů uvedlo potřebu předání životních zkušeností. Čtyři uživatelé uvedli, že využívají službu, aby se mohli vypovídat, tři, že potřebují společnost, aby jim nebylo smutno. Další nejčastější příčinu vzpomínání zmiňovali uživatelé, že s pracovníci nebudou přece mlčet, že rádi vzpomínají a dobrý vzájemný pocit. K jiným odpovědím patřilo: „*potřebuji společnosti, abych nebyla sama*“, „*povídáme si o tom, co se děje teď, osobní vzpomínky nesdělují ráda*“, „*mluvení mne unavuje, raději poslouchám předčítání z knih*“, „*při vzpomínání mi je smutno, že už nemůžu nic moc dělat*“, „*to k tomu patří, asi se jim to líbí*“, „*je to pro mne stejně důležité jako pomoc fyzická*“

Vyhodnocení otázky U4: **Kdo se vzpomínáním a vypravováním začíná?**

Z výsledků vyplývá, že deset uživatelů jako iniciátora vzpomínání a vypravování označilo sebe (odpovědi: „*já*“, „*asi spíš já*“, „*většinou já*“), pouze tři respondenti uvedli, že začínají pracovníci, v ostatních případech bylo zmíněno, že počátek vzpomínání a vypravování závisí podle situace a podle času, někdy začínají pracovníci a někdy uživatelé. Dále uživatelé odpovídali: „*to je různý*“, „*vyplývá to z našeho rozhovoru a z činností, je to samozřejmé a nenásilné*“, „*ani nevím, známe se už dobře*“.

**Výzkumná otázka č. 3: Jaké metody práce se vzpomínkami pracovníci terénních služeb v OCHS používají?**

Pro naplnění výzkumné otázky byly v rozhovorech použity otázky pro pracovníce P8 a P3, pro uživatele otázka U2.

**Pracovnice:**

Vyhodnocení otázky P8: **Víte, že využívání vzpomínek je metodou sociální práce?**

Dle odpovědí pět pracovníc ví, že využívání vzpomínek je metodou sociální práce. Tři pracovníce uvedly „*ne*“ nebo „*nevím*“. V jednom případě, kdy pracovníce odpověděla, že neví, dále upřesnila, že ví o důležitosti vzpomínání uživatelů při práci se seniory. Důležitost vzpomínání pro seniory zmínila ještě jedna pracovníce. Dvě pracovníce jsou přesvědčeny o tom, že „*vzpomínání k seniorům patří*“.

### Vyhodnocení otázky P3: **Jaké aktivity zaměřené na vzpomínání a vyprávění s uživateli provádíte?**

Nejčastější aktivitou zaměřenou na vzpomínání a vypravování je prohlížení fotek. Další hojně využívanou aktivitou je vzpomínání na různé téma. Podle četnosti odpovědí dále následuje vaření podle receptů uživatelů, poslech hudby nebo zpěv a čtení. Objevily se i odpovědi: „*pěstování květin*“, „*výměna receptů, vzorů na pletení*“.

#### **Uživatelé:**

Pro uživatele byla určena již dříve zmíněná otázka U2.<sup>74</sup>

### Vyhodnocení otázky U2: **Povídáte si s pracovníci o Vašem předchozím zaměstnání, rodině, známých místech, prohlížíte fotky, posloucháte Vaší oblíbenou hudbu, zpíváte, čtete, sledujete společně staré filmy, vaříte podle receptů apod.?**

Dle uživatelů jsou nejčastějšími aktivitami povídání o rodině (uvedlo dvanáct uživatelů), povídání o známých místech nebo místě bydliště či rodném místě nebo prohlížení fotek (shodně odpovědělo osm uživatelů), čtení, vzpomínání na předchozí zaměstnání, dětství a známá místa, společné vaření nebo vyměňování receptů. Dále uživatelé uváděli ve svých odpovědích: „*často zapomínám, tak si nepamatuji o čem*“, „*o jídle*“, „*o mé nemoci*“, „*zpíváme*“, „*posloucháme hudbu*“, „*o svých cestách*“, „*o všem možným*“, „*podle toho na co přijde řeč*“, „*o starých časech*“.

### **Výzkumná otázka č. 4: Jaký má význam vzpomínání uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS pro pracovníky a uživatele?**

Pro zjištění této výzkumné otázky byly v rozhovorech určeny otázky pro pracovníce P6, P4, P9 a P7, pro uživatele otázky U3 a U6.

#### **Pracovnice:**

### Vyhodnocení otázky P6: **K jakému účelu výše uvedené aktivity využíváte?**

Pracovnice dle svých výpovědí využívají reminiscenční aktivity zejména k navázání důvěry uživatelů, lepšímu vzájemnému poznání a zlepšení nálady uživatelů. Tyto aktivity slouží i k motivaci uživatelů k dalšímu životu, rozpoznání aktivit vyvolávajících negativní reakce a rozptýlení uživatelů. Jinými důvody k využívání

---

<sup>74</sup> Srov. str. 30 a 31.

těchto aktivit jsou dle vyjádření pracovníků: „*lepší komunikace*“, „*motivace uživatelů k dalšímu životu*“, „*upevnění dobrého vztahu*“, „*vyplnění volného času*“.

Vyhodnocení otázky P4: **Provádíte je bezděčně, jako cílenou aktivitu nebo vůbec ne?**

Všech 9 pracovníků uvedlo, že reminiscenční aktivity při službě provádějí. Šest pracovníků odpovědělo, že bezděčně („*dle situace a potřeby uživatele*“, „*někdy nadnesu téma, aby se uživatel rozptýlil a potěšil*“, „*vyplyne to z povídání a prováděných činností*“), jedna pracovníce uvedla, že je provádí jako cílenou aktivitu k navázání oboustranného vztahu. Jedna pracovníce aktivity uplatňuje pouze, pokud je atmosféra vzájemné důvěry. Jedna pracovníce podmínila provádění aktivit iniciativou uživatelů.

Vyhodnocení otázky P9: **Co si o práci se vzpomínkami myslíte (v jakémkoli smyslu, pozitivně i negativně)?**

Nejčastěji pracovníce odpovídaly, že práce se vzpomínkami uživatelů přináší usnadnění práce, její hodnocení je kladné. Dále čtyři pracovníce uvedly, že občas při vzpomínání dojde k rozrušení uživatele, dvě zmínily skutečnost, že dochází k otevření bolestných témat, což někdy vede k nepříjemným situacím. Dvě pracovníce řekly, že práce se vzpomínkami je náročná. Mezi jiné odpovědi patřily: „*pomáhá k dobrému vztahu s uživateli*“, „*občas je legrace*“, „*uvolňuje napětí*“, „*pro pečovatele je to náročné, pro uživatele přínosné v jakémkoli směru, to nepříjemné dává důvod k přemýšlení a hodnocení*“, „*pro seniory je potřebné projevit o ně zájem, někdy bývá obtížné udržet pozornost, hlavně u seniorů s demencí*“, „*vzpomínky uživatelů mne nezdržují, jsou vyjádřením důvěry uživatelů*“

Vyhodnocení otázky P7: **Jaký má pro Vás význam vzpomínání uživatelů při práci?**

Na tuto otázku se objevovaly obdobné odpovědi pracovníků jako na předchozí otázku. Ve třech případech pracovníce vypověděly, že význam vzpomínání uživatelů spočívá v usnadnění práce a lepší spolupráci uživatelů, dvě pracovníce vidí význam ve vytvoření vztahu a pro dvě pracovníce je významné lepší vzájemné poznání. Dále pracovníce spatřují následující význam vzpomínání uživatelů při práci: „*otevření uživatele, zbaví se strachu o něco si říct, zbaví se obav, že by obtěžovali*“, „*pomoc při*

*pochopení mentality seniorů, jejich emocí, tužeb a přání, potřeb, stanovisek a názorů“, „pokud se neznáme, může dojít k otevření bolestného tématu a zablokování uživatele“, „dává to mé práci smysl, uživatelé mi dávají najevo, že jsem pro ně udělala něco víc, mají ke mně důvěru“, „navození dobré nálady, komunikaci, vzhled do situace uživatele“, „pomáhá mi, aby se uživatelé cítili lépe“, „je to zajímavé, neumím reagovat na nepříjemné vzpomínky, smutek a pláč“*

#### **Uživatelé:**

Vyhodnocení otázky U3: **Provádíte to (reminiscenční aktivity) při ostatních činnostech, které máte při službě dojednané nebo jako samostatnou, zvlášť sjednanou a placenou činnost?**

Devatenáct uživatelů uvedlo, že reminiscenční aktivity probíhají při jiných dojednaných činnostech. Šest uživatelů odpovědělo, že náplní samostatné, zvlášť sjednané a placené služby je čas vyhrazený pro reminiscenční aktivity. Sedm uživatelů vyjádřilo, že přestože mají službu sjednanou k jiným činnostem, často čas služby využívají k těmto aktivitám.

Vyhodnocení otázky U6: **Jak na Vás Vaše vzpomínání působí?**

Význam vzpomínání z hlediska uživatelů byl zkoumán z hlediska emoční oblasti. Šest uživatelů uvedlo, že vzpomínají rádi, šest uvedlo, že vzpomínají na některé věci rádi a na některé ne, deset uživatelů odpovědělo, že jim vzpomínání přináší smutek, pět odpovědělo, že je při vzpomínání veselo, čtyři uživatelé uvedli, že je těší zájem pracovníků a vzpomínání je příjemné. Uživatelé uváděli souvislost smutku při vzpomínání s úmrtím rodinných příslušníků nebo přátel, se současným špatným zdravotním stavem nebo s lítostí nad tím, že již nejde nic vrátit. Jiné odpovědi byly:

*„někdy se rozpovídám a vadí mi, že musí pečovatelky odejít“, „já měla krásný dětství, vzpomínám na to ráda“, „moje osobní vzpomínky jsou bolestné ... se ztrátami jsem se nevyrovnala“, „přála bych si lepší život, ale dopadlo to, jak to dopadlo“, „každý se rád vrací do vzpomínek“, „vadí mi, když si nemůžu vzpomenout“, „zdá se mi, že dřív bylo všechno lepší, ale už se to nedá vrátit“, „delší komunikace mne unavuje“, „je dobře, že si o nepříjemných věcech mohu s někým popovídat“*

### **Výzkumná otázka č. 5: Jaké jsou možnosti dalšího využití práce se vzpomínkami při poskytování terénních služeb v OCHS?**

Výzkumná otázka je zaměřená na zjištění představ pracovníků a uživatelů o možnostech využívání různých reminiscenčních aktivit a identifikaci možných problémů. Ke zjištění slouží otázky pro pracovníky P10, P11, P12 a P13, pro uživatele jsou určeny otázky U1, U7, U8 a U9.

#### **Pracovnice:**

Vyhodnocení otázky P10: **Co si myslíte o možnosti psát s uživateli tzv. knihy života, vytvářet tzv. vzpomínkové krabice, organizovat setkávání zaměřené na vzpomínání apod.?**

Dvě pracovnice uvedly, že tyto aktivity jsou vhodné spíše pro pobytová zařízení. Čtyři pracovnice označily uvedené aktivity jako dobrý nápad nebo krásnou myšlenku. Dvě pracovnice vyjádřily názor, že záleží na individualitě konkrétních uživatelů. Dále pracovnice zmiňovaly své přesvědčení, že: „*to je těžké, ne každý chce své příběhy vypovědět každému*“, „*je to individuální u každého uživatele, zatím se na mě nikdo s takovým přáním neobrátil*“, „*psát vzpomínkové knihy, ani dělat vzpomínkové krabice bych nechtěla, to by měla dělat rodina, setkávání zaměřené na vzpomínání bych taky nechtěla organizovat, protože si myslím, že to v seniorech vyvolává smutek z toho, že jsou nyní v hodně věcech omezeni*“, „*mnoho uživatelů by to přivítalo*“, „*je to možnost k hodnocení života, smíření s koncem života*“

Vyhodnocení otázky P11: **Jak byste si v ideálním případě představovala práci se vzpomínkami?**

Tři pracovnice uvedly, že by se vzpomínkami pracovaly rády více, Jedné pracovnici vyhovuje současný stav, domnívá se, že „*je to hodně osobní věc, neměl by to dělat nikdo mimo rodinu*“. Jedna pracovnice má představu o práci se vzpomínkami formou volného povívání za občasného usměrnění v příjemném prostředí s fotografiemi, dvě pracovnice projevíly zájem o sepisování životopisů nebo vzpomínkových alb, jedna pracovnice si myslí, že k ideální práci se vzpomínkami by bylo zapotřebí „*více klidu a více času bez nutnosti tento čas platit*“. Názor další pracovnice byl: „*práce se vzpomínkami mi nevadí, dokážu reagovat i na bolestné vzpomínky.*“ Konkrétní

představu ideální způsobu práce se vzpomínkami neuvedly dvě pracovnice. Jako důvod uvedly nedostatek informací o takto zaměřené práci.

Vyhodnocení otázky P12: **Co byste k ní (ideální práci se vzpomínkami) potřebovala?**

Shodně v šesti případech uvedly pracovnice, že nejvíce by potřebovaly více času a vzdělání či vyškolení. Uvítaly by vyškolení v oblasti práce s nepříjemnými vzpomínkami, psychologické minimum nebo čerpání zkušeností od někoho, kdo se této oblasti věnuje. Dvě pracovnice by potřebovaly pomůcky, jedna pracovnice uvedla, že zajištění pomůcek by nebyl problém. Pro dvě pracovnice by bylo nutné získat více informací o práci se vzpomínkami.

Vyhodnocení otázky P13: **V čem by podle Vás mohl být problém?**

Nejčastěji, a to v pěti případech, pracovnice uváděly finanční problém, neochotu nebo neschopnost uživatelů platit za takové služby. Dalšími problematickými oblastmi dle mínění pracovnic je: „nedostatek času“, „nesouhlas rodiny do zasahování do soukromých záležitostí“, „nezájem uživatelů“, „v získávání informací, řada událostí je ve vzpomínkách zkreslených, výsledek by nemusel být pravdivý“. Jedna pracovnice uvedla, že tuto otázku nedokáže posoudit, potřebovala by více informací. Jedna pracovnice si myslí, že by se k této činnosti mohli využít dobrovolníci.

**Uživatelé:**

Vyhodnocení otázky U1: **Proč využíváte službu?**

Nejčastěji využívají uživatelé službu k základním činnostem: zajištění stravy (čtrnáct uživatelů), pomoc při domácích pracích (deset uživatelů), pomoc s péčí o vlastní osobu (devět osob), zajištění nákupů (šest uživatelů), doprovody a doprava (sedm uživatelů). Šest uživatelů služby využívá k vyplnění samoty nebo zajištění společnosti, čtyři uživatelé se s pracovnicemi při službě procházejí. Zazněly i odpovědi: „abych mohla zůstat doma, „pomoc s tím, co zrovna potřebuju“, „dělá mi to dobře na psychiku“, „abych na to nebyla sama“.

Vyhodnocení otázky U7: **Jak by podle Vás měla vypadat služba věnovaná Vašemu vzpomínání?**

Čtrnáct uživatelů uvedlo, že jim vyhovuje současný stav, že jsou spokojeni nebo že službu věnovanou vzpomínání nepotřebují. Šest uživatelů odpovědělo, že neví a pět uživatelů by potřebovalo na službu více času. Dvěma uživatelům vyhovuje více povídání s rodinou. Dále uživatelé zmiňovali: „*radši povídám o současných věcech, nevzpomínám ráda*“, „*raději bych se sešel s někým známým*“, „*když si chci popovídat, tak si připlatím víc času*“, „*vždy to vyplyne samo, neplánovaně*“.

Vyhodnocení otázky U8: **Měla byste zájem o některou z následujících činností: psaní Vašich životních příběhů, třídění a uchovávání oblíbených věcí, schůzky, při kterých by se vzpomínalo?**

Sedm uživatelů uvedlo, že by neměli zájem, čtyři spíš ne. Osm uživatelů uvedlo, že vzpomíná při schůzkách s přáteli nebo rodinou. Dvakrát uživatelé odpověděli, že vypráví na besedách. Tři uživatelé vyslovili přání sejít se s přáteli, dva uživatelé projevíli zájem o třídění fotek. Zazněly i jiné odpovědi: „*když jsem se stěhovala, tak mi pečovatelky pomáhaly třídit věci*“, „*jeden čas jsem si psala deník*“, „*mám ráda svůj klid*“, „*o tom jsem nikdy nepřemýšlela*“, „*mám hodně oblíbených věcí, ať si je roztrídí až umřu*“, „*možná by moje historiky z dětství pobavily, ale já na psaní nejsem*“, „*už o mě něco i napsali*“, „*bratranec mi pomáhá s rodokmenem*“, „*to by mě bavilo*“, „*spíš bych chtěla služby častěji, ale na to nemám peníze*“.

Vyhodnocení otázky U9: **V čem je podle Vás problém?**

Tato otázka byla vzhledem k odpovědím na předchozí otázku („*nemám zájem*“) a odpovědím na ostatní otázky položena sedmnácti uživatelům. Z nich označilo za problém peníze na služby čtyři uživatelé, tři uvedli málo času, dva nesouhlas rodinných příslušníků a dva špatný zdravotní stav. Dále uživatelé odpovídali: „*při vzpomínkách mi je smutno*“, „*nenapadlo mě to*“, „*nevím, jestli ti, se kterými bych se ráda sešla, jsou ještě živí*“, „*nevím*“, „*když bych chtěla, objedná si delší službu*“, „*zatím nemám zájem*“, „*neumím si naplánovat, kdy budu mít potřebu a náladu vzpomínat*“.

### **2.3.1 Celkové vyhodnocení a stanovení hypotéz**

Tato kapitola obsahuje shrnutí odpovědí na výzkumné otázky. Na základě odpovědí byla ke každé jednotlivé výzkumné otázce stanovena jedna hypotéza vyplývající z těchto odpovědí.

#### **1. Jaká je skutečnost v oblasti používání vzpomínek při poskytování terénních služeb v OCHS z hlediska pracovníků a uživatelů?**

Jak pracovníci, tak uživatelé shodně vypovídali, že vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů je častou činností při poskytování terénních služeb v OCHS. Pracovníci uváděly, že téměř všichni uživatelé při častějším kontaktu a po navázání pocitu důvěry vzpomínají a vyprávějí životní příběhy. Jako důvod, proč někteří uživatelé nevzpomínají a nevyprávějí životní příběhy je uzavřenost uživatele a počáteční nedůvěra. Všichni oslovení uživatelé při poskytování služeb vzpomínají a vyprávějí životní příběhy, pouze jedna uživatelka uvedla, že vzpomíná nerada.<sup>75</sup>

**Hypotéza 1:** V terénních službách OCHS je běžnou skutečností vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů. Vzpomínání je podmíněno bližším seznámením pracovníků a uživatelů.

#### **2. Jaký je důvod vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS z pohledu pracovníků a uživatelů?**

Z výzkumu vyplynulo, že důvody vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů z pohledu pracovníků i uživatelů jsou obdobné. Pracovníci si uvědomují potřebu uživatelů bilancování a hodnocení života, předání životních zkušeností a připomínání úspěšných období a vyrovnání se s těžkými životními etapami. Uživatelé shodně vyjadřovali potřebu předání životních zkušeností, dále potřebu vyprávění se, která vede k hodnocení uplynulého života, lepšího poznání s pracovníci a potřebu společenského kontaktu, která je stejně důležitá jako pomoc při zajištění fyziologických potřeb.<sup>76</sup>

---

<sup>75</sup> Srov. vyhodnocení otázky P1a a vyhodnocení otázky U2, s. 30, 31, 33.

<sup>76</sup> Srov. vyhodnocení otázky P2 a vyhodnocení otázky U5, s. 31, 32.

V souvislosti s touto výzkumnou otázkou mne zajímalo, kdo je iniciátorem aktivit zaměřených na vzpomínání. Výzkum ukázal, že jak uživatelé, tak pracovníce označili za původce vzpomínání v převážné většině uživatele.<sup>77</sup> Vzpomínání a vypravování probíhá nenásilnou formou, pracovníce uživatele k reminiscenci nenutí, přizpůsobují se potřebám uživatelů.

**Hypotéza 2:** Vzpomínání a vypravování životních příběhů uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS je nenásilnou formou používanou z důvodu naplnění potřeby uživatelů sociálního kontaktu, bilancování a hodnocení života, předání životních zkušeností.

### **3. Jaké metody práce se vzpomínkami pracovníci terénních služeb v OCHS používají?**

Převážná část pracovníků ví, že využívání vzpomínek je metodou sociální práce. Pracovníci si jsou vědomi důležitosti vzpomínání pro seniory.<sup>78</sup> Metody práce se vzpomínkami jsou prováděny při individuálním kontaktu. Mezi nejčastější verbální aktivity patří vzpomínání uživatelů na různé téma: zejména na dětství, rodinu, předchozí zaměstnání, známá místa a bydliště. Pracovníci častěji než uživatelé zmiňovaly i zpěv a čtení. Z neverbálních aktivit je využíváno především prohlížení fotek a společné vaření. Při vzpomínání nejsou vytvářeny materiální předměty.<sup>79</sup>

**Hypotéza 3:** Práce se vzpomínkami patří mezi používané metody práce pracovníků terénních služeb OCHS. Jsou užívány verbální i neverbální metody. Výsledky reminiscenčních aktivit jsou výlučně nemateriální povahy.

### **4. Jaký má význam vzpomínání uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS pro pracovníky a uživatele?**

Přestože převážná část pracovníků uváděla, že provádí reminiscenční aktivity bezděčně a ne jako cílenou aktivitu, výzkum prokázal, že metody práce se vzpomínkami využívají pracovníci k určitému účelu, především k navázání důvěry, aktivizaci uživatelů

---

<sup>77</sup> Srov. vyhodnocení otázky U4 a vyhodnocení otázky P5, s. 31, 32.

<sup>78</sup> Srov. vyhodnocení otázky P8, s. 32.

<sup>79</sup> Srov. vyhodnocení otázky P3 a vyhodnocení otázky U2, s. 33.

a odvrácení uživatelů od negativních emocí.<sup>80</sup> Práci se vzpomínkami hodnotí kladně, na jedné straně jim vzpomínání práci usnadňuje, ale zároveň upozorňují na riziko rozrušení uživatelů a vyvolání nepříjemných či bolestných témat.<sup>81</sup> Význam vzpomínání uživatelů vidí hlavně v lepší spolupráci s uživateli a usnadnění práce, vytvoření vztahu, lepšímu pochopení uživatelů.<sup>82</sup>

To, že významu vzpomínání při poskytování terénních služeb v OCHS přikládají značnou cenu i uživatelé, dokládá fakt, že více než pětina uživatelů si sjednává služby, které jsou zaměřeny převážně na vykonávání reminiscenčních aktivit. Nezanedbatelná část uživatelů, kteří uvedli, že reminiscenční aktivity jsou prováděny při vykonávání ostatních sjednaných činnostech, zmínila, že někdy tento čas využívají k reminiscenčním aktivitám.<sup>83</sup> Vzpomínání má pro uživatele velký význam z hlediska emoční oblasti. Poměrně velká část uživatelů uvedla vyvolání smutku při vzpomínání, což souvisí s životními ztrátami a současnými omezeními. Zároveň nemalá část uživatelů uvádí, že rádi vzpomínají, těší je zájem pracovníků, zmiňují, že při vzpomínání zažívají i radost. Uvědomují si, že nepříjemné a bolestné ztráty k životu patří.<sup>84</sup>

**Hypotéza 4:** Vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů má pro poskytování terénních služeb v OCHS pro pracovníky a uživatele velký význam. Je základním předpokladem k vytvoření intenzivního vztahu s uživateli, slouží k usnadnění spolupráce. Význam spočívá i v možnosti vyjádření emocí a otevření se uživatelů. Aktivity zaměřené na vzpomínání uživatelů a vyprávění jejich životních příběhů jsou nejčastějšími aktivizačními činnostmi prováděnými v terénních službách v OCHS. Práce se vzpomínkami je vyžívána k získání informací o uživatelích, pro umožnění individuálního přístupu k uživatelům a ke zlepšení psychického stavu uživatelů.

## **5. Jaké jsou možnosti dalšího využití práce se vzpomínkami při poskytování terénních služeb v OCHS?**

Pracovnice terénních služeb v OCHS mají v převážné většině zájem o rozšíření reminiscenčních metod. Většinou by měly zájem provádět jednoduché reminiscenční

---

<sup>80</sup> Srov. vyhodnocení otázky P6 a vyhodnocení otázky P4, s. 33, 34.

<sup>81</sup> Srov. vyhodnocení otázky P9, s. 34.

<sup>82</sup> Srov. vyhodnocení otázky P7, s. 34, 35.

<sup>83</sup> Srov. vyhodnocení otázky U3, s. 35.

<sup>84</sup> Srov. vyhodnocení otázky U6, s. 35.

metody, které jsou zaměřeny na podporu psychické pohody, lepšího vyplnění volného času a posílení identity uživatelů. Ze speciálních reminiscenčních aktivit pracovnice nejvíce zaujala možnost psát knihy života nebo tvořit vzpomínková alba z fotografií. Výrobu vzpomínkových krabic vidí jako aktivitu vhodnou pro pobytová zařízení pro seniory. K možnosti organizovat vzpomínková setkání se vyjádřila jedna pracovnice, a to záporně. K profesionálnímu využívání reminiscenčních metod pracovnice potřebují více času, informací a zejména vzdělání a vyškolení v této oblasti práce.<sup>85</sup>

K ověření, zda je v současné době při poskytování zmíněných terénních služeb v OCHS skutečně prostor k rozvoji využívání reminiscenčních metod, se jedna otázka výzkumu zaměřila na zjištění důvodu využívání těchto služeb z pohledu uživatelů. Výzkum prokázal, že více než třetina uživatelů si zkoumané služby OCHS dojednala k vykonávání aktivizačních činností.<sup>86</sup> Představu o službě věnované pouze vzpomínání uživatelé nemají, uvádí spokojenost se současným stavem. Aktivity zaměřené na vzpomínání uskutečňuje část uživatelů v rámci rodiny, při schůzkách s přáteli nebo své cenné vzpomínky a zkušenosti předávají v rámci organizovaných besed. Z nabízených možností využití speciálních cílených reminiscenčních aktivit projevíli uživatelé zájem o setkání s přáteli a třídění fotek.<sup>87</sup>

Problematické oblasti v rozšíření využívání reminiscenčních metod identifikovali shodně pracovnice i uživatelé takto: nedostatek finančních prostředků na tyto služby, nezájem uživatelů, nedostatek času, nesouhlas rodinných příslušníků.<sup>88</sup>

**Hypotéza 5:** Při poskytování terénních služeb v OCHS je možné další využívání práce se vzpomínkami. Je možné rozšíření uplatnění reminiscenčních metod zejména v rámci činností sloužících k aktivizaci uživatelů. K profesionálnímu využívání reminiscenčních metod potřebují pracovnice především získání odborných znalostí v této oblasti sociální práce.

---

<sup>85</sup> Srov. vyhodnocení otázky P10, vyhodnocení otázky P11, vyhodnocení otázky P12, s. 36, 37.

<sup>86</sup> Srov. vyhodnocení otázky U1, s. 37.

<sup>87</sup> Srov. vyhodnocení otázky U7 a vyhodnocení otázky U8, s. 38.

<sup>88</sup> Srov. vyhodnocení otázky P13 a vyhodnocení otázky U9, s. 37, 38.

## DISKUSE

Praktický výzkum sledoval dva cíle. Prvním cílem byla analýza významu vzpomínek uživatelů z hlediska pracovníků a uživatelů při poskytování terénních sociálních služeb v OCHS. Druhým pak na základě této analýzy odborné zhodnocení metod práce se vzpomínkami a volba rozvoje či útlumu nebo zvolení strategie v dalším používání metod práce se vzpomínkami v OCHS.

Teoretické poznatky byly čerpány především z knihy „Reminiscence“ od Hany Janečkové a Marie Vackové a „Reminiscenční terapie“ autorem Naděždy Špatenkové a Barbory Bolomské. Publikace Jill Freedmanové a Genea Combse „Narativní psychoterapie“ se ukázala vzhledem k požadavkům na psychoterapeutickou odbornost jako nepříliš vhodná. Jinou dostupnou literaturu zaměřenou výhradně na odborné využívání vzpomínek a vyprávění životních příběhů jsem nenalezla, proto jsem využívala i informace v knihách týkajících se sociální práce se seniory a sociální práce.

Analýza významu vzpomínek v organizaci, kde výzkum probíhal, potvrdila skutečnost zmiňovanou v knize Naděždy Špatenkové a Barbory Bolomské, že vzpomínání je nedílnou součástí každodenního života seniorů, a že vzpomínky pro ně mají zásadní význam v souvislosti s adaptací na změny, které stárnutí a stáří přináší. Vzpomínky mají pro vzpomínající přínos v zdůraznění pozitivních stránek osobnosti a zachování sebepojetí, udržení pocitu osobní identity, pocitu vlastní hodnoty, změně negativního pohledu na stáří, získání příjemné zkušenosti, získání zdrojů pro bilancování, dosažení integrity života a nabytí nesmrtelnosti.<sup>89</sup> Výzkum prokázal, že při uplatňování reminiscenčních metod je nutné zohledňovat typologii vzpomínajících.<sup>90</sup>

Věková struktura uživatelů, se kterými byly rozhovory vedeny, odpovídá cílové skupině seniorů. Dle současného věkového dělení byla výzkumná skupina uživatelů složena z devíti velmi starých seniorů, jedenácti starých seniorů a čtyř mladých seniorů. Věkem pouze jedna uživatelka nespádala do věkové struktury (56 let). Délka využívání terénních služeb uživatelů je různá, od několika let po několik měsíců.<sup>91</sup> Při vyhodnocování výzkumu jsem nezaznamenala žádnou souvislost mezi délkou užívání

---

<sup>89</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 12 - 14 a vyhodnocení výzkumné otázky č. 1 a 2, s. 39 a 40.

<sup>90</sup> Srov. str. 22.

<sup>91</sup> Údaje byly čerpány ze záznamů OCHS o uživatelích služeb

služeb, věkem uživatelů a mezi potřebou a významem vzpomínání. Nenalezla jsem velké rozdíly ani v tom, zda uživatel využívá pečovatelskou službu nebo osobní asistenci.

Bylo dokázáno, že vzpomínky úzce souvisí s emocemi, které se při vzpomínání ožívají, nebo dochází k uvolnění emocí nových.<sup>92</sup> Autorka Dagmar Dvořáčková klade důraz na nutnost přistupovat k seniorovi jako k celistvé bytosti, kde vše souvisí se vším. Připomíná, že každý senior má svůj životní příběh složený z radostných i bolestných událostí.<sup>93</sup> Výzkumem byla potvrzena zkušenost pracovníků, že při vzpomínání vyplývají na povrch i smutné vzpomínky, se kterými si ne vždy pracovníci umí poradit.<sup>94</sup> Možným řešením této problematické oblasti je naučit se překonat neochotu ke konfrontaci s bolestí druhého a mít odvahu sdílet jeho utrpení, naučit se obrátit pozornost uživatelů k pozitivním vzpomínkám.<sup>95</sup> Pomoci by mohlo vzdělání zaměřené kromě reminiscence také na základy psychoterapie či logoterapie. Toto téma je vhodné i pro supervizi.

V terénních službách OCHS se uplatňuje výhradně individuální reminiscence.<sup>96</sup> Dle autorky Natálie Lupienské lze pro tuto formu reminiscence využívat obecné stimuly evokující dobu mládí či dětství seniora, ale ke kterým nemá daný senior osobní vztah. Mnohem výraznější reakci díky silnému emočnímu zapojení vyvolávají u seniorů stimuly individuální, jako jsou např. osobní fotografie nebo různé osobní předměty konkrétního seniora<sup>97</sup> Protože terénní sociální služby se poskytují v přirozeném domácím prostředí seniorů, je využívání individuálních stimulů pro reminiscenci mnohem přístupnější než v pobytových zařízeních. Je možné vyvolávat vzpomínky za pomoci reminiscenčních pomůcek podněcujících všechny smysly.

Z reminiscenčních přístupů, které stanovila Hana Janečková a Marie Vacková, je ve zkoumaných službách uplatňován převážně narativní přístup.<sup>98</sup> Aplikace narativní terapie, tak jak ji rozpracovala Jill Freedmanová a Gene Combs je možná pouze

---

<sup>92</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 12 a vyhodnocení výzkumné otázky č. 4, s. 40 a 41.

<sup>93</sup> Srov. DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3. s. 45.

<sup>94</sup> Srov. vyhodnocení výzkumné otázky č. 4, s. 40 a 41.

<sup>95</sup> Srov. ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*, s. 55, 76.

<sup>96</sup> Srov. vyhodnocení výzkumné otázky č. 3, s. 40.

<sup>97</sup> Srov. LUPIENSKÁ, N. Ergoterapie v geriatrii, 2. část. *Sociální služby*, 2012, roč. 14, č. 10. s. 15.

<sup>98</sup> Srov. str. 15.

v základní jednoduché formě, tedy v hledání pozitivního smyslu v tom, co senior považuje za neštěstí.<sup>99</sup>

V době výzkumu v dané organizaci pracovalo devět pracovníků. Převážná část pracuje na pracovní poměr se zkrácenými úvazky. Čtyři pracovníci v organizaci pracují od roku 2008, tj. čtyři roky, jedna od roku 2009, tj. tři roky, jedna od roku 2011, tj. jeden rok, dvě pracovníci nastoupily v průběhu roku 2012.<sup>100</sup> Všechny pracovníci jsou starší třiceti pěti let. V pohledu na práci se vzpomínkami bylo možné rozpoznat rozdíl ve vnímání této práce s ohledem na délku zaměstnání. Pracovníci, které pracují v organizaci delší dobu, vyjadřovaly větší zájem o další práci se vzpomínkami a hlubší znalosti o významu vzpomínání uživatelů služeb.

Využívání dalších metod práce se vzpomínkami v terénních službách OCHS je potvrzením deklarovaných zásad při poskytování služeb, především respektování volby a individuální potřeby uživatele a podpora přirozené vazby na rodinu, přátele a místní komunitu. Rozšíření užívání dalších metod práce se vzpomínkami ve zkoumané organizaci je podmíněn individuálním zájmem uživatelů. Specifické reminiscenční metody by měli být dle vyjádření pracovníků uplatňovány v rámci rodiny, s přáteli či v místní komunitě. Z výsledků výzkumu je patrné, že uživatelé, kteří jsou spokojeni se současným způsobem práce se vzpomínkami a nemají zájem o další rozšíření reminiscenčních metod, využívají k reminiscenčním aktivitám přirozené rodinné či komunitní prostředí.<sup>101</sup> Nabízí se otázka, zda nezájem uživatelů není také způsoben obavami uživatelů služeb z nových aktivit.

Jako problematické oblasti ohledně rozšíření reminiscenčních metod identifikovali uživatelé a pracovníci nedostatek času a nedostatek finančních prostředků na takto zaměřené služby. Přesto nemalá část uživatelů uváděla, že někdy je pro ně důležitější popovídání a vzpomínání než jiné činnosti (např. úklid) a jsou ochotni za tento čas zaplatit.<sup>102</sup>

Možné vyřešení naznačila jedna pracovníci, kdy navrhla využití práce dobrovolníků. Ve zkoumané organizaci nejsou v terénních službách k přímé péči dobrovolníci využíváni. Důvodem je nedůvěra uživatelů služeb k osobám, které nejsou

---

<sup>99</sup> Srov. str. 17.

<sup>100</sup> Údaje čerpány z dokumentace OCHS o pracovnících

<sup>101</sup> Srov. str. 26 a vyhodnocení otázek P10 a U8, s. 36 a 38.

<sup>102</sup> Srov. vyhodnocení výzkumné otázky č. 5, s. 41 a 42.

v pracovním poměru k organizaci, uživatelé často odmítají i práci praktikantů a stážistů, protože si nepřejí vstupování cizích osob do svých domácností a účast neznámých osob při pomoci při vykonávání osobní hygieny.<sup>103</sup>

Jak uvádí autorka Jitka Géringová, pro pomáhající profese je k jejich vykonávání vždy nutný vztah s klientem a zapojení vlastní osobnosti pomáhajícího do pracovního procesu. Osobnostní předpoklady pracovníků jsou důležité pro vztah k práci. Pracovník při práci může mít pocit naplnění a uspokojení z práce, na opačné straně pak pocit vyhoření.<sup>104</sup> Istifan Maroon doporučuje proti syndromu vyhoření mimo jiné dbát na pestrost práce, možnost uplatnění kreativity a individuality pracovníka, plánování vzdělávacích programů vedoucích k profesnímu rozvoji. Pocit přetížení pracovníka závisí do značné míry na tom, kolik klientů má na starosti.<sup>105</sup> Výzkum potvrdil, že v určité míře si tyto aspekty pomáhající profese pracovníce uvědomují, mají zájem o vzdělávání v oblasti reminiscence, které by vedlo k odbornému růstu. Práce s reminiscenčními prvky by naplňovala a přinášela uspokojení z práce, sloužila by jako ochrana před syndromem vyhoření, byla by dokladem jejich kreativity a individuality, umožňovala by pestrost práce.<sup>106</sup> Nejzávažnější problém ve větším využívání reminiscenčních metod je tak zřejmě v počtu klientů na jednoho pracovníka. K provádění vysoce kvalitní reminiscence je nutné věnovat určitý čas přípravě. Bohužel neustále se snižující objem prostředků, které jsou státem určeny na poskytování sociálních služeb, vede ke snižování počtu pracovníků v těchto službách a tím naopak ke zvyšování počtu uživatelů na jednoho pracovníka.<sup>107</sup>

---

<sup>103</sup> V dokumentaci, kterou organizace vede o uživatelských službách je často uložen nesouhlas se vstupem praktikantů a stážistů do domácností uživatelů.

<sup>104</sup> Srov. GÉRINGOVÁ, J., *Pomáhající profese – tvořivé zacházení s odvrácenou stranou*. Praha: TRITON, 2011. ISBN 978-80-7387-3. s. 21.

<sup>105</sup> Srov. MAROON, I., *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků: teorie, praxe, kazuistiky*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0180-9. s. 103, 107, 108.

<sup>106</sup> Dokládá to i vyjádření pracovníků ohledně potřeby pomůcek k reminiscenci, kdy většina pracovníků uvedla, že pomůcky by nebyly to podstatné, co by k této práci potřebovaly. Srov. vyhodnocení výzkumné otázky č. 4 a č. 5, s. 40 – 42.

<sup>107</sup> Čerpáno z dokumentace OCHS

## ZÁVĚR

Občas se užívá místo slova život spojení běh života. Analogie života se sportovním během je velmi výstižná, protože stejně jako u běhu je nejzajímavějším a nejdůležitějším úsekem trati finiš, tak v životě člověka je finálním obdobím stáří. Stejně jako je důležité při běhu zúročit předchozí trénink, je důležité ve stáří využít vzpomínky uplynulého života.<sup>108</sup>

Cílem bakalářské práce byla, na základě teoretických východisek, analýza významu vzpomínek a metod sociální práce se vzpomínkami uživatelů služeb, z pohledu uživatelů a pracovníků, v konkrétní organizaci zaměřené na poskytování terénních služeb pro seniory, v Oblastní charitě Strakonice, v pečovatelské službě a osobní asistenci. Dále pak odborné zhodnocení metod práce se vzpomínkami v této organizace a zjištění zájmu a možnosti uplatnění dalších metod práce zaměřených na reminiscenci, zároveň i identifikace problematických oblastí, opět z hlediska uživatelů a pracovníků.

Domnívám se, že cíle práce byly naplněny. Výsledky výzkumu umožnily odpovědi v podobě hypotéz na jednotlivé, konkrétně zaměřené výzkumné otázky. Názory pracovníků a uživatelů se výrazně nerozházely.

Bakalářské práce potvrdila i moje přesvědčení, že vzpomínání uživatelů není ztrátou času, ale že mnohdy se právě díky pozornému naslouchání vzpomínkám a vyprávění životních příběhů uživatelů ušetří mnoho času při řešení problematických situací. Díky využití vzpomínek a vyprávění životních osudů je možné uživatelům nabídnout službu, která umožňuje uspokojení individuálních bio-psycho-sociálně-spirituálních potřeb uživatelů. Bez poznání a respektování životního osudu konkrétních uživatelů by nebylo možné vytvořit vztah důvěry, který je jedním ze základních předpokladů poskytování sociálních služeb. Práce prokázala, že prostřednictvím vzpomínek a vyprávění životních příběhů uživatelů pracovníci lépe poznají silné stránky uživatelů i omezení, které je nutné respektovat. Mohou tak s uživateli lépe individuálně plánovat průběh služeb. Dochází k tomu, že uživatel i pracovník mají při službě dobrý pocit, zabrání se rozpakům, nejistotám a pocitům frustrace. Práce se vzpomínkami napomáhá k úspěšnému přizpůsobení se změnám ve stáří. Uživatelé

---

<sup>108</sup> Srov. FIŠER Z., *Plný život ve stáří*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. ISBN 80-7192-381-8. s. 11.

terénních služeb OCHS oceňují při využívání služeb možnost kontaktu s pracovníkem, se kterým mají možnost komunikovat, který je ochoten vyslechnout jeho životní příběh a který mu pomůže najít důvěru v to, že jeho život měl smysl a zmírní obavy z umírání. Zároveň vzpomínání přispívá k obohacení pracovníků právě díky předávání životních zkušeností uživatelů. V mnoha případech pak nastává situace, kdy pracovník se stává tím, kdo přijímá pomoc od uživatele.

Výzkumná část práce prokázala, že přestože se odborná literatura věnuje především reminiscenčním metodám prováděným v pobytových zařízeních, lze tyto metody aplikovat i v terénních službách. Předpokladem pro jejich odborné využívání je profesionální znalost metod práce zaměřených na reminiscenci, včetně respektování limitujících faktorů.

V současné době lze již dokázat praktické využití bakalářské práce v OCHS. Část pracovníků terénních služeb zařadila vzdělávání v oblasti práce se vzpomínkami do vlastních vzdělávacích plánů a probíhá jednání o účasti ve vzdělávacích kurzech, které seznamují s touto metodou sociální práce.

## Seznam použitých zdrojů

### Literatura:

CASEMORE, R. *Na osobu zaměřená psychoterapie*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-454-0.

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

FÍŠER Z., *Plný život ve stáří*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. ISBN 80-7192-381-8.

FREEDMAN, J., COMBS, G. *Narativní psychoterapie*, Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-549-3.

GÉRINGOVÁ, J. *Pomáhající profese – tvořivé zacházení s odvrácenou stranou*. Praha: TRITON, 2011. ISBN 978-80-7387-3.

GULOVÁ, L. *Sociální práce*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3379-1.

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

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

JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-581-3.

JIRÁK, J., HOLMEROVÁ, I., BORZOVÁ, C. a kol. *Demence a jiné poruchy paměti*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2454-6.

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

LUPIENSKÁ, N. Ergoterapie v geriatрии, 2. část. *Sociální služby*, 2012, roč. 14.

MAROON, I. *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků: teorie, praxe, kazuistiky*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0180-9.

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

MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X.

MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3872-7.

MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. b. m. Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-5029-7.

ONDRUŠOVÁ, J. *Stáří a smysl života*. Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-1997-2.

PLAVAŇA, I. *Průvodce mezilidskou komunikací, Přístupy – dovednosti – poruchy*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 80-247-0858-2.

ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. vyd. 2., přeprac. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-829-5.

STRAUSS, A., CORBINOVÁ, J. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert, 1999. ISBN 80-85834-60.

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

ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B. *Reminiscenční terapie*. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-711-0.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie, Dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.

VENGLÁŘOVÁ, M. *Problematické situace v péči o seniory*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-2170-5.

WALSH, D., *Skupinové hry a činnosti pro seniory*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4.

ZGOLA, M. J., *Úspěšná péče o člověka s demencí*. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN 80-247-0183-9.

### **Webové zdroje:**

*Sociální služby* [online]. Praha: MPSV, [cit. 4. dubna 2012]. Dostupné na WWW:<http://www.mpsv.cz/cs/9>.

*Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách* [online]. (c) 2012 Úplné znění.[cit. 4. dubna 2012]. Dostupné na WWW: <http://www.uplnezneni.cz/zakon/108-2006-sb-o-socialnich-sluzbach/>.

### **Jiné zdroje:**

*Charitáček č. 14, výroční zpráva za r. 2011*. Strakonice: Oblastní charita Strakonice, 2012.

Dokumentace Oblastní charity Strakonice

## **Seznam příloh**

Příloha I.: Výzkumné otázky, rozpracování pro cílové skupiny

Příloha II.: Osnova pro nestandardizovaný strukturovaný rozhovor s pracovníci terénních sociálních služeb OCHS (P)

Příloha III.: Osnova pro nestandardizovaný strukturovaný rozhovor s uživateli terénních služeb OCHS (U)

Příloha IV.: Pomocná tabulka k vyhodnocení rozhovorů s uživateli

Příloha V.: Pomocná tabulka k vyhodnocení rozhovorů s pracovníci

## Příloha I.: Výzkumné otázky, rozpracování pro cílové skupiny

Výzkumná otázka	Pracovnice v terénních sociálních službách OCHS	Uživatelé terénních služeb OCHS
<p>1. Jaká je skutečnost v oblasti používání vzpomínek při poskytování terénních služeb v OCHS z hlediska pracovníků a uživatelů? (k cíli 1)</p>	<p>a) Vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy uživatelé služeb (všichni nebo jen někteří, kteří)? (otázka P1)</p>	<p>a) Vzpomínají a vyprávějí životní příběhy při službě pracovnícím? (otázka U2)</p>
<p>2. Jaký je důvod vzpomínání a vyprávění životních příběhů uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS z pohledu pracovníků a uživatelů? (k cíli 1)</p>	<p>a) Proč uživatelé vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy? (otázka P2) b) Kdo je iniciátorem aktivit zaměřených na vzpomínání? (otázka P5)</p>	<p>a) Proč vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy? (otázka U5) b) Kdo je iniciátorem aktivit zaměřených na vzpomínání? (otázka U4)</p>
<p>3. Jaké metody práce se vzpomínkami pracovníci terénních služeb v OCHS používají? (k cíli 2)</p>	<p>a) Vědí vůbec pracovnice, že využívání vzpomínek je metodou sociální práce? (otázka P8) b) Jaké aktivity zaměřené na vzpomínání s uživateli realizují (o životě, o zaměstnání, zálibách, prohlíží fotky, poslouchají hudbu, zpívají, čtou, sledují staré filmy, vaří podle receptů apod.)? (otázka P3)</p>	<p>a) Jaké aktivity zaměřené na vzpomínání využívají (o životě, o zaměstnání, zálibách, prohlíží fotky, poslouchají hudbu, zpívají, čtou, sledují staré filmy, vaří podle receptů apod.)? (otázka U2)</p>

<p>4. Jaký má význam vzpomínání uživatelů při poskytování terénních služeb v OCHS pro pracovníky a uživatele? (k cíli 1)</p>	<p>a) K jakému účelu výše uvedené aktivity využívají? (otázka P6)</p> <p>b) Jsou tyto aktivity prováděny bezděčně, jako samostatná cílená činnost nebo vůbec ne? (otázka P4)</p> <p>c) Co si o práci se vzpomínkami myslí (v jakémkoli slova smyslu, pozitivně i negativně)? (otázka P9)</p> <p>d) Jaký má pro pracovníky význam vzpomínání uživatelů pro samotnou práci při poskytování terénních sociálních služeb? (otázka P7)</p>	<p>a) Jaké má místo vzpomínání při využívání služby (je prováděno bezděčně, jako samostatná cílená placená aktivita nebo vůbec ne)? (otázka U3)</p> <p>b) Jaký má pro uživatele jejich vzpomínání význam? (otázka U6)</p>
<p>5. Jaké jsou možnosti dalšího využití práce se vzpomínkami při poskytování terénních služeb v OCHS? (k cíli 2)</p>	<p>a) Jak by si v ideálním případě představovaly práci se vzpomínkami? (otázka P11)</p> <p>b) Jaké další reminiscenční aktivity by mohly být používány? (otázka P10)</p> <p>c) Co by k ní potřebovaly (více času, pomůcky, prostředky, vzdělání apod.)? (otázka P12)</p> <p>d) V čem by mohl být problém? (otázka P13)</p>	<p>a) K čemu využívají poskytovanou terénní službu? (otázka U1)</p> <p>b) Jak by nejraději využívali vzpomínání a vypravování při službě? (otázka U7)</p> <p>c) O jaké další reminiscenční aktivity by měli zájem? (otázka U8)</p> <p>d) V čem by mohl být problém? (otázka U9)</p>

**Příloha II.: Osnova pro nestandardizovaný strukturovaný rozhovor  
s pracovníky terénních sociálních služeb OCHS (P)**

1. Vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy uživatelé služeb (všichni nebo jen někteří, kteří)?
2. Proč podle Vašeho názoru uživatelé vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy?
3. Jaké aktivity zaměřené na vzpomínání a vyprávění s uživateli provádíte (o životě, zaměstnání, rodině, zálibách, prohlížíte fotky, posloucháte jejich oblíbenou hudbu, zpíváte, čtete, sledujete staré filmy, vaříte podle jejich receptů apod.)?
4. Provádíte je bezděčně, jako cílenou aktivitu nebo vůbec ne?
5. Kdo je iniciátorem aktivit zaměřených na vzpomínání?
6. K jakému účelu výše uvedené aktivity využíváte?
7. Jaký má pro Vás význam vzpomínání uživatelů při práci?
8. Víte, že využívání vzpomínek je metodou sociální práce?
9. Co si o práci se vzpomínkami myslíte (v jakémkoli slova smyslu, pozitivně i negativně, např. usnadnění práce, zdržuje od vlastní práce, emoční rozrušení, nepříjemné situace, ...)?
10. Co si myslíte o možnosti psát s uživateli tzv. knihy života (zaznamenání životního příběhu uživatele pomocí různých dokumentů), vytvářet s nimi tzv. vzpomínkové krabice (senioři si ukládají předměty, ke kterým mají citový vztah), organizovat setkávání zaměřené na vzpomínání apod.?
11. Jak byste si v ideálním případě představovala práci se vzpomínkami (chtěla byste se vzpomínkami pracovat více nebo méně, jak)?
12. Co byste k ní potřebovala (více času, pomůcky, prostředky, vzdělání apod.)?
13. V čem by podle Vás mohl být problém?

### **Příloha III.: Osnova pro nestandardizovaný strukturovaný rozhovor s uživateli terénních služeb OCHS**

1. Proč využíváte službu (k jakému účelu, k jakým činnostem)?
2. Povídáte si s pracovníci o Vašem předchozím zaměstnání, rodině, známých místech, prohlížíte fotky, posloucháte Vaši oblíbenou hudbu, zpíváte, čtete, sledujete společně staré filmy, vaříte podle receptů apod.?
3. Provádíte to při ostatních činnostech, které máte při službě dojednané nebo jako samostatnou zvlášť sjednanou a placenou činnost?
4. Kdo se vzpomínáním a vyprávěním začíná (pracovnice nebo Vy)?
5. Proč vzpomínáte a vyprávíte pracovnícům své životní příběhy (myslíte si, že je stejně důležité jako například pomoc při úklidu, pomoc při hygieně, zajištění stravy apod.)?
6. Jak na Vás Vaše vzpomínání působí (je příjemné, obtěžuje, vyvolává špatné pocity, máte pocit, že nikoho nezajímá, ...)?
7. Jak by podle Vás měla vypadat služba věnovaná Vašemu vzpomínání?
8. Měl/a byste zájem o některou z následujících činností: psaní Vašich životních příběhů, třídění a uchovávání oblíbených věcí, schůzky při kterých by se vzpomínalo?
9. V čem je podle Vás problém (proč to nejde)?

## Příloha IV.: Pomocná tabulka k vyhodnocení rozhovorů s uživateli

Otázka	Znění otázky	Odpověď
1.	Proč využíváte službu (k jakému účelu, k jakým činnostem)?	Zajištění <b>hygieny</b> , přípravě <b>jídla</b> , k pomoci při <b>domácích pracích</b> , přesunech
		<b>Poklizení</b> , pomoc při <b>koupání</b> , nákupy, k tomu, abych nebyla <b>sama</b>
		<b>Vaření</b> , pomoc při <b>koupání</b>
		Pomoc při <b>domácích pracích</b> , <b>duševní podpora</b>
		Pomoc s oblékáním, příprava <b>snídaně</b> , pomoc s večerní <b>hygienou</b>
		<b>Vaření</b> , <b>doprovod</b> na plavecký bazén
		Pomoc s <b>úklidem</b> , nákupy, doprovod na <b>procházky</b> , <b>doprava a doprovod</b> k lékařům, doprava do kostela
		Nákupy, <b>donáška oběda</b> , <b>doprava a doprovod</b> , popovídání si
		Pomoc osobní <b>hygienou</b> , zajištění <b>společnosti</b>
		Pomoc s <b>domácími pracemi</b> , "dělá mi to <b>dobře na psychiku</b> "
		"Aby se mnou krásný slečny chodily na <b>procházky</b> a na oběd"
		Vyplnění <b>samoty</b> , pomoc s <b>domácími pracemi</b>
		Vyplnění <b>samoty</b> , pomoc s tím, co zrovna potřebuji
		Přívezení <b>oběda</b> a nákupů, <b>vysávání</b> , doprava
		Pomoc při <b>mytí</b> , dovoz a nandání <b>oběda</b>
		Pomoc při <b>úklidu</b> , dovoz <b>oběda</b> , doprava
		Dovoz <b>oběda</b> , <b>procházky</b>
		Abych mohla zůstat doma. Pomoc s <b>úklidem</b> , pomoc při <b>koupání</b> , nákupy, donáška <b>oběda</b>
		Nákupy, <b>doprovod</b> k lékařům a pochůzkám
		Dovoz a nandání <b>oběda</b> , <b>doprovod</b> k lékaři
		Dovoz <b>oběda</b> , <b>velký úklid</b>
		Pomoc při <b>koupání</b> , příprava <b>snídaně</b>
		Pomoc při <b>koupání</b>
		Dovoz <b>oběda</b> , nákupy, <b>doprava a doprovod</b> k lékařům
		<b>Procházky</b>

Otázka	Znění otázky	Odpověď
2.	Povídáte si s pracovníci o Vašem předchozím zaměstnání, rodině, známých místech, prohlížíte fotky, posloucháte Vaši oblíbenou hudbu, zpíváte, čtete, sledujete společně staré filmy, vaříte podle receptů apod.?	<p>Povídáme si o <b>rodině</b>, <b>rodném městě</b>, několikrát jsme <b>vařily</b> podle mých starých receptů</p> <p>Povídáme o <b>Volyni</b>, o hercích, o filmech, o tom, co jsme kde četly</p> <p>Povídáme, ukazujeme si <b>fotky dětí a vnoučat</b>, při <b>vaření</b> si vyměňujeme recepty</p> <p>Povídám o předchozím <b>zaměstnání</b>, <b>rodině</b>, <b>známých místech</b>, prohlížíme <b>foto</b>, někdy <b>čteme</b></p> <p>Povídáme o různých věcech, hodně o předchozím <b>zaměstnání</b>, jak vypadaly <b>Strakonice dřív</b></p> <p>Při vaření si pouštíme rádio a povídáme se, <b>vaříme</b> podle receptů mých nebo pracovnic</p> <p>Povídáme hlavně o <b>rodině</b>, <b>dětech a vnoučatech</b>, prohlížíme <b>fotky</b>, při procházkách o tom, jak <b>místa vypadala dřív a co se změnilo</b></p> <p>Povídáme si většinou o <b>rodině</b>, ukazuji jim <b>fotky</b>, povídáme často o <b>vaření</b>, a o seriálech v televizi</p> <p>Spíše povídáme o počasí, o <b>rodině</b>, o jídle. Asistentky <b>předčítají z knih</b></p> <p>Já nejraději povídám. Je jedno o čem, na co zrovna přijde řeč. Často vzpomínám na <b>manžela</b>.</p> <p>Povídáme o <b>rodině</b>, při procházkách vzpomínám na to, <b>jak Strakonice vypadaly dřív</b>, na školní léta</p> <p>Povídáme, prohlížíme hlavně <b>fotky</b> mých vnoučat nebo fotky, které přinesou pracovnice, sledujeme fotbal v televizi, <b>čteme</b> z novin a časopisů, při procházkách <b>co kde bylo dřív</b>, kdo tam bydlel, a tak</p> <p>Povídáme hlavně o <b>rodině</b>, koukat na televizi mě ani nebaví, vařit už nemůžu</p> <p>Povídám o mém životě, hlavně o <b>dětství</b></p> <p>Nejradši vyprávím o <b>vnoučatech</b>, o tom, kde jsem <b>dřív pracovala</b>, prohlížíme <b>fotky</b></p> <p>Povídáme si hodně o mojí nemoci, někdy o <b>rodině</b>. Nerada vzpomínám.</p> <p>Povídáme o všem možným, kde jsem bydlela, <b>co jsem dělala</b>, různě. Na fotky já moc nejsem.</p> <p>Samozřejmě. Vyprávím o svém <b>dětství</b>, o <b>zaměstnání</b>, vlastně o všem možným, podle toho, na co přijde řeč. Někdy prohlížíme <b>fotky</b>, já občas i zpívám</p> <p>Povídáme o mém <b>zaměstnání</b>, o <b>rodině</b>. Já hodně cestovala, tak jim vyprávím o svých cestách, taky ukážu <b>fotky</b>.</p> <p>Při nandávání oběda si vždycky popovídáme. Já ale dost zapomínám, tak už si nepamatuju o čem. No jo, většinou o jídle, <b>jak jsem co vařila já</b>. Když jdeme k doktoru, tak je víc času, to povídám nejraději o svém <b>dětství</b></p> <p>Když děvčata myjí okna, tak aby nám to lépe uteklo, děvčatům vyprávím.</p> <p>Povídáme o starých časech. Jiné věci neděláme.</p> <p>Vyprávím jim, co jsem <b>dřív dělal</b>. Taky o <b>okolí</b>, <b>jak to kde dřív vypadalo</b>.</p> <p>Povídáme o mém životě, co jsem všechno prožila, jaké to bylo dřív, za mého <b>dětství</b> a mládí.</p> <p>Povídáme. Hlavně já, já "už tu nějaký ten pátek straším", tak mám co povídat.</p>

Otázka	Znění otázky	Odpověď
3.	Provádíte to při ostatních činnostech, které máte při službě dojednané nebo jako samostatnou zvlášť sjednanou a placenou činnost?	<p>Při činnostech, které mám sjednané</p> <p>Někdy si uvaříme kafe a jen povídáme</p> <p>Při činnostech, někdy si jen sedneme a prohlédneme časopisy</p> <p>Při činnostech, které mám dojednané</p> <p>Povídáme při tom, když pečovatelky pomáhají, když mají někdy hotovo dříve, tak si jen povídáme</p> <p>Povídáme při práci</p> <p>Mám dojednaný čas, tak někdy je čas jen na povídání</p> <p>Povídání mám sjednané zvlášť</p> <p>V rámci služby mám sjednanou společnost</p> <p>Mám sjednanou hlavně společnost, to mi na mou psychiku pomáhá</p> <p>Povídáme při procházce nebo doprovodu</p> <p>Při službě, mám to tak dojednané</p> <p>Děláme si společnost, hlavně povídáme</p> <p>Když mě někde vezou nebo při uklízení.</p> <p>Když mi pomáhají</p> <p>Někdy se v hovoru při službě k minulosti dostaneme.</p> <p>Povídáme pořád. Při procházkách, nebo když prší nebo mi není dobře, tak si sedneme a povídáme.</p> <p>Při službě. Když pečovatelky třeba uklízí, tak si přitom povídáme. Někdy si prohlížíme fotky.</p> <p>Když mi přinesou nákup a mají chvíli času, ale ten čas zaplatím.</p> <p>Když mi nandávají oběd nebo když jedeme k doktoru.</p> <p>Když jsou u mne děvčata déle. Při předávání obědů na to nemají čas, to spěchají.</p> <p>Při službě.</p> <p>Při službě.</p> <p>Hlavně když spolu jedeme autem, aby cesta lépe uběhla.</p> <p>Povídáme při procházkách.</p>

Otázka	Znění otázky	Odpověď
4.	Kdo se vzpomínáním a vyprávěním začíná (pracovnice nebo Vy)?	Většinou asistentky, já se přidávám
		Podle situace
		To je různý
		Vyplývá to samo z našeho rozhovoru a z činností, je to samozřejmé a nenásilné
		Podle situace.
		Většinou já
		Někdy já, někdy asistentky. Záleží na tom, kdo načne nějaké téma
		Rozhovor většinou začnu já
		Asistentky
		Většinou já a ony se pak začnou vyptávat
		Já, ony se mě zase ptají
		Někdy já, někdy se zeptají ony
		Ani nevím. Známe se už dobře, prostě si jen povídáme
		Já jim občas něco povím.
		Podle toho, kdo co nakousne.
		To je podle toho o čem povídáme.
		Někdy já, někdy ony.
		Spíš já. Já jsem taková upovídaná.
		Většinou já.
		No, pečovatelky něco řeknou, pak já, a tak.
No já. Ony toho ještě tolik nepamatují.		
Asi většinou já.		
Asi já. Já toho pamatuju víc.		
Jak kdy. Buď začnu já, nebo děvčata se na něco zeptají.		
Jak kdy, někdy já, někdy ony.		

Otázka	Znění otázky	Odpověď
5.	Proč vzpomínáte a vyprávíte pracovnícím své životní příběhy (myslíte si, že je to stejně důležité jako například pomoc při úklidu, pomoc při hygieně, zajištění stravy apod.)?	<p>Předávám své zkušenosti, vracím se do doby, kdy jsem byla zdravá</p> <p>Je pro mě důležité, že mám s kým popovídat, samotnému člověku je smutno</p> <p>Ráda povídám o dětech a vnoučatech, když začnu vzpomínat, tak je mi smutno, že už nemůžu nic moc dělat</p> <p>Ráda vzpomínám a vyprávím pracovnícím, ke kterým mám důvěru a vidím, že moje životní příběhy jim nejsou cizí a lhostejné. Je to pro mě stejně důležité jako pomoc fyzická</p> <p>Já rád povídám, když jsem sám, tak je mi smutno. Když si povídáme, tak se líp poznáme.</p> <p>Já se občas potřebuji vypovídat a ulevit si. Mám zdravotní problémy a starosti se synem, tak to s některými děvčaty probíráme</p> <p>Vyprávíme si o svých životech, abychom se lépe poznali..</p> <p>Spíše si povídám o tom, co se děje teď, co je nového v rodině, o tom, co jsem přečetla v časopisech a o pořadech v televizi. Vzpomínám na obecné věci, osobní vzpomínky nesdílují ráda.</p> <p>Mluvení mne unavuje, raději poslouchám předčítání z knih.</p> <p>Vyměňujeme si zkušenosti. Potřebuji o mě něco vědět, jaké mám zvyky a co jsem si prožila. Musíme se dobře poznat, aby mi opravdu pomáhali, i na tu psychiku.</p> <p>No abychom si měli o čem povídat, aby řeč nestála. To k tomu patří, přece spolu nebudeme mlčet. Asi se to pracovnícím líbí.</p> <p>Já potřebuji společnost, aby mi nebylo smutno. Ráda vzpomínám na dětství.</p> <p>Pro mě je to moc důležité. Já nepotřebuji pomoc při úklidu, to mi všechno obstarají naši. Ale jsem tu sama, potřebuji si s někým popovídat.</p> <p>Aby věděli, jak to dřív chodilo. To nebylo jako teď, když každý někam spěchá.</p> <p>Je to pro mě důležitý, že si povídáme. Pak už se líp známe.</p> <p>Povídám pečovatelkám, co mě trápí a bolí, aby mi pomohly.</p> <p>Je to dobrý, rychlejc mi den uteče, nejsem tu sama. Můžu jim říct to, co nevědí.</p> <p>Já si ráda povídám. Můžu jim toho hodně vyprávět, byla jsem skautka a ráda na ty časy vzpomínám. Ony to ty mladý holky neznají, tak aby se o tom taky něco dozvěděly.</p> <p>Jak říkám, někdy si ráda popovídám.</p> <p>Někdy jim říkám, co jsem dřív dělala, abychom se poznali.</p> <p>Ráda vzpomínám na dětství.</p> <p>Nebudeme přece mlčet, je nám tak spolu líp.</p> <p>Přece abychom se lépe poznali a aby nám spolu bylo dobře.</p> <p>Aby nám spolu bylo dobře, abychom se lépe poznali. Aby věděly, co mají dělat lépe, než jsem udělala já.</p> <p>Už jsem něco prožil, tak aby se taky něco dozvěděly, aby věděly, jak to dřív chodilo.</p>

Otázka	Znění otázky	Odpověď
6.	Jak na Vás Vaše vzpomínání působí (je příjemné, obtěžuje, vyvolává špatné pocity, máte pocit, že nikoho nezajímá, ...)?	Ráda si zavzpomínám, ale <b>vždy mi je nakonec smutno</b> .
		<b>Při smutných vzpomínkách mi je smutno, při veselých veselo</b> . Přála bych si lepší život, ale dopadlo to, jak to dopadlo
		Jak říkám, je mi spíš <b>smutno</b> , ale už se mi to stalo a nic s tím nenadělám.
		Každý se rád vrací do svých vzpomínek, ty mi nikdo nevezme, ať dobré i ty méně radostné. Hlavně vás <b>potěší, když máte dobrého posluchače</b> .
		To víte, teď se mi zdá, že dřív bylo všechno lepší. <b>Někdy si i popláču</b> . Ale čas se nedá vrátit. <b>Někdy se ale zasmějeme</b> .
		Když povídáme o dětech, tak <b>je mi smutno</b> , že nevycházíme se synem.
		Většinou vzpomínám ráda, občas se stane, že <b>někdy se vyvolají i nepříjemné vzpomínky</b> . Ale je dobře, že si i o nepříjemných věcech můžu s někým popovídat
		Moje <b>osobní vzpomínky jsou bolestivé</b> , zemřel mi syn, později i manžel. S těmito ztrátami jsem se nevyrovnala.
		Delší komunikace mne unavuje.
		Na <b>něco vzpomínám ráda</b> , na něco ne. Když si vzpomenu na <b>špatné věci, tak je mi smutno</b> . Někdy se rozpovídám a vadí mi, že musí pečovatelky odejít.
		<b>Rád vzpomínám na to, když holky byly malé</b> , moje práce mě bavila. Nerad vzpomínám, jak jsem byl nedávno v nemocnici. <b>Je mi smutno, když si vzpomenu na ženu</b> , že už tu není.
		Jsem ráda, že má na mě někdo čas. <b>Někdy se při tom nasmějeme, někdy si i popláču</b> . Hodně mi ale vadí, když si nemůžu na něco vzpomenout. Po mrtvici se mi některá slova pletou a někdy nám trvá, než se dohodneme, co chci vlastně říci.
		<b>Někdy je mi smutno</b> . To když si vzpomenu na dědu, když tu ještě byl. A pak, když jsem měla tu mrtvici, že už to nikdy nebude jako dřív.
		Když <b>vzpomínám na dětství, tak mi je dobře</b> .
		Když <b>vzpomínám na pěkné věci, tak mi je pěkně</b> . Někdy si <b>užijeme legrace</b> . Když si vzpomenu na manžela, tak <b>mi je smutno</b> .
		Nevzpomínám ráda, <b>je mi z toho smutno</b> .
		<b>Na něco vzpomínám ráda</b> , na něco bych nejradši úplně zapomněla, na ty zlé věci, co mě potkaly.
		To víte, někdy je mi z <b>některých vzpomínek smutno</b> , třeba když vzpomínám na přítelkyně, které už tady nejsou, ale takový je život. Myslím si, že to <b>pečovatelky zajímá</b> , protože se mě na spoustu věcí ptají.
		K životu patří <b>dobré i špatné</b> . Něco se mi v životě povedlo, a něco zase ne.
		<b>Jsem ráda, když si s někým povídám</b> . Jenom si už někdy nemůžu na něco vzpomenout.
Hodně se přitom <b>nasmějeme</b> . Já měla krásný dětství. Škoda, že to už je pryč.		
<b>Já vzpomínám rád</b> .		
<b>Já vzpomínám rád</b> . Hodně jsem toho zažil. Něco bylo dobré a něco ne, ale tak to chodí.		
Je <b>příjemné s někým vzpomínat</b> , když má o to zájem. <b>Některé moje vzpomínky jsou i smutné</b> , ale to k životu patří.		
<b>Vzpomínám rád na dobu, kdy jsem byl mladý</b> , jak jsem se seznámil se ženou, na dětství. <b>Někdy je mi smutno</b> z toho, že už se to nedá vrátit.		

Otázka	Znění otázky	Odpověď
7.	Jak by podle Vás měla vypadat služba věnovaná Vašemu vzpomínání?	Nechci nic měnit.
		Já jsem spokojená, když něco potřebuji, tak si pečovatelkám řeknu.
		Vyhovují mi služby tak, jak jsou.
		Konkrétně nevím. Jsem spokojená, vždy to vyplyne tak samo a neplánovaně.
		Nevím, mě by stačilo, kdyby mohly být služby delší, jsem rád, když tu pečovatelky jsou, ale musím počítat, abych měl na zaplacení.
		Já radši povídám o současných věcech, nevzpomínám ráda. Hodně lidí mě zklamalo, byla jsem moc důvěřivá. Teď si už dávám pozor a věřím jen někomu. Paní V. ke mně chodí už léta, s tou si i tykáme, to je vlastně moje kamarádka.
		Neměla bych o to zájem, tak jak probíhají služby teď, tak mi vyhovují. Chodí ke mně často syn a vnučata. Teď mám pravnoučka, to je moje radost.
		Vyhovuje mi služba tak, jak je.
		Nemám zájem využívat službu věnovanou vzpomínání.
		Kdybych měla víc financí, tak bych si objednala víc služeb, aby bylo víc času.
		No to by muselo být hodně času. Já toho prožil, já bych Vám toho navyprávěl. To bysme si museli dát i něco na zub.
		To nevím.
		To nevím.
		To nepotřebuju.
		To nevím. Já vyprávím o starých časech vnučatům. S pečovatelkami mi to stačí takhle.
		Takovou službu bych nechtěla.
		Takovou službu bych nechtěla.
		Takhle mi to stačí.
		Já jsem spokojená. Když si chci popovídat víc, tak si tu čtvrthodinku na povídání připlatím.
		Mělo by být dost času.
To já nevím.		
Nevím. Já nic jinýho zatím nepotřebuju.		
Ta chvilka popovídání nám stačí.		
Myslíte jen povídat o tom, co bylo dřív? To jako abych vyprávěl? To spíš kdybych se mohl sejít s někým známým. Služby bych neměnil.		
To nevím.		
No, aby bylo dost času. I když já toho takhle napovídám až až.		

Otázka	Znění otázky	Odpověď
8.	Měl/a byste zájem o některou z následujících činností: psaní Vašich životních příběhu, třídění a uchovávání oblíbených věcí, schůzky při kterých by se vzpomínalo?	Nevím, <b>spíš ne</b> .
		Jako psaní paměti? To já zase tak zvláštní život neměla. Věci třídím průběžně, něco jsem už rozdala, něco vyhodila. To, co je pro mě důležité. Vždycky když se s <b>někým známým sejdu, tak vzpomínáme</b> .
		Možná bych mohla <b>líp urovnat fotky</b> . To by mi mohly děvčata pomoci.
		Zatím nejsem rozhodnuta, zda bych to chtěla. <b>Asi spíš ne</b> . Uchovávám si pro zachování vzpomínek už teď jen svoje nejmilejší předměty vzhledem k velikosti mého současného bytu.
		<b>Psát bych nic nechtěl</b> . Rád bych se <b>sešel s kamarády</b> , ale už všichni umřeli. Když přijedou <b>vnoučata</b> , tak jim vyprávím.
		<b>Neměla</b> . Spíš bych chtěla <b>mít služby častěji</b> , ale na to nemám peníze.
		<b>Asi ne</b> , spíš ne. <b>Vnučka</b> mi udělala album s pravoučkem, tak to si často prohlížím.
		<b>Neměla</b> . Moje oblíbené věci mám všechny na svém místě. O schůzky nemám zájem, nejsem moc společenská, mám ráda svůj klid doma.
		<b>Ne</b>
		Zrovna teď mi bratranec pomáhá s rodokmenem. Když přijde na službu J, tak s tou to ráda probírám. Když jsem se minulý rok stěhovala sem, do menšího bytu, tak mi <b>pečovatelky pomáhaly třídít věci</b> . Chodím jednou za měsíc na "babinec" do kavárny, kde se <b>scházíme s přítelkyněmi</b> .
		<b>To by mě bavilo</b> . Psát ne, ale povídat si o tom, to jo.
		<b>Neměla</b> .
		Mohly bychom <b>prohlížet fotografie</b> .
		<b>Ne</b> .
		Někdy bych se <b>ráda sešla s těmi, se kterými jsem prožila dětství</b> , ale to už těžko půjde.
		<b>Ne</b> .
		<b>Ne. Nic jinýho nechci</b> .
		O tom jsem nikdy nepřemýšlela. Jeden čas jsem si psala deník. Taky máme (skautský oddíl) kroniky. Věcí mám spoustu a všechny oblíbené, nechtěla bych je třídít, každá má svůj příběh. <b>Scházím se a vzpomínám často s přítelkyněmi</b> .
		To bych musela rozmyslet. <b>Spíš ne</b> .
		<b>To ne</b> .
Možná by ty moje historky z dětství někoho pobavily, ale já na psaní nejsem. Když přijedou <b>vnoučata</b> , tak po mě chtějí, abych jim vyprávěla.		
Já už svůj životopis napsal, už mi vyšla i knížka o mém životě. Taky <b>chodím na různé besedy</b> .		
No kdyby to šlo, <b>sejít se s bývalými známými</b> , ale těch už asi taky moc nežije.		
Já vyprávím o svém životě ráda, ale psát o něm, to nevím. Mám hodně oblíbených věcí, ať si je třídí, až umru. Občas se <b>sejdu se svými sousedkami ze vsi</b> , známe se odmala. To se pak vždycky dáme do vzpomínání. Taky <b>vnoučata</b> za mnou často jezdí, a ty chtějí vědět, jak co bylo dřív.		
Víte, já jsem válečný veterán, tak už o mě něco i napsali, <b>zvou mě na různé besedy, kde vyprávím</b> . Moje věci ať si roztřídí dcera a vnuci až tu nebudu.		

Otázka	Znění otázky	Odpověď
9.	V čem je podle Vás problém (proč to nejde)?	Problém je <b>čas</b> . Neumím si naplánovat, kdy budu mít potřebu a náladu vzpomínat.
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. nebyl zájem, spokojenost se současným stavem
		Asi by problém nebyl, <b>nenapadlo mě to</b> .
		Zatím nemám zájem.
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. <b>Nemožnost zaplatit delší služby</b> , kamarádi umřeli, vypráví vnoučatům.
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. Nebyl zájem, na delší služby nemá <b>peníze</b> .
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. Vyhovuje současný stav.
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. Vyhovuje současný stav.
		Vzhledem k <b>zdravotnímu stavu</b> to není reálné
		<b>Finance</b> . Za služby se hodně platí, nemám tolik peněz.
		To by mi <b>dcery nedovolily</b> . Nevím proč, já mám společnost rád. Asi že moc povídám a zdržuju.
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. Vyhovuje současný stav.
		Je málo <b>času</b> . Jsem tu sama, a když přijdete vy, tak rychle to uteče a pak jsem tu zase sama.
		Chtěla bych víc služeb, ale nemám na to <b>peníze</b> .
		Nevím, jestli jsou ti, se kterými bych se ráda sešla, žíví.
		Při vzpomínkách je mi smutno.
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. Není zájem.
		Žádný problém nevidím. Když bych chtěla, tak si objednáme delší službu.
		Muselo by být dost <b>času</b> .
		To já nevím.
		Jako službu bych to <b>nechtěla</b> , to ne.
		<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. Není zájem.
		Bylo by těžké se s bývalými známými sejt, dcera mne musí vozit, já <b>ujdu jen pár kroků</b> .
<b>Nezodpovězeno</b> . Vyplynulo z předchozích odpovědí. Není zájem.		
Někdy se <b>dcera zlobí</b> , že toho napovídám moc.		

## Příloha V.: Pomocná tabulka k vyhodnocení rozhovorů s pracovníci

Otázka	Znění otázky	Odpověď
1.	Vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy uživatelé služeb (všichni nebo jen někteří, kteří)?	Ano, ne všichni, ti, se kterými je <b>častější kontakt</b>
		<b>Převážná většina</b> , nutná důvěra
		Ti, kteří získají <b>důvěru</b> , vidí zájem
		<b>Převážná většina</b>
		<b>Většinou všichni</b>
		<b>Všichni</b> , pokud je <b>dost času</b>
		Jen někteří, kteří žijí sami
		<b>Všichni</b> , po <b>blížeším seznámení</b>
2.	Proč podle Vašeho názoru uživatelé vzpomínají a vyprávějí své životní příběhy?	Někteří, otevření lidé
		<b>Sdělení životních příběhů</b>
		<b>Sdělení životních příběhů</b> , <b>bilancování života</b>
		Potřeba sdělení, <b>předání zkušeností a postojů</b>
		<b>Vzpomínání na dobré a radostné chvíle</b>
		<b>Hodnocení života</b> , minulost si <b>lépe pamatují</b>
		Minulé události se jeví jako <b>lepší</b>
		<b>Předání životních zkušeností</b> , poučení, varování před chybami
3.	Jaké aktivity zaměřené na vzpomínání a vyprávění s uživateli provádíte (o životě, zaměstnání, rodině, zálibách, prohlížíte fotky, posloucháte jejich oblíbenou hudbu, zpíváte, čtete, sledujete staré filmy, vaříte podle jejich receptů apod.?)	<b>Vzpomínání na dobré a zlé</b>
		<b>Hodnocení života</b> , připomínka " <b>lepších časů</b> "
		<b>Prohlížení fotek</b> , <b>zpěv</b>
		<b>Vzpomínání na různé téma</b>
		<b>Vzpomínání na různé téma</b> , <b>zpěv</b> , <b>poslech hudby</b> , <b>čtení</b> , <b>prohlížení fotek</b> , <b>sledování filmů</b> , vaření dle receptů
		<b>Vzpomínání na různé téma</b> , <b>prohlížení fotek</b> , <b>čtení</b> , <b>poslech hudby</b> , <b>sledování televizních programů</b>
		Povídání o minulosti, <b>prohlížení fotek</b>
		<b>Prohlížení fotek</b> , <b>zpěv</b> , <b>čtení</b> , <b>poslech hudby</b> , vaření podle receptů uživatelů, <b>vyprávění na různé téma</b>
Výměna receptů, vzorů na pletení, <b>prohlížení fotek</b> , pěstování květin		
<b>Prohlížení fotek</b> , <b>vzpomínání na různé téma</b> , vaření dle receptů uživatelů		
<b>Vzpomínání na různé téma</b> , <b>prohlížení fotek</b>		

Otázka	Znění otázky	Odpověď
4.	Provádíte je bezděčně, jako cílenou aktivitu nebo vůbec ne ?	Bezděčně
		Nevyptávám se, uživatelé musí začít sami
		Jen pokud je atmosféra vzájemné důvěry
		Bezděčně, dle situace a potřeby uživatele
		Bezděčně
		Bezděčně, někdy nadnesu téma, aby se uživatel rozptýlil a potěšil
		Jako cílenou aktivitu, k navázání oboustranného vztahu
		Bezděčně, vyplyne z povídání a prováděných činností
5.	Kdo je iniciátorem aktivit zaměřených na vzpomínání?	Bezděčně
		Uživatelé
		Uživatelé
		Oboustranné, uživatelé i pracovnice
		Nejčastěji uživatelé
		Jak kdy, vyplyne to z rozhovoru
		Většinou uživatelé
		Uživatelé
6.	K jakému účelu výše uvedené aktivity využíváte?	Uživatelé
		Jak kdy, většinou uživatelé
		Pro navázání lepší komunikace
		K lepšímu poznání, navázání důvěry, podpora myšlení uživatelů
		Procvičování paměti, motivace k dalšímu životu
		Vyplnění volného času, lepší duševní rozpoložení uživatelů, kladné emoce
		K lepšímu poznání, k lepší náladě
		Ke sblížení, navázání kontaktu, příjemné a důvěrné atmosféry, odvrácení uživatele od negativních myšlenek
K navození pocitu vzájemné důvěry a porozumění, upevnění dobrého vztahu		
K rozpoznání aktivit, které vyvolávají negativní emoce		
K rozptýlení uživatele, k zabavení, aby uživatel zapomněl na své trápení		

Otázka	Znění otázky	Odpověď
7.	Jaký má pro Vás význam vzpomínání uživatelů při práci?	<p>Otevření uživatele, <b>lepší spolupráce</b>, zbaví se strachu o něco si říct, zbaví se obav z toho, že by obtěžovali</p> <p><b>Lépe se s uživateli pracuje</b>, máme k sobě blíží</p> <p>Pomoc při pochopení mentality seniorů, jejich emocí, tužeb a přání, potřeb, stanovisek a názorů</p> <p><b>Usnadnění práce</b>, vytvoření vztahu s uživateli, zpočátku, pokud se neznáme může dojít k otevření bolestného téma a zablokování uživatele</p> <p>Je to zajímavé, lépe se poznáme, neumím reagovat na nepříjemné vzpomínky, smutek a pláč uživatelů</p> <p>Pomáhá, aby se uživatelé cítili lépe</p> <p>Dává to mé práci smysl, uživatelé mi dávají najevo že jsem pro ně udělala něco víc, mají k mě důvěru</p> <p>Vzájemné poznání - sebezpoznání</p> <p>Pro navození dobré nálady, komunikaci, vzhled do situace s uživatelem</p>
8.	Víte, že využívání vzpomínek je metodou sociální práce?	<p><b>Ano</b>, vzpomínání uživatelů je pro práci důležité</p> <p>Vím, že <b>vzpomínání k seniorům patří</b>.</p> <p><b>Ano</b></p> <p><b>Ne</b></p> <p><b>Ne</b>, ale vím, že <b>vzpomínání k této práci patří</b></p> <p><b>Ano</b></p> <p><b>Ano</b>, vím, že <b>vzpomínání uživatelů je důležité</b></p> <p><b>Nevím</b></p> <p><b>Ano</b></p>
9.	Co si o práci se vzpomínkami myslíte (v jakémkoli slova smyslu, pozitivně i negativně, např. usnadnění práce, zdržuje od vlastní práce, emoční rozrušení, nepříjemné situace,...)?	<p>Vcelku práci se <b>vzpomínkami hodnotím kladně</b>, pomáhá k dobrému vztahu s klientem, občas je legrace, občas <b>nepříjemné situace</b>, rozrušení uživatele, problémem je jak pak reagovat</p> <p>To je různé, je to <b>usnadnění práce</b>, pomáhá vyhnout se <b>nepříjemné situaci</b>, je to dobré</p> <p>Pro pečovatele náročné, pro uživatele přínosné v jakémkoli směru, to <b>nepříjemné</b> dává důvod k přemýšlení a hodnocení</p> <p><b>Většinou pozitivní, usnadňuje práci</b>, uvolňuje napětí, někdy vyvolává smutek</p> <p>Většinou <b>usnadňuje</b>, přináší pozitivní atmosféru, u nového uživatele může nastat situace, kdy se otevře <b>bolestné téma</b></p> <p>Určitě je to <b>pozitivní</b>, uživatel ze sebe dostane své pocity, i negativní pocity k životu patří</p> <p>Pro seniory je potřebné projevit o ně zájem, někdy bývá obtížné udržet pozornost, hlavně u seniorů s demencí, kteří se opakují</p> <p>Vzpomínky uživatelů mě nezdržují, jsou vyjádřením důvěry</p> <p><b>Usnadní práci</b>, i když se někdy uživatelé rozruší, tak alespoň víme, čemu se máme snažit vyhnout</p>

Otázka	Znění otázky	Odpověď
10.	Co si myslíte o možnosti psát s uživateli tzv. knihy života (zaznamenání životního příběhu uživatele pomocí různých dokumentů), vytvářet s nimi tzv. vzpomínkové krabice (senioři si ukládají předměty, ke kterým mají citový vztah), organizovat setkávání zaměřené na vzpomínání apod.?	<p>To je těžké, <b>ne každý</b> chce své příběhy vypovědět každému</p> <p>To je <b>individuální</b> u každého uživatele, zatím se na mě nikdo s takovým přáním neobrátil</p> <p>Myslím, že je to podnětná a prospěšná práce, pozitivně ovlivňuje psychiku člověka, je možné srovnávat pocity a postoje různých generací</p> <p>Psát knihy bych s uživateli nechtěla, ani dělat vzpomínkové krabice, ani setkání zaměřené na vzpomínání, to by měla dělat rodina, v seniorech by to mohlo vyvolávat smutek</p> <p>Mnoho uživatelů by to určitě přivítalo, <b>vhodné spíše pro pobytová zařízení</b></p> <p>Přínosné pro uživatele v pobytových zařízeních, v terénu spíše fotoalba, místa v bytě s fotografiemi či vzpomínkovými předměty, pietní místo</p> <p><b>Krásná myšlenka</b>, v případě zájmu uživatelů bych to dělala ráda</p> <p><b>Této myšlence fandím</b></p> <p><b>Dobrý nápad</b>, možnost k hodnocení života, smíření s koncem života</p>
11.	Jak byste si v ideálním případě představovala práci se vzpomínkami (chtěla byst se vzpomínkami pracovat více nebo méně, jak)?	<p>Formou volného povídání, občasné usměrnění vzpomínání, příjemné prostředí, např. u šálku kávy s fotografiemi</p> <p><b>Určitě je to zajímavé</b>, nedokážu říci jakou formou</p> <p>Více, v klidu, více času bez nutnosti tento čas platit</p> <p><b>Práce se vzpomínkami mi nevadí</b>, dokážu reagovat i na bolestné vzpomínky</p> <p>Ráda bych <b>pracovala se vzpomínkami více</b>, ráda bych vytvářela vzpomínková alba a <b>životopisy</b>, vzpomínkové krabice v domácím prostředí nejsou třeba</p> <p><b>Vyhovuje mi současný stav</b>, myslím si, že je to hodně osobní věc, neměl by to dělat nikdo mimo rodinu</p> <p><b>Samozřejmě více</b>, jakoukoli formou, nejvíce by mne bavilo sepsování <b>životních příběhů</b></p> <p><b>Nedovedu dobře posoudit</b>, vzpomínky uživatelů poslouchám ráda</p> <p><b>Nedokážu posoudit</b>, potřebovala bych více informací</p>
12.	Co byste k ní potřebovala (více času, pomůcky, prostředky, vzdělání apod.)?	<p>Nejvíce asi <b>vzdělání</b></p> <p>Více <b>informací</b> o možnosti práce se vzpomínkami</p> <p>Hlavně <b>čas a vzdělání</b></p> <p>Víc <b>času</b>, specializované <b>vyškolení</b>, aby člověk uměl pracovat s nepříjemnými vzpomínkami</p> <p>Více <b>času</b>, pomůcky, prostředí i <b>školení</b></p> <p>Více <b>informací</b> o práci se vzpomínkami</p> <p><b>Čas i vzdělání</b>, pomůcky by nebyl problém</p> <p>Více <b>času</b>, pomůcky, <b>vzdělání</b>, čerpání zkušeností od někoho, kdo se tomu věnuje</p> <p><b>Čas a vzdělání</b>, např. psychologické minimum</p>

Otázka	Znění otázky	Odpověď
13.	V čem by podle Vás mohl být problém?	<p>Nedokážu posoudit, potřebovala bych více informací</p> <p>V získávání informací, řada událostí je ve vzpomínkách zkreslených, výsledek by nemusel být pravdivý</p> <p>Neochota <b>platit</b> za delší služby</p> <p><b>Placení</b> za delší služby</p> <p><b>Úhrada</b> za čas, nedostatek finančních prostředků uživatelů, mohli by se využít dobrovolníci</p> <p><b>Finanční</b> otázka, uživatelé terénních služeb si to nemohou dovolit</p> <p><b>Nezájem</b> uživatele, <b>peníze</b> na mzdu pracovníka</p> <p><b>Nesouhlas</b> uživatelů, nesouhlas rodiny do zasahování do soukromých záležitostí</p> <p>Nedostatek <b>času</b></p>

## **Abstrakt**

TURKOVÁ, H. Význam a využívání vzpomínek uživatelů při poskytování terénních sociálních služeb pro seniory v Oblastní charitě Strakonice. České Budějovice 2013. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra praktické teologie. Vedoucí práce Mgr. Lucie Maliňáková.

Klíčová slova: senior, stáří, vzpomínky, terénní sociální služby pro seniory, reminiscence, narativní terapie.

Práce se zabývá významem a možnostmi využití vzpomínek v sociální práci se seniory. Je rozdělena na dvě hlavní části. První část obsahuje teoretické poznatky o seniorském věku, významu vzpomínek v sociální práci se seniory a metodách sociální práce, které jsou zaměřeny na využívání vzpomínek. Druhá, praktická část je zaměřena na kvalitativní výzkum daného problému v konkrétní organizaci zaměřené na poskytování terénních sociálních služeb pro seniory, v Oblastní charitě Strakonice, v pečovatelské službě a osobní asistenci. Výzkum je zaměřen na analýzu významu vzpomínek uživatelů z hlediska pracovníků a uživatelů při poskytování terénních sociálních služeb, odborné zhodnocení metod práce se vzpomínkami a zvážení možností dalšího používání metod práce se vzpomínkami v této organizaci.

## **Abstract**

The value and use of member's memories due to providing on-site social services for seniors in Regional charity Strakonice

Keywords: old age, memories, field social services for seniors, reminiscence, narrative therapy

The thesis deals with the importance and possibilities of using memories in social services with seniors. Thesis is divided into two main parts. The first part contains the theoretical knowledge of the senior age, the value of memories in social services with seniors and methods of social services that are focused on the use of memories. The second part targets on the qualitative research of the problem in a specific organization aimed at providing the field of social services for the seniors, the Regional Charity Strakonice, in nursing service and personal assistance. The research is focused on the analysis of the importance of memories in terms of employees and users in providing on-site social services, evaluation methods of work with memories and to consider options for further use of methods of work with the memories in this organization.