



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

Mezilidské vztahy v domově pro seniory

Vypracovala: Pavla Zachová
Vedoucí práce: PhDr. Olga Vaněčková

České Budějovice 2014

Prohlášení

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 kvalifikační 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 kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 29. 6. 2014

Pavla Zachová

Poděkování

Ráda bych poděkovala PhDr. Olze Vaněčkové za odborné vedení, cenné rady a věnovaný čas. Dále bych také chtěla poděkovat obyvatelům Domova pro seniory Hvízdal za ochotu a vstřícnost při poskytování rozhovorů

Anotace

Bakalářská práce se zabývá interpersonálními vztahy v rezidenčním zařízení-domově pro seniory v Českých Budějovicích. I vzhledem k nárůstu počtu seniorů v populaci nabývá toto téma stále větší důležitosti, přesto mu není věnováno tolik pozornosti. Cílem práce je osvětlit život a především oblast mezilidských vztahů seniorů v rezidenčním zařízení. V teoretické části jsou popsány hlavní změny spojené se stárnutím, pohledy na stáří, aktivní stárnutí a životní styl seniorů. Praktická část obsahuje rozhovory s konkrétními obyvateli domova pro seniory. Pro sběr dat byla použita forma polostrukturovaného rozhovoru. Šetření zjišťuje, jak senioři v konkrétním rezidenčním zařízení vnímají mezilidské vztahy mezi uživateli i mezi uživateli a personálem, zaměřuje se také na vztahy klientů se svými rodinami a přáteli.

Klíčové pojmy: mezilidské vztahy, stárnutí, stáří, volnočasové aktivity

Abstract

This bachelor thesis discusses the interpersonal relationships in residential facilities; rest old people home in České Budějovice. This topic gains importance due to the growth of number of elderly people in the population, though it is not devoted much attention. The aim of this thesis is to clarify the issue of life and interpersonal relationships of seniors in residential facilities. The theoretical part describes the main changes associated with aging of people, views of the old age and active aging and lifestyle of old people. The practical part includes interviews with specific residents of retirement homes. For data collection was used a form of semi-structured interviews. The survey explores how old people in particular residential facility perceive interpersonal relationships between users themselves and between users and staffs. It also focuses on the relationship between clients and their families and friends.

Keywords: interpersonal relationships, grow old, old age, leisure time activities

Obsah

1	Úvod.....	8
2	Stáří jako životní etapa	9
2.1	Změny spojené se vstupem do třetí fáze života	9
2.1.1	Biologické změny	9
2.1.2	Psychické změny.....	11
2.1.3	Sociální změny.....	13
2.1.4	Odchod do důchodu	15
2.1.5	Sociální izolace	17
2.1.6	Pohledy na stáří.....	17
3	Životní styl seniorů	19
3.1	Aktivní stárnutí.....	19
3.2	Vzdělávání seniorů.....	20
3.3	Sexualita seniorů	20
4	Mezilidské vztahy ve stáří	22
4.1	Nemoc a smrt partnera	22
4.2	Význam rodiny.....	23
5	Nové stárnutí.....	24
5.1	Volný čas.....	24
5.2	Aktivizační činnosti v domovech pro seniory.....	24
5.2.1	Ergoterapie.....	25
5.2.2	Reminiscenční terapie.....	25
5.2.3	Muzikoterapie	26
5.2.4	Zooterapie	26

5.2.5	Pohybové aktivity	27
5.2.6	Arteterapie	27
5.2.7	Dramaterapie.....	27
6	Sociální služby.....	29
6.1	Druhy sociálních služeb	29
6.1.1	Sociální služby poskytované DpS Hvízdal.....	30
6.2	Cíle sociálních služeb.....	31
7	Výzkumné šetření	33
7.1	Východiska šetření	33
7.2	Výzkumné otázky.....	33
7.3	Metodika šetření.....	33
7.4	Výzkumný soubor	34
7.5	Průběh šetření.....	34
7.6	Interpretace získaných dat.....	35
7.6.1	Analýza rozhovorů.....	35
7.6.2	Kategorie.....	43
8	Závěr	48
9	Literatura.....	50
10	Přílohy.....	52
	Příloha 1 – Standardy kvality sociálních služeb	52
	Příloha 2 – Rozhovory s uživateli DpS.....	57

1 Úvod

V současnosti dochází k postupnému stárnutí populace a problematika stáří se tak stává celospolečenským problémem. Každým rokem se ve společnosti vyspělých zemí navyšuje počet seniorů i průměrný věk. Příčinou není jen prodlužování délky života, ale i nižší kojenecká úmrtnost a pokles plodnosti. I nadále tak bude docházet k nárůstu seniorů v populaci. Téma interpersonálních vztahů mezi uživateli konkrétního sociálního zařízení jsem zvolila z důvodu mého zájmu o tuto oblast i díky osobní zkušenosti s prací se seniory. Práce by měla přispět k osvětlení a pochopení problematiky mezilidských vztahů v domově pro seniory mezi uživateli navzájem i mezi uživateli a personálem z pohledu obyvatel rezidenčního zařízení.

V teoretické části práce jsou popsány nejdůležitější změny spojené se stárnutím. Práce se zabývá i životním stylem seniorů, aktivním stárnutím a mezilidskými vztahy seniorů. Dále jsou zde uvedeny aktivizační činnosti, které jsou pravidelně v domově pro seniory organizovány, a při nichž vzniká komunikace mezi seniory, a tím i možnost vzniku interpersonálních vztahů. V poslední kapitole jsou rozlišeny sociální služby poskytované rezidenčním zařízením, ve kterém byl prováděn výzkum. V příloze je definováno patnáct standardů kvality sociálních služeb.

Hlavním cílem práce je zmapovat, jak se formují vztahy mezi lidmi v konkrétním domově pro seniory a jaký význam senioři mezilidským vztahům přikládají. Výzkum zjišťuje, jak a při jakých aktivitách utváření mezilidských vztahů probíhá a jestli je možné jej ovlivnit. Dále popisuje, jak se v této oblasti může uplatnit sociální pedagog. Výsledky výzkumu zobrazují vznik, průběh a změny interpersonálních vztahů uživatel konkrétního domova pro seniory. Výzkum byl realizován pomocí polostrukturovaného rozhovoru s vybranými participanty z řad obyvatel domova.

TEORETICKÁ ČÁST

2 Stáří jako životní etapa

V životě člověka rozlišujeme několik vývojových období. Období dětství rozdělujeme na období prenatální, období novorozenecké, kojenecký věk, batolecí věk, předškolní věk, školní věk, období dospívání (neboli pubescenci) a adolescenci. Další etapou je dospělost rozčleněná na období mladé dospělosti, střední dospělosti (35- 45 let) a starší dospělosti (45- 60 let). Poté už nastupuje vývojové období stáří, které můžeme rozdělit na období raného stáří (60- 75 let) a pravé stáří (Vágnerová, 2000). Klasifikace vyššího věku dle Světové zdravotnické organizace (WHO) je následující- 45-59 let střední nebo zralý věk, 60-74 let vyšší věk nebo rané stáří, 75-89 let stařecký věk a 90 let a výše dlouhověkost.

2.1 Změny spojené se vstupem do třetí fáze života

V průběhu stáří dochází k četným změnám jedince. Můžeme je rozdělit na fyzické, psychické a sociální.

Langmeier a Krejčířová (1998) definují stáří jako souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které podmiňují jeho zvýšenou zranitelnost a pokles schopností a výkonnosti jedince a které kulminují v terminálním stadiu a ve smrti.

Podle Seley není začátek stáří dán počtem let, která uplynula od narození, ale úhrnným stavem opotřebování, jemuž bylo tělo vystaveno. Stáří je souhrn biologických a psychologických změn, které jsou ireverzibilní. Tyto změny jsou důsledkem celoživotního procesu stárnutí jednotlivých složek organismu (Kuric, 1986).

2.1.1 Biologické změny

Termín biologický věk je většinou používán k vyjádření celkového stavu lidského organismu. Mezi specifické určení biologického věku patří anatomický věk vyjadřující stav tělesné stavby, dále karpální věk určující stav zápěstních kůstek a fyziologický věk, jenž vyjadřuje stav fyziologických procesů organismu. Stárnutí je

poslední fázi vývoje, podle Bromley tzv. fází postvývojovou, což znamená, že již byly realizovány všechny latentní schopnosti rozvoje (Stuart-Hamilton, 1999).

Proces stárnutí závisí na interakci dědičných předpokladů a důsledků různých vlivů prostředí. Mezi faktory, které mohou ovlivnit rychlost a kvalitu stárnutí, patří genetické dispozice i působení různých vlivů prostředí (Vágnerová, 2000). Bylo popsáno mnoho teorií stárnutí, mimo jiné teorie stárnutí somatickou mutací, autoimunitní teorie stárnutí, teorie volných radikálů nebo teorie buněčného odpadu. Podle teorie jediné funkce těla (Kirkwood, 1988 in Stuart-Hamilton, 1999) je organismus puzen k tomu, aby se co nejvíce rozmnožoval, a tento úkol má vyšší prioritu, než přežití konkrétního organismu- rozhodující je to, že přežívají geny, jejichž je organismus nositelem.

Biologické stárnutí lze pozorovat ve všech tkáních a v jejich buňkách, nejzávažnější jsou v nervové a v endokrinní soustavě. Tělesné tkáně, jako jsou pokožka a svaly, začínají ztrácet elasticitu. Tyto změny mají ničivý účinek na fungování orgánových soustav, např. vylučovací soustava zpomaluje svou činnost, dochází k úbytku svalové hmoty, pokles výkonu dýchací a oběhové soustavy omezuje příjem kyslíku, a tím i zdroje energie nepostradatelné pro činnost mozku. Bylo navrženo mnoho metod, které se snaží vysvětlit podstatné příčiny změn, mimo jiné hystereze protoplazmy podle Růžičky nebo intoxikace jedy střevních bakterií podle Mečnikova. Všechny teorie však postihují nejvýše jednu stránku velmi složitého procesu (Stuart-Hamilton, 1999).

Bylo zjištěno, že stárnutí urychluje zejména špatná životospráva, různé životní zátěže a nemoci v dětství i v pozdějším věku. I sklon k nemocem typickým pro stáří je založen celým předchozím životem. Některé ze změn související se stářím lze tedy zmírnit vhodnou stravou a cvičením (DeVries, 1975; Fries a Crapo, 1981 in Stuart-Hamilton, 1999).

Vágnerová ve své publikaci upozorňuje na to, že stáří není samo o sobě chorobným stavem, v jeho průběhu však dochází k hromadění nepříznivých vlivů, a proto přibývá nemocných lidí. Společným jmenovatelem většiny starých lidí je tzv.

polymorbidita, tzn., že starý člověk trpí současně větším počtem různých, zpravidla chronických onemocnění (Vágnerová, 2000).

Mezi hlavní biologické změny u stárnoucích lidí patří také zhoršení smyslového vnímání. To s sebou zpravidla přináší mnohá omezení, která lze kompenzovat různými pomůckami, jako jsou brýle a naslouchadla (Langmeier; Krejčířová, 1998).

Změny spojené se stárnutím smyslových orgánů začínají již v rané dospělosti. Mezi zrakové vady se řadí zhoršení akomodace (schopnost zaostřovat na různé vzdálenosti- především na blízko), jež vede k presbyopii (vetchozrakost, stařecká dalekozrakost). Stárnoucí oční čočka ztrácí pružnost a tedy i schopnost zaostřovat. Nejvýznamnější zrakovou vadou starých lidí je ztráta zrakové ostrosti. Věk má vliv i na vnímání intenzity světla, vnímání barev, přizpůsobivost světelným podmínkám, schopnost regenerace oka, zpracování zrakových podnětů, zmenšení zorného pole, zhoršení periferního vidění neboli zúžení zorného pole. Mezi nejčastější příčiny výše uvedených problémů patří šedý zákal (katarakta), zelený zákal (glaukom) a degenerace maculy (žluté skvrny), (Stuart-Hamilton, 1999).

V průběhu dospělosti slábne také sluch. Míra oslabení sluchu se může zvyšovat vlivem prostředí. Během stárnutí se o několik milimetrů zvětšují ušní boltce (Tsai, Chou a Cheng, 1958), funkce této změny není jasná. Ke zhoršení sluchu může vést snazší zanášení zvukovodu ušním mazem u starších lidí. Významnější jsou změny ve středním uchu, kdy kůstky v důsledku zvápnění či artrózy tvrdnou, a to má vliv na přenos zvuku. Dále atrofie sluchového nervu. Nejrozšířenějším typem oslabení sluchu je presbyakuze (nedoslýchavost stárnoucích), při níž dochází ke zhoršení vnímání zvuků o vysokých frekvencích. Někdy je presbyakuze doplňována tzv. posilováním hluku (postižený slyší zvuky o vysokém tónu hlasitější, než ve skutečnosti, často až deformovaně či bolestivě). Dalším častým problémem je tinitus, tj. zvonění v uších (Stuart-Hamilton, 1999).

2.1.2 Psychické změny

K psychickým změnám patří dle Vágnerové změny poznávacích procesů, regulačních procesů a změny osobnosti.

Ve stáří se mění mnohé psychické funkce. Některé z těchto změn jsou podmíněny biologicky, jiné jsou důsledkem různých psychosociálních a sociokulturních vlivů. Podle Vágnerové mohou být biologicky podmíněné změny pouhým projevem stárnutí, ale též vyvolané chorobným procesem. Jejich rozlišování bývá zpočátku velmi obtížné. V důsledku psychických změn může vzniknout tzv. Diogenův syndrom neboli syndrom zanedbaného starce, kdy jedinec ztratí motivaci k udržování hygieny apod. Všechny tělesné, psychické i sociální změny ve stáří jsou individuální (Vágnerová, 2000).

Biologicky podmíněné změny, které jsou pouhým projevem stárnutí, lze z tohoto hlediska považovat za normální (např. celková pomalost, obtíže v zapamatování a vybavování, snížení frustrační tolerance atd.). Některé změny jsou ale vyvolány nějakým chorobným procesem. Proces stárnutí vede k různým strukturálním i funkčním změnám mozku, které se projeví i v psychické oblasti.

Psychosociálně podmíněné změny v době stáří mohou být ovlivněny tzv. kohortovou zkušeností. Lidé stejné generace získali podobnou sociální zkušenost, byli zatíženi stejnými makrosociálními traumaty apod. Dále jsou ovlivňovány také individuálně specifickým životním stylem a různými návyky. Ke změnám mohou též přispívat postoje a očekávání společnosti.

Se změnami aktivační úrovně souvisí větší unavitelnost, pomalost a prodlužování reakčních časů starých lidí. Zpracování informací a rozhodování vyžaduje delší dobu než dříve. Zvýšená pomalost je podmíněna biologickými změnami i různými psychogenními zátěžemi.

Změny se objevují i v oblasti orientace v prostředí. Se stářím je spojeno zhoršování zrakové a sluchové ostroty. Obtíže v oblasti vnímání mohou ve značné míře ovlivňovat i ostatní poznávací procesy. K bezproblémové orientaci často nepomohou ani různé kompenzační pomůcky (brýle, naslouchadla), která navíc mohou jejich nositele stigmatizovat. Výsledkem zátěže, dané obtížností vnímání a větším zatížením pozornosti, bývá únava a negativní emoční reakce.

V průběhu stáří dochází i k úbytku paměťových kompetencí a obtížnému učení. Poruchy paměti jsou běžně známým projevem stárnutí. Ve stáří dochází k celkovému

útlumu a zpomalení všech paměťových procesů- ukládání i vybavování. Sémantická paměť, která obsahuje obecné znalosti, bývá trvanlivější (Vágnerová, 2000). Zhoršuje se paměť pro nové události, zážitky dávno minulé většinou zůstávají v paměti uchovány. Vzpomínky mohou být zkreslené, starý člověk většinou minulost hodnotí pozitivně (Langmeier; Krejčířová, 1998). Úbytek paměti závisí na biologických změnách, ale i na tom, zda člověk paměť trénuje (Vágnerová, 2000).

Intelligence měřená běžnými inteligenčními testy ve vyšším věku klesá (Langmeier; Krejčířová, 1998). Změny intelektových funkcí jsou však individuálně variabilní, závisí na dědičných dispozicích, dosaženém vzdělání, způsobu života, osobnostních vlastnostech. Tyto faktory mohou v důsledku ovlivnit uchování těchto schopností (Vágnerová, 2000).

Jedním z typických znaků stárnutí je zpomalení a oslabení většiny regulačních funkcí. V důsledku toho dochází ke snížení adaptability, k narušení odolnosti k zátěžím (Pacovský, 1994). Změní se i emoční prožívání a reaktivita, staří lidé bývají citově labilnější a hůře své emoční projevy ovládají, např. mívají sklon k depresím a úzkostem. Dále dochází ke změnám vůle, staří lidé se obtížně a neradi rozhodují, někdy bývají tvrdohlaví (Vágnerová, 2000).

V souvislosti se změnou osobnosti nejčastěji dochází ke zdůraznění některých vlastností. Obecně jsou tyto změny považovány za negativní. Může také dojít k úpadku projevů vůle, k rezignaci a apatii, většinou klesá potřeba změny a zvyšuje se potřeba jistoty a bezpečí (Vágnerová, 2000). Všechny tyto změny jsou individuální.

2.1.3 Sociální změny

Důležité jsou i změny postojů a sociálního kontaktu u starších osob. Z hlediska ageismu (postoje, který vyjadřuje obecně sdílené přesvědčení o nízké hodnotě a nekompetentnosti stáří a projevuje se podceňováním, odmítáním a odporem ke starým lidem) je stáří obdobím ztrát, celkového úpadku a zhoršení kvality života. Staří lidé mají nízký sociální status a jsou jim přičítány převážně negativní osobnostní vlastnosti a nízké kompetence. Obvykle bývají senioři více izolováni, mají méně sociálních kontaktů a koncentrují se spíše na sebe a svou nejbližší rodinu

a známé. Tento postoj může být posilněn ubýváním schopností, zhoršením smyslových orgánů, labilitou nebo pomalostí. Kontakt s lidmi je pro seniory důležitý, ale musí být přiměřený z hlediska kvantity i kvality. Staří lidé potřebují jak kontakt s okolím, tak i své soukromí. Vzhledem k tomu, že preferují kontakt s nejbližším okolím, bývá někdy jejich schopnost navazovat nové kontakty značně omezena. To platí i o navazování kontaktu s výrazně mladšími lidmi, kteří seniorům nerozumí tolik, jako generace dříve narozených. Se ztrátou sociálních kontaktů se může objevit pocit osamělosti, zvyšuje se strach z opuštěnosti a na druhé straně také strach ze závislosti (Vágnerová, 2000). Postoj k vlastnímu stárnutí bývá individuální, někteří lidé. Ve stáří lidé ztrácejí svůj význam pro společnost, naopak tomu bývá v širší rodině, kde senioři i nadále zastávají velmi důležitou roli prarodiče, příp. prababičky nebo pradědečka a tuto roli většinou prožívají pozitivně (Langmeier; Krejčířová, 1998).

Afektivní prožívání nabývá jiné kvality, citové prožívání se stává méně bezprostředním a snižuje se intenzita emocí. Pro mnohé je delší život příležitostí k tomu, aby člověk přehodnotil svůj dosavadní život a dosáhl nového porozumění smyslu svých činů. Taková moudrost je založena na celkové integritě osobnosti člověka a není tedy zdaleka dosahována u všech lidí vysokého věku (Langmeier; Krejčířová, 1998). Člověk, který dosáhne integrity, umí přijmout svůj život jako celek, který měl určitý smysl (Vágnerová, 2007). Pro dosažení integrity existují podmínky, jako pravdivost k sobě samému, stabilizace a generalizace postoje k životu (tzn., že prožitá zkušenost umožňuje nadhled) a kontinuita (pochopení života jako nedílné součásti generační posloupnosti), (Říčan, 1989; Berger a Thompson, 1998). Na počátku období stáří bývá ještě velmi silná potřeba seberealizace, později spíše potřeba emočního zakotvení. Zejména v pozdějším věku jsou lidé méně zaujati událostmi okolního světa a jsou soustředěnější na sebe a své problémy, mnohdy jsou přecitlivější. Podle statistik tvořivost klesá od střední dospělosti, ve skutečnosti však není žádná hranice omezující lidskou tvořivost (Langmeier; Krejčířová, 1998).

Lidé se ve stáří musí vyrovnávat s různými zátěžemi, ke kterým patří např. odchod do důchodu, smrt či nemoc manželského partnera nebo třeba nedobrovolné umístění do domova pro seniory.

Se ztrátou manželského partnera se ženy většinou vyrovnávají emotivněji než muži, od kterých se očekává spíše jednání, než truchlení. Ovdovění vede u seniorů k opuštěnosti a zvýšení pocitu bezvýznamnosti, někdy mohou reagovat vyhledáváním sociálních kontaktů s vrstevníky.

Znakem generativity stáří je zaměřenost na vztahy k lidem, zejména k širší rodině a potřeba být v těchto vztazích prospěšný a užitečný (Vágnerová, 2000). Pro seniory je velmi důležitá potřeba sociálního kontaktu. S odchodem do důchodu je většinou spojená i ztráta sociálních kontaktů z pracovního prostředí. Obvykle zůstává kontakt pouze se členy rodiny a lidmi ze sousedství. Odchod do důchodu zvyšuje riziko sociální izolace, odchod do rezidenčního zařízení přináší riziko sociální exkluze.

2.1.4 Odchod do důchodu

Při odchodu do důchodu je za negativní změnu považována ztráta společenského postavení a tím i významu pro společnost, starý člověk ztrácí svou individuální roli. Mění se i lidé, se kterými člověk ve vyšším věku přichází denně do styku, ubývá sociálních kontaktů v pracovním prostředí a naopak přibývá kontaktů s lidmi z okolí a z různých zájmových a kulturních činností. Zájmy už se nesoustředí na pracovní úspěchy, nedostatek času se mění na nadbytek, člověk se odpoutává od práce. Skupinu starých lidí v důchodu lze považovat za určitou sociální minoritu, která je majoritní společností chápána jako nevýznamná, a to i kvůli své ekonomické závislosti na společnosti (Vágnerová, 2000).

Odchod do důchodu v raném stáří s sebou přináší určitou svobodu a tím i nutnost adaptace, zvláště pro ty seniory, kteří nejsou k odchodu do důchodu motivováni. Postoj k důchodu je genderově podmíněný, zátěž s ním spojená ohrožuje především muže, kteří byli orientováni na svou profesi a s ní spojenou společenskou prestiž. Odchod do důchodu může ovlivnit všechny složky osobnosti, postoje i změnu sociálních dovedností.

Proces přípravy a adaptace na důchod probíhá ve čtyřech fázích:

- Fáze přípravy na důchod: Plánování a příprava na důchod je důležitá pro snadnější přechod do této nové životní etapy. Očekávání odchodu do důchodu nezřídka bývá spojeno s ambivalentními! Pocity. Na jednu stranu se starší lidé těší na klid a možnost věnovat se oblíbeným i novým aktivitám, ale na druhé straně vědí, že odchodem do důchodu ztratí sociální pozici, pocit přínosu pro společnost i mnohé kontakty a jiné.
- Fáze bezprostřední reakce na změnu: Odchod do důchodu s sebou přináší kromě negativních důsledků také svobodu v nakládání s volným časem, kterého mají lidé v důchodovém věku dostatek až nadbytek. Osvobození od pracovních povinností může být spojeno s pocitem uspokojení stejně jako s pocitem vykořenění, nejistotou a ztrátou jistot. Někteří senioři pokračují ve stereotypu, který již nemá žádný účel (např. brzké ranní vstávání), někteří berou důchod jako období nekonečné dovolené.
- Fáze deziluze a postupného přizpůsobování: Po odeznění emocí se mohou objevit pocity nudy a prázdnoty, a to i u lidí, kteří se na důchod těšili. Lidem v důchodovém věku chybí nejčastěji pravidelná činnost, na kterou byli zvyklí. Těžce se mohou vyrovnávat i se ztrátou sociálních kontaktů. Pro přizpůsobování se nové životní situaci je důležité pokusit se najít trvalejší program zahrnující také určité povinnosti. Tímto programem může být například i volba méně náročného a časově omezeného zaměstnání. Negativní pocity nezřídka vedou až k tzv. syndromu čtyř stěn, kdy se senioři uzavírají doma a nejsou motivováni k jakékoliv aktivitě či hledání nového životního programu (Pacovský, 1994).
- Fáze adaptace na životní styl důchodce a stabilizace nového stereotypu: Dochází ke stabilizaci a zafixování nového životního programu, který přispívá k udržení dlouhodobé životní spokojenosti. Životní styl důchodců je ovlivněn zdravotním a ekonomickým omezením i sociální izolací.

2.1.5 Sociální izolace

Člověk v průběhu stáří ztrácí sociální kontakty. Vzniklá izolace od společnosti a proměna světa, který se může starému člověku zdát cizí, vede u seniora k pocitu osamělosti. Ve stáří se také zvyšuje pravděpodobnost ztráty partnera. Kromě sociálních aspektů má na izolaci seniora vliv také jeho fyzická kondice, např. snížená mobilita nebo smyslová postižení a také jeho psychický stav (úbytek kompetencí, deprese, demence).

Důležitým prostředkem k udržení sociálních kontaktů je telefon- podporuje pocit dostupnosti lidské společnosti, jistoty a bezpečí. Pro seniora mají velký význam lidé v sousedství, kteří vytváří jeho sociální teritorium. Spojení s okolním světem zajišťují také média (televize, noviny). Náhradním společníkem se může stát zvíře, jeho prostřednictvím lze navazovat sociální kontakty (Vágnerová, 2000).

2.1.6 Pohledy na stáří

Sak (2012) definuje seniora jako člověka v završující životní fázi se specifickým postavením ve společnosti. Člověk se stává seniorem přechodem ze střední generace, statut seniora je neodvolatelný. Postoj české populace k určení seniorského věku nejsou jednotné, nejvíce lidí se domnívá, že hranicí je 60- 70 let v závislosti na individualitách jedince. Z výzkumu je patrné, že s přibývajícím věkem se pohled na stáří liší, oddaluje se spodní hranice stáří.

Mezi psychologické pohledy na stáří patří například pohled Erika Eriksona, který se zabýval psychosociálním vývojem člověka od jeho narození až do stáří. Podle něj je hlavním vývojovým úkolem stáří dosáhnout integrity v pojetí vlastního života. Podmínkami pro dosažení integrity jsou pravdivost k sobě samému, smíření, stabilizace a generalizace postoje k životu a kontinuita (Vágnerová, 2000). Vývoj osobnosti rozdělil nejprve do osmi vývojových etap, později (ve svých 91 letech) přidal devátou. Každé fázi přisuzuje jednu prioritní potřebu, kterou bychom měli uspokojit. Jednotlivé fáze je nutné postupně prožít a zpracovat, abychom mohli ve vývoji postoupit dále. Souvislost se stářím má osmá a devátá etapa. Osmá fáze je fází zralé dospělosti od 60 let do smrti, kdy člověk rekapituluje svůj život, hledá sebeuspokojení nad dosaženými schopnostmi. Stáří je etapou, kdy bychom měli

přijmout svůj život takový, jaký byl a pochopit souvislosti minulosti a přítomnosti. V deváté fázi Erikson dospěl k závěru, že ve vyšším věku člověk postrádá jistotu mládí. Až úbytek poznávacích smyslů ho dovedl k pochopení jejich významu pro člověka (Klevetová, 2008).

3 Životní styl seniorů

Životní styl je dynamizovaný hodnotový systém člověka, modifikovaný jeho endogenními a exogenními danostmi, promítnutý do časoprostoru životního a sociálního pole přirozeného světa v konkrétní společnosti. Životní styl je ovlivňován společností i životním prostředím. Životní styl nejsou pouze aktivity prováděné ve volném čase, můžeme sem zařadit např. způsob dopravy, stolování, komunikaci, pracovní aktivity, trávení dovolené, výchovu dětí i velikost rodiny. Životní styl jedince se vyvíjí po celý život. Každá životní fáze má svou podobu životního stylu odpovídající sociální pozici, potřebám a zájmům člověka v dané fázi (Sak, 2012). Životní styl lidí v důchodovém věku je ovlivněn zdravotním i ekonomickým omezením a určitou sociální izolací v rámci rodiny a sousedství. Můžeme jej definovat jako alternativu „málo prostředků, méně možností a mnoho času“ (Vágnerová, 2007).

3.1 Aktivní stárnutí

Aktivní stárnutí je pojem, který byl přijat Světovou zdravotnickou organizací koncem devadesátých let a znamená, že se jednotlivec snaží zajistit si dobrou kvalitu života (Dvořáčková, 2013). Tento termín souvisí s nezávislostí, účastí na životě společnosti, důstojností, péčí a seberealizací a dále také s respektováním práv starších lidí na rovnost příležitostí a jejich účastí na různých aspektech komunitního života. Je důležité vytvořit dobré podmínky pro co nejvíce samostatný život lidí ve vyšším věku. Příkladem takových podmínek a prostředí pro seniory může být vytvoření bezbariérových pracovních míst, flexibilní pracovní doba, částečné úvazky, zajištění větší bezpečnosti na ulicích (chodníky, delší interval pro přecházení na přechodech), dostupné veřejné toalety, dobré dopravní značení, pohybové a vzdělávací programy (univerzity třetího věku aj.), bezbariérové přístupy na veřejných místech (např. ve zdravotnických zařízeních, v MHD) a další. S aktivním stárnutím souvisí i pojem kvalita života, který obsahuje tři hlavní oblasti, a to fyzické prožívání, psychickou pohodu a sociální postavení jedince a jeho vztahy k druhým lidem (Křížová, 2005). Kvalita života je úzce spojena s prostředím, ve kterém lidé žijí (Fahey, Whelan, Nolan, 2006).

3.2 Vzdělávání seniorů

Vzdělávání se ve vyšším věku významně ovlivňuje kvalitu života seniorů. Univerzity třetího věku nabízejí možnost dalšího vzdělávání lidem v tzv. třetí fázi života. V roce 1973 byla otevřena první univerzita třetího věku v Toulous ve Francii, s cílem vytvořit vzdělávací příležitosti pro stárnoucí populaci a nabídnout program, který by odpovídal jejím potřebám. České univerzity třetího věku vznikaly od roku 1986, nejvíce se ale rozrostly až po roce 1992. První kurzy pro seniory začala organizovat Karlova univerzita, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích a Univerzita Palackého v Olomouci. V roce 2000 začaly české vysoké školy nabízet kurzy z oblasti moderních technologií. Cílem univerzit třetího věku je především seznámit starší osoby s vědeckými poznatky, prohloubit jejich sebepoznání, pomoci jim získat nadhled a ulehčit jim přizpůsobování a orientaci v moderním světě. Kromě univerzit třetího věku se vzděláváním seniorů zabývají též univerzity volného času. Oproti univerzitám třetího věku jsou mezigenerační- nejsou tedy jen pro seniory, ale i pro lidi na rodičovské dovolené, invalidní důchodce nebo nezaměstnané v produktivním věku, kteří platí pouze symbolické zápisné. Univerzity volného času nejsou vázány na vysoké školy. První univerzita volného času byla v ČR založena roku 1993.

3.3 Sexualita seniorů

Sexualitou rozumíme kvantitu sexuální energie člověka, oproti tomu erotika je určena kvalitativně a nevyžaduje čistě genitální aktivitu, aby se mohla projevit (Haškovcová, 1990).

Sexualita seniorů je stále tabuizovaným tématem. I v dnešní době přetrvávají názory, že dříve narození již nemají potřebu intimity a jejich tělesný a psychický stav jim ani nedovoluje provozovat sexuální aktivity. I přesto, že fyzické změny mohou ovlivnit náruživost žen i mužů, zůstává pro mnohé seniory sexuální život nadále velmi důležitým aspektem života (Dvořáčková, 2012).

Ve vyšším věku se často objevuje ztráta sexuální apetence či neschopnost intimní chování realizovat. Sexualitu seniorů ovlivňují i další změny, které s sebou stáří přináší. Změny v sexuální oblasti mohou zapříčinit důležité životní události jako odchod do důchodu, smrt partnera, odchod do domova pro seniory. Tyto životní

změny mohou způsobovat deprese, které ovlivňují fungování člověka. „Syndrom prázdného hnízda“, kdy děti odcházejí z domova, může naopak vztah partnerů i jejich sexuální život zlepšit (Pondělníček, 1987).

4 Mezilidské vztahy ve stáří

Senioři mohou být ve vztahu k ostatním lidem nejistí, nedůvěřiví. S tím souvisí i změna jejich osobnostních vlastností, které se projevují právě ve vztahu k lidem (sobectví, nesnášenlivost, podezíravost, vztahovačnost, dotěrnost, lakota, samotářství, odmítání kontaktu). Tyto změny nepostihují každého člověka stejně, a pokud se nejedná o patologické projevy, do jisté míry navazují na dřívější strukturu osobnosti.

Staří lidé většinou upřednostňují kontakty se známými lidmi, nejčastěji s rodinou a přáteli a také se svými vrstevníky, kteří jim lépe rozumějí. S postupem času se počet těchto lidí snižuje a to může vést k pocitu osamělosti- s tím souvisí i omezená schopnost seniorů navazovat nové kontakty.

4.1 Nemoc a smrt partnera

Ovdovění je obvyklou zátěží, kterou stáří přináší. Staří lidé obvykle snášejí smrt manželského partnera hůře, než lidé mladší. Manželský partner má pro starého člověka vysokou hodnotu a nemoc či smrt manželského partnera je pro starého člověka vážnou stresovou situací. Senior může nemoc partnera prožívat jako vlastní ohrožení, obává se ztráty, ale i změny životního stylu- mění se vztahy i role obou manželů. Péče o nemocného partnera je velmi fyzicky i psychicky náročná a pečující partner tuto zátěž někdy není schopen unést, tato těžká životní situace u něj může vést až k syndromu vyhoření.

Smrt manželského partnera s sebou přináší kromě zvýšení pocitu osamělosti a ztráty smyslu navyklého režimu i zhoršení ekonomické situace. Všechny tyto změny mohou vést k závažným psychickým problémům. Ovdovělý člověk nečekaně ztrácí smysl života- někdy si dokonce sám přeje zemřít a následovat tak svého partnera. Smutek bývá doprovázen i somatickými reakcemi, například nespavostí a nechutenstvím. Projevy chování vyplývající z pocitů smutku jsou označovány jako truchlení.

Navazování nových vztahů po úmrtí partnera může souviset se strachem ze samoty, s potřebou opory a intimního vztahu. Nová partnerství mohou mít rozmanitou formu,

ale nově uzavřená manželství jsou poměrně vzácná. Mnoho seniorů by již ale mělo problém s adaptací na vzájemné soužití s novým partnerem. Například vdovy získávají psychickou podporu vytvářením skupin starých žen, které se pravidelně setkávají (běžně jde o sousedské či přátelské styky trvající již od mládí).

4.2 Význam rodiny

Ve stáří se zvyšuje význam širší rodiny, senioři jsou často zaměřeni na vztahy k lidem a mají potřebu být v těchto vztazích prospěšní a užiteční. Kontakt s potomky přináší starému člověku zážitky a podněty, které by jinak neměl z důvodu určitých omezení v jeho životě, uspokojuje i důležitou potřebu bezpečí a citové jistoty a v neposlední řadě potvrzuje význam seniora pro jeho potomky. Staří lidé mají tendenci své potomky idealizovat, prožívat jejich úspěchy i neúspěchy jako své vlastní a tím alespoň symbolicky uspokojovat potřebu otevřené budoucnosti (Vágnerová, 2000).

5 Nové stárnutí

5.1 Volný čas

Volný čas má nejen pro seniory velký význam. Ve stáří se tato doba prodlužuje, mnoho lidí v důchodovém věku si s nově nabytým volným časem neví rady a mohou se u nich objevit např. i deprese. Přitom je mnoho aktivit, které mohou lidé v důchodovém věku vykonávat. Odvíjí se od jejich zájmů, patří tam i rodina, vnoučata a vše, co seniorům přináší potěšení. Mezi časté volnočasové aktivity seniorů v domovech pro seniory patří venkovní procházky, výlety, různé ruční práce, sledování TV a poslech rádia a řada dalších činností. Část volného času seniorů v rezidenčním zařízení mohou v případě jejich zájmu vyplňovat i aktivizační činnosti zajišťované pracovníky.

5.2 Aktivizační činnosti v domovech pro seniory

Volnočasové aktivity jsou důležitou náplní života lidí v domově pro seniory. Náplní dne je v současné době věnována pozornost více než dříve. Služby v domovech pro seniory jsou komplexní, uživatelé nemusí provozovat běžné denní činnosti jako je úklid, vaření, praní nebo žehlení a ocitají se tak v nadbytku volného času. Jungwirth (1996) odhaduje, že až polovina obyvatel domovů pro seniory nemá vyhraněné zájmy a spíše pasivně přijímá nabízené možnosti. Oproti tomu druhá polovina chce dále rozvíjet svou osobnost a formou aktivizační činnosti pokračovat v dřívějších zájmech. V některých domovech také obyvatelé vytvářejí výbory reprezentující všechny obyvatele při jednáních s vedením domova (Matoušek, 1999). Aby byla činnost smysluplná, musí splňovat určitá kritéria. Každá prováděná činnost musí být příjemná, dělána dobrovolně a má mít jasný účel. Dále by měla být společensky přijatelná a neměla by vést k neúspěchu (Zgola, 2003). Jako příklad z praxe uvádí Holczerová (2013) ve své publikaci aktivity realizované Centrem aktivizačních činností DpS Kaplice. Patří mezi ně ergoterapie, reminiscenční terapie, zooterapie, artefyletika, sportovní činnosti, společenské programy, činnosti v přírodě, vzdělávací programy, hudební programy, relaxační místnost, poznávací akce. Jako nejoblíbenější aktivity udává společenské akce, keramiku, enkaustiku, pečení a vaření a nové techniky. Uživatelé se mohou V DpS Hvízdal od pondělí do pátku

účastnit hudební skupinky, cvičení paměti, muzikoterapie, tvořivé dílny, sportovního odpoledne, keramické dílny, práce s PC a ergodílny. V následujících podkapitolách jsou popsány některé z těchto aktivizačních programů.

5.2.1 Ergoterapie

Ergoterapie se vyčlenila z fyzioterapie v roce 1992. Tato disciplína využívá specifické diagnostické a léčebné postupy při rehabilitaci jedinců všech věkových kategorií s různým typem postižení. Za cíl si klade dosažení co největší soběstačnosti a nezávislosti těchto jedinců. V geriatrici se hodnotí funkční zdatnost seniorů pomocí testu základních všedních činností podle Barthelové (ADL) a testu instrumentálních všedních činností (IADL) a výkonových testů. Mezi ergoterapeutické aktivity patří nácvik všedních činností, dále výběr, testování, nácvik používání a ověřování účelnosti kompenzačních pomůcek a provádění aktivit zaměřených na pohybovou koordinaci, jemnou motoriku, kognitivní rehabilitaci, stimulování, podmiňování, mozkového tréninku a rehabilitace fatických poruch. Důležitou součástí je i zaškolení seniorů v práci s počítačem a jinou moderní technikou. Ergoterapie by měla být pro klienty zábavou, v praxi se často procvičují dřívější oblíbené aktivity klientů, u žen se pořádají např. kurzy vaření a pečení, při kterých se také procvičuje jemná motorika a aktivizují se smysly (Holczerová, 2013).

5.2.2 Reminiscenční terapie

Při reminiscenční terapii, též nazývané pouze reminiscence, se využívají vzpomínky seniorů pro jejich lepší adaptaci na stáří a hledání smyslu života. Reminiscenční terapií bývá většinou rozhovor terapeuta se seniorem (nebo skupinou seniorů) o jeho dosavadním životě, dřívějších aktivitách, prožitých událostech a zkušenostech. Při reminiscenci se užívají i pomůcky jako např. staré fotografie, různé předměty, nástroje a pomůcky užívané v domácnostech, filmy či hudba. Norris (1986) rozlišil tři úrovně reminiscenčních skupin, a to oddechovou, kde je cílem aktivizace seniorů ve volném čase; podpůrnou, která si klade za cíl nastolení psychické pohody, obnovení sebeúcty a posílení identity seniorů a jako poslední úroveň terapeutickou, kdy je reminiscence vnímána jako prostředek životní rekapitulace pomáhající s vyrovnáváním se s vlastním životem i smrtí (Janečková; Vlčková, 2010). V rámci reminiscence rozlišujeme také čtyři přístupy- narativní, reflektivní, expresivní a

informační. Narativní přístup pracuje s vyprávěnými vzpomínkami, v praxi jde nejčastěji o rozpravu členů skupiny, např. vyprávění příběhů ze života. Do reflektujících přístupů můžeme začlenit životní rekapitulaci definovanou jako proces prozkoumávání, organizování a hodnocení celkového obrazu života jednotlivce (Woods et al., 2002). Expresivní přístupy jsou spojeny s emocemi. Jde o práci s těžkými vzpomínkami, odkrytí složitých témat a traumat, způsobených událostmi z dávné minulosti. Informační přístupy nebo také biografie má za úkol především předávání poznatků, zkušeností a postojů (Janečková, 2010). Holczerová (2013) uvádí konkrétní příklady reminiscence, které pomohou přiblížit využívání této terapie v praxi, jedná se například o uspořádání vzpomínkové výstavy se zaměřením na minulost nebo s konkrétním tématem. Dalším z postupů je např. vytvoření vzpomínkové knihy nebo knihy života. Do těchto knih si klienti zakládají různé osobní dokumenty, fotografie, recepty, básně, jízdenky, vstupenky, dopisy apod. Vzpomínkové předměty nasbírané v průběhu života si mohou uživatelé uložit do reminiscenční krabice. Aktivní formou reminiscence jsou vzpomínkové vycházky a výlety na místa, která souvisejí s minulostí a vyvolávají ve starších lidech pozitivní emoce.

5.2.3 Muzikoterapie

Hudební terapie neboli léčba hudbou může mít podobu poslechu hudby, tvorby hudby, zpěvu, pohybu na hudbu nebo hudebního a imaginárního cvičení. Formou zvukové terapie je využíváno přitažlivosti rytmického zvuku ke komunikaci, relaxaci, podpoře hojení a navození celkového pocitu pohody, využívá se i jako podpůrná terapie pro snížení bolesti a pro lidi trpící Parkinsonovou chorobou.

5.2.4 Zooterapie

Zooterapie neboli zvířaty podporovaná terapie je souhrnem aktivit, terapií, vzdělávání a krizové intervence za pomoci zvířat. Holczerová (2013) ve své publikaci rozděluje zooterapii dle druhu využívaných zvířat na canisterapii (pes), felinoterapii (kočka), hipoterapii (kůň), delfinoterapii (delfín), lamaterapii (lama), insektoterapii (hmyz) a ornitoterapii (ptactvo). Canisterapie je spolu s hipoterapií zřejmě nejrozšířenější a nejznámější aktivitou v rámci zooterapie. Canisterapie využívá pozitivního působení psa na zdraví člověka a provádí se ve skupině nebo

jednotlivě pod dohledem canisterapeuta. Kontakt se psem i jinými zvířaty pomáhá seniorům snižovat stres i nacházet smysl života.

5.2.5 Pohybové aktivity

Pohybové aktivity lze rozdělit do pěti okruhů. Léčebná tělesná výchova je určena pro lidi se změněným zdravotním stavem a probíhá formou relaxačního a kondičního cvičení nebo dechové gymnastiky ve zdravotnických i lázeňských zařízeních pod dohledem lékaře. Zdravotní tělesná výchova je určena lidem se zdravotními limity a s různým zdravotním postižením. Jedná se o různá skupinová cvičení, rekondiční pobyty a turistické akce pod vedením lektora. Habituální pohybové aktivity zahrnují běžné pohybové činnosti každodenního života, můžeme sem zařadit např. rychlou chůzi. Mezi další aktivity patří rekreační sport a speciální pohybový režim u lidí s obezitou, diabetem, hypertenzí, ICHS a dalšími onemocněními. K pohybovým aktivitám patří i taneční terapie, která bývá zpravidla doplněna hudebním doprovodem. Terapie pomocí tance se využívá i v rámci různých společenských akcí pro seniory (Holczerová, 2013).

5.2.6 Arteterapie

Při arteterapii je výtvarné umění využíváno k osobnímu vyjádření v rámci komunikace a rozvíjení duševního zdraví, nejde o estetickou stránku díla nebo produktu a není tedy zapotřebí zvláštního nadání či talentu. Důležitý není ani tak výsledek, jako proces tvorby. Arteterapie by měla individuálně u každého klienta navozovat příjemné pocity, uvolnění, sebeprožívání, sebevnímání, růst svobody a motivace, rozvoj fantazie a osobnosti. Stejně hodnotné pro klienty jsou i cíle sociální, které zahrnují vnímání a přijetí druhých lidí, vytváření uznání jejich hodnoty, jejich ocenění, zapojení do skupiny, spolupráce, zkušenost a v neposlední řadě komunikace a navázání kontaktů. Kromě prevence sociální izolace a pozitivních dopadů na lidskou psychiku zlepšuje arteterapie také jemnou motoriku klientů.

5.2.7 Dramaterapie

Ve výčtu aktivizačních činností nelze opomenout terapii využívající dramatických postupů k sebepoznání, seberealizaci a pochopení mezilidských vztahů-dramaterapii. Specifika dramaterapie s geriatrickými klienty spočívají zejména ve

snaze o posílení integrity ega prostřednictvím dramatické hry. Holczerová (2013) udává, že aplikací dramaterapie v DpS Kaplice došlo k prolomení vzájemné komunikační bariéry mezi klienty navzájem i mezi klienty a personálem.

6 Sociální služby

6.1 Druhy sociálních služeb

Jednotlivé druhy sociálních služeb podle zákona č.108/2006 Sb., o sociálních službách (tj. část třetí zákona § 37 až 70) jsou sociální poradenství, osobní asistence, pečovatelská služba, tísňová péče, průvodcovské a předčitatelské služby, podpora samostatného bydlení, odlehčovací služby, centra denních služeb, denní stacionáře, týdenní stacionáře, domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem, chráněné bydlení, sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních ústavní péče, raná péče, telefonická krizová pomoc, tlumočnické služby, azylové domy, domy na půl cesty, kontaktní centra, krizová pomoc, nízkoprahová denní centra, nízkoprahová zařízení pro děti a mládež, noclehárny, služby následné péče, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, sociálně terapeutické dílny, terapeutické komunity, terénní programy a sociální rehabilitace.

Sociální služby pomáhají lidem žít běžným životem, umožňují jim pracovat, nakupovat, navštěvovat školy, navštěvovat místa víry, účastnit se aktivit volného času, starat se sám o sebe a o domácnost apod. Zaměřují se na zachování co nejvyšší kvality a důstojnosti jejich života. Sociální služby jsou poskytovány jednotlivcům, rodinám i skupinám obyvatel. Mezi nejpočetnější skupiny příjemců sociálních služeb patří zejména senioři, lidé se zdravotním postižením, rodiny s dětmi, ale také lidé, kteří z různých důvodů žijí "na okraji" společnosti.

Sociální služby a příspěvek na péči jsou při splnění podmínek stanovených v zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, s účinností od 1. 1. 2007, poskytovány:

- osobě, která je na území České republiky hlášena k trvalému pobytu
- osobě, které byl udělen azyl
- občanovi a rodinnému příslušníkovi občana členského státu Evropské unie
- cizinci, který je držitelem povolení k dlouhodobému pobytu po dobu delší než 3 měsíce

Vybrané typy sociálních služeb (azylové domy, kontaktní centra, noclehárny, terénní programy) jsou poskytovány také osobám legálně pobývajícím na území České republiky. Na bezplatné poskytnutí základního sociálního poradenství o možnostech řešení nepříznivé sociální situace nebo jejího předcházení má nárok každá osoba. Obce a kraje dbají na vytváření vhodných podmínek pro rozvoj sociálních služeb, zejména zjišťováním skutečných potřeb lidí a zdrojů k jejich uspokojení; kromě toho sami zřizují organizace poskytující sociální služby. Nestátní neziskové organizace a fyzické osoby, které nabízejí široké spektrum služeb, jsou rovněž významnými poskytovateli sociálních služeb. Ministerstvo práce a sociálních věcí je nyní zřizovatelem pěti specializovaných ústavů sociální péče (MPSV, 2002).

6.1.1 Sociální služby poskytované DpS Hvízdal

Domov pro seniory Hvízdal poskytuje tyto sociální služby: §44 Odlehčovací služby (4 lůžka, max. 3 měsíce), §48 Domov pro seniory se zdravotním postižením (70 lůžek), §49 Domov pro seniory (171 lůžek) a §50 Domov pro seniory se zvláštním režimem (35 lůžek).

Odlehčovací služby

Odlehčovací služby jsou ambulantní nebo pobytové služby poskytované osobám se zdravotním postižením a seniorům, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby, o které jinak pečuje osoba blízká v domácnosti; cílem služby je umožnit pečující osobě nezbytný odpočinek. Služba obsahuje pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy, poskytnutí ubytování, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, terapeutické činnosti a pomoc při prosazování práv a zájmů. Služba se poskytuje za úplatu.

Domov pro seniory se zdravotním postižením

Domovy pro osoby se zdravotním postižením poskytují dlouhodobé pobytové služby osobám se zdravotním postižením, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby. Služba obsahuje pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, poskytnutí stravy,

poskytnutí ubytování, výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, terapeutické činnosti, pomoc při prosazování práv a zájmů. Služba se poskytuje za úplatu.

Domovy pro seniory

Domovy pro seniory poskytují dlouhodobé pobytové služby seniorům, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby. Služba obsahuje pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, poskytnutí stravy, poskytnutí ubytování, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, aktivizační činnosti a pomoc při prosazování práv a zájmů. Služba se poskytuje za úplatu.

Domovy se zvláštním režimem

V domovech se zvláštním režimem se poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, a osobám se stařeckou, Alzheimerovou demencí a ostatními typy demencí, které mají sníženou soběstačnost z důvodu těchto onemocnění, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Režim v těchto zařízeních při poskytování sociálních služeb je přizpůsoben specifickým potřebám těchto osob (MPSV, 2002).

6.2 Cíle sociálních služeb

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.

Cílem služeb bývá mimo jiné:

- podporovat rozvoj nebo alespoň zachování stávající soběstačnosti uživatele, jeho návrat do vlastního domácího prostředí, obnovení nebo zachování původního životního stylu
- rozvíjet schopnosti uživatelů služeb a umožnit jim, pokud toho mohou být schopni, vést samostatný život

- snížit sociální a zdravotní rizika související se způsobem života uživatelů

Základními činnostmi při poskytování sociálních služeb jsou pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy, poskytnutí ubytování nebo pomoc při zajištění bydlení, pomoc při zajištění chodu domácnosti, výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti, poradenství, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, terapeutické činnosti a pomoc při prosazování práv a zájmů. Obsah základních činností u jednotlivých druhů sociálních služeb stanoví prováděcí předpis (MPSV, 2002).

PRAKTICKÁ ČÁST

7 Výzkumné šetření

7.1 Východiska šetření

V praktické části je popsán průběh šetření kvalitativního charakteru. Pro sběr dat byla vybrána metoda polostandardizovaného rozhovoru, kde byly jasně dány okruhy i cíl výzkumu, otázky byly otevřené. Základním východiskem praktické části je záměr zmapovat oblast mezilidských vztahů lidí žijících v domově pro seniory. Hlavním výzkumným problémem je především popsat, zda a jakým způsobem jsou naplňovány sociální potřeby seniorů v domově pro seniory. K oblastem, kterými jsem se při rozhovorech zabývala, patří odchod (resp. příchod) do domova, adaptace, navazování vztahů, aktivity podporující navazování vztahů a naplňování sociálních potřeb a aktivity v sociálním prostředí mimo domov, jako jsou rodina a přátelé, význam médií. Cílem výzkumu bylo zjistit, jak senioři vnímají vzájemné mezilidské vztahy mezi obyvateli domova, a také mezi obyvateli a personálem a jaké jsou jejich vztahy s rodinou a přáteli. Šetření bylo realizováno v Domově pro seniory Hvízdal.

7.2 Výzkumné otázky

Otázky, které jsem pokládala účastníkům v průběhu šetření, vycházely z těchto výzkumných okruhů:

- Jak se utváří mezilidské vztahy v domově pro seniory?
- Jak interpersonální vztahy v domově pro seniory vnímají uživatelé?
- Jak senioři vnímají úlohu personálu při zapojování do společenského života v DpS?
- Vnímají uživatelé DpS jako součást obce?

7.3 Metodika šetření

V práci byl zvolen kvalitativní postup a jako metoda sběru dat byl použit hloubkový polostrukturovaný rozhovor. Hloubkový rozhovor můžeme podle Švaříčka a Šed'ové (2007) definovat jako nestandardizované dotazování jednoho účastníka výzkumu

zpravidla jedním badatelem pomocí několika otevřených otázek. Podle jiné definice je hloubkový rozhovor metodou, jejímž účelem je získat vylíčení žitého světa dotazovaného s respektem k interpretaci významu popsanych jevů (Kvale, 1996 in Švaříček, Šed'ová, 2007). Získaná kvalitativní data se dále analyzují pomocí kódování. Kódování představuje operace, pomocí nichž jsou údaje rozebrány, konceptualizovány a složeny novým způsobem. Text se nejprve rozdělí na jednotky. Vzniklým jednotkám poté přidělíme kód (označení) a postupně vytváříme kategorizovaný seznam kódů. Kategorie, které vznikly otevřeným kódováním, se uspořádají do obrazce či linky a na základě toho se sestaví text tak, že je převyprávěním obsahu jednotlivých kategorií (Švaříček, Šed'ová, 2007).

7.4 Výzkumný soubor

K účasti na výzkumu byl osloven jeden manželský pár a osm jednotlivců (pět žen a tři muži) z nichž jedna žena účast na výzkumu odmítla, a to z důvodu jejího krátkého pobytu v zařízení a z toho plynoucí nedostatečné adaptace. Pro výzkum byli vybráni senioři v různých etapách stáří, muži ve věku 64, 76 a 85 let, ženy (68, 84, 86 a 87 let) a jeden manželský pár (86 a 92 let). Výběr participantů byl prováděn na základě dlouhodobého předchozího pozorování- informanti byli vybíráni podle věku, pohlaví, délky pobytu, vybrán byl také jeden manželský pár.

7.5 Průběh šetření

Výzkum se uskutečnil v Domově pro seniory Hvízdal v Českých Budějovicích. Rozhovory probíhaly od ledna 2014 do dubna 2014 s osmi vybranými participanty. Před začátkem výzkumu bylo o záměru informováno vedení domova pro seniory (vrchní a staniční sestra), které s výzkumem souhlasilo. Každý uživatel si mohl určit místo, kde bude rozhovor probíhat, nejčastěji to byl jejich byt v DpS, jednou se rozhovor odehrál ve společenské místnosti z důvodu přítomnosti spolubydlící na pokoji.

Při výzkumu byly dodrženy etické zásady. Schůzka probíhala vždy individuálně pouze s jedním uživatelem (resp. dvěma- manželský pár). Každý uživatel byl informován o účelu rozhovoru, o anonymitě každého účastníka a jeho možnosti kdykoli rozhovor ukončit. Pokud účastník souhlasil, byl rozhovor nahrán na diktafon,

audiozáznam jsem poté zpracovala do textové podoby. Analýza kvalitativních dat probíhala pomocí otevřeného kódování. V práci byla použita technika vyložených karet, na základě toho byly stanoveny čtyři kategorie. Přepis rozhovorů najdeme v příloze.

7.6 Interpretace získaných dat

7.6.1 Analýza rozhovorů

Participant č. 1

Muž (64 let), imobilní (pohyb pomocí invalidního vozíku), nástup k pobytu r. 1994, vzdělání: základní, rodinný stav: svobodný

Před projevem výraznějších zdravotních problémů vykonával fyzicky nenáročné zaměstnání. Po smrti otce se z domova přestěhoval do DpS Dobrá Voda, kde bydlel společně se svou matkou necelých sedm let. I z tohoto důvodu pro něj byla pozdější adaptace v DpS Hvízdal jednodušší, musel si zvyknout pouze na odlišný denní režim. Po smrti matky se odstěhoval na dvoulůžkový pokoj. Ten nyní sdílí se spolubydlícím, který není schopen verbálně komunikovat. Pan V. je však rád pouze za jeho přítomnost v bytě, protože se necítí tak osamocený.

Účastník se nedomnívá, že by v DpS navázal nová přátelství s uživateli, jako své kamarádky uvádí „sestřičky“. „*Já se tu bavím s každým. Ale přímo kamarádství, to ne. Ale...sestřičky jsou moje kamarádky, ne?! Já vás nemám jako sestry, ale jako kamarádky.*“ Má zde jednu kamarádku z dětství, se kterou tvoří nerozlučný pár. Jezdí společně na výlety, plesy i jiné akce organizované ČK. Navštěvuje je poměrně velké množství dobrovolníků i známých a společně podnikají výlety po okolí. Pan V. rád navštěvuje zejména nedaleký obchodní dům, kde si pravidelně kupuje sekanou.

Pan V. byl zpočátku svého pobytu aktivní ve výboru obyvatel, kde setrval 15 let. Nyní se domnívá, že tyto aktivity včetně kulturních a jiných akcí, jsou vhodnější pro nově příchozí uživatele, protože jejich program se stále opakuje. „*Když jsem tu byl kratší dobu, tak jsem chodil na všechno. Jenomže teď už ne, mně už to zevšednělo. Ono je to pořád to samý. Ty nový, když se jim to líbí, ať tam chodí, ale já už ne...*“ Neúčastní se žádných volnočasových aktivit pořádaných DpS, svůj volný čas si

organizuje v rámci možností sám. „*Pasivně sport... fotbal, hokej. Díval jsem se na olympiádu... nebo MS v hokeji...*“

Myslí si, že skupiny se v zařízení tvoří pouze v rámci „kroužků“, jako jsou např. ruční práce apod., těch se neúčastní kvůli převážně ženskému kolektivu (*drbárna*). Nevzpomíná si na žádný výrazný konflikt, pouze jednou za celý svůj pobyt si všiml nevhodného chování uživatelky vůči jiné klientce, které se zastal. I v tomto případě má dobré zkušenosti se zaměstnanci DpS, kteří se v nepříjemné situaci zachovali adekvátně.

Participant č. 2

Manželský pár, žena (86 let)- mobilní, vzdělání: středoškolské; muž (92 let)- částečně imobilní (pohyb pomocí chodítka), vzdělání: vysokoškolské, nástup k pobytu r. 1994

Před nástupem do DpS manželé bydleli nedaleko městského centra v panelovém domě. Vzhledem k tomu, že jejich syn zemřel a v ČR již nemají jiné příbuzné, se z popudu manželky rozhodli pro pobytové zařízení a přes občasné protesty manžela několik let hledali vhodné rezidenční zařízení. Na doporučení rodinné přítelkyně si vybrali tehdejší penzion DpS Hvízdal. Manželský dvoupokojový byt se jim velmi líbil, stejně jako lokace, a proto se rozhodli sem přestěhovat. Pan H.: „*Tenhle barák byl stavěný pro zaměstnance atomové elektrárny, i proto je to celkem pěkné zařízení. Byt, ve kterém teď bydlíme, má dva pokoje a bohatě nám to stačí. Už nám zemřelo hodně přátel, takže večírky apod. dělat nemůžeme, jako jsme měli tam ty návštěvy. Po těch dvaceti letech, jsme spokojený*“. Paní H. uvádí, že v době, kdy existoval penzion pro soběstačné obyvatele¹, bylo toto bydlení „*jako normálně třeba v paneláku*“. Oba uvádí, že změny, které nastaly po přechodu penzionu na domov pro seniory, jsou poměrně výrazné, nyní jsou na „*penzionské straně*“, tedy v pravém křídle budovy, ubytování i zcela imobilní uživatelé. Z tohoto důvodu se podle nich již nevytváří žádné skupiny obyvatel.

¹ Do 31. 12. 2006 bylo zařízení ÚSP Hvízdal- domov důchodců a domov pension pro důchodce. V souladu se zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a prováděcí vyhlášky č. 505/2006 Sb., se zařízení transformovalo od 1. 1. 2007 na Domov pro seniory Hvízdal, příspěvková organizace.

Ani jeden z nich již nevyužívá volnočasových aktivit nabízených DpS ani jiných kulturních akcí, které se zde pořádají. Manžel ze zdravotních důvodů, vadí mu také přílišný hluk. Paní H. se o svého manžela pečlivě stará, neustále na něj dohlíží a bez něj již téměř nikam nechodí. Uvádí, že by měla o manžela strach a ani by jí to nebavilo. S manželem dříve jezdili několikrát týdně nakupovat do různých obchodních domů po celém městě, dopravovali se autobusem, v současné době chodí pouze při pěkném počasí na krátké procházky po okolí.

Podle obou manželů si v zařízení okamžitě zvykli a jsou velmi šťastní, že tu jsou. Paní H.: *„Bez nadsázky, já jsem tady šťastná. Já jsem sem chtěla, sen se mi splnil... A mám jistotu, kdybych potřebovala pomoci nebo kdybych opravdu nemohla, jako když nemohl manžel... Kdybychom byli doma sami, tak bych péči o něj sama nezvládala.“* Manžel: *“Já říkám, že jsme tady jako na velké chatě... Tohle je veliká chata, máme tady zeleň kousek, hned vedle chaty.“* Kontakt s pracovníky je podle nich bezproblémový. Pan H. uvádí, že se snaží o to, aby kontakt mezi ním a personálem nebyl úřední, pracovníci jsou pro něj jako rodina. Manželský pár je velmi přátelský. Rádi si popovídají s ostatními obyvateli i s personálem. Měli zde jednu kamarádku, se kterou se v zařízení spřátelili, ta však před nedávnem zemřela. Paní H. se zde potkala s bývalou spolužačkou ze základní školy, kterou občas navštíví. Během pobytu si manžel způsobil několik úrazů, které ho na čas zcela upoutaly na lůžko. *„Pro mě se svět smrsknul na velikost týhle postele... Pak jsem si řekl, přece tady nenechám takovou kočku (manželku) napospas, tak jsem se vzmužil a snažil jsem se.“*

Participant č. 3

Žena (68 let), mobilní, nástup k pobytu r. 2004, vzdělání: střední odborné, rodinný stav: rozvedená

Participant se k pobytu v DpS rozhodla ze zdravotních důvodů, po těžké nemoci, kterou prodělala asi před sedmnácti lety. Uvádí, že kdyby se nemoc znovu objevila, nechce být dětem na obtíž a tady by měla veškerou péči. Nyní se o sebe dokáže postarat sama. Adaptovala se rychle, dříve bydlela v malém městském bytě v podobném okolním prostředí. Rozdíl mezi „penzionem“ dříve a nyní vnímá, ale

nevadí jí. Jednolůžkový pokoj, který obývá, pro ni byl od začátku jasnou volbou, s dalším člověkem v bytě by se nesnesla. Přátele tu nemá, pouze známé. Paní H. uvádí, že společnost nevyhledává, sociální kontakty nepotřebuje nebo jen v omezené míře. Ostatním uživatelům se cíleně vyhýbá. Stýká se pouze se svými dětmi, se kterými vychází dobře. Klientka je fixována především na zvířata. V současné době jí bohužel není umožněno mít v bytě nějaké zvíře. I proto často chodí na procházky k blízkým rybníkům, kde krmí různé ptactvo. Jednou klientka našla kočku, kterou má u domovnice a pravidelně ji navštěvuje.

Paní H. se neúčastní žádných kulturních akcí ani jiných aktivit, čas si organizuje sama a mimo jiné jí vadí i hluk. Kromě poslechu hudby v soukromí svého bytu ji baví sport, nyní pouze pasivně, dříve se chodila dívat na hokejové zápasy. I vzhledem ke své samotářské povaze si nemyslí, že by s někým měla nějaké konflikty, problémy nevyhledává. Skupiny se tu podle ní nevytváří, ale později dodává, že o dění v DpS nemá takový přehled. *„Já si myslím, že tady u těch lidí ty aktivity odpadají, takový to srovnání, že už mají radši svůj klid.“* Paní H. je v domově pro seniory spokojena, pouze se domnívá, že je v zařízení nedostatek personálu, který se tak nemůže klientům dostatečně věnovat po všech stránkách a uspokojovat tak i jejich sociální potřeby.

Participant č. 4

Žena (84 let), částečně imobilní (pohyb pomocí invalidního vozíku), nástup k pobytu r. 2013, vzdělání: středoškolské s výučním listem, rodinný stav: vdova

Paní R. přišla z domova ze zdravotních důvodů. Dříve bydlela v městském bytě. Nejdříve uvádí, že je v zařízení spokojena, později však přiznává, že si zde za necelý rok stále nezvykla. Má pocit, že tady její život již končí a dál nebude nic. Po nástupu bydlela na dvoulůžkovém pokoji, kde nebyla vůbec spokojena, vadila jí ztráta soukromí a s novou spolubydlící si nerozuměla. Zažádala o jednolůžkový pokoj, který se uvolnil asi po devíti měsících, a paní R. se ihned přestěhovala. Po této stránce je nyní velmi spokojena, jednolůžkový pokoj si chválí a neustále si jej zútulňuje, příbuzní jí přivezli skříňky a poličky, do kterých si vystavila keramické

postavičky a fotografie rodiny. Svůj volný čas tráví mimo jiné sledováním televize, luštěním křížovek, četbou bulvárních časopisů a rozmluvami s personálem.

Volnočasových aktivit v rámci domova pro seniory se již neúčastní, vadí jí, že by se musela setkávat s lidmi, kteří jsou na tom po zdravotní stránce ještě hůře než ona. *„Na dílny nechodím, ani na kulturní, i když mi sociální pracovnice chodí říkat. Mně stresují ty lidi, co tam jsou, třeba i horší... No, na ty sportovní hry... mě nedělá dobře, když vidím lidi, kteří jsou na tom hůř než já.“* S personálem i s poskytovanými službami je spokojena. Má tu spíše známé, než přátele. Potkala se tady se známou z minulosti, se kterou chodily na zábavy, ta ji občas navštíví. Každý den se pohybuje pomocí invalidního vozíku po chodbě a povídá si s užívatelkou ze stejného patra. Společně sledují a komentují okolní dění a případně se účastní kulturních akcí v rámci domova pro seniory. S příbuznými má dobré vztahy, často jí v zařízení navštěvují, domů však zatím nejezdí.

Participant č. 5

Žena (87 let), částečně imobilní (pohyb pomocí invalidního vozíku), nástup k pobytu r. 2013, vzdělání středoškolské, rodinný stav: vdova

Po smrti manžela a dcery už dále nemohla ze zdravotních důvodů setrvat ve svém původním bydlišti, a proto se po domluvě s rodinou rozhodla pro pobyt v DpS Hvízdal. Má velmi širokou rodinu, která ji často navštěvuje. Citově fixována je především na vnučku, která jí pomáhá zařizovat všechny náležitosti a i přes svou vytíženost ji často navštěvuje, toho si paní B. velmi váží. Paní B. se také velmi těší, až bude v blízké budoucnosti vnučku navštěvovat doma. S tím souvisí i její soužití se spolubydlicí, které jí příliš nevyhovuje, přesto se snaží situaci brát takovou, jaká je a co nejdříve zažádat o jednolůžkový pokoj. S některými zaměstnanci si příliš nerozumí, většinu má ale ráda a některé bere dokonce jako vlastní rodinu. Ráda si s pracovníky DpS popovídá a prožívá s nimi jejich radosti i problémy.

Volný čas tráví většinou sledováním TV, četbou časopisů a knih a projížděkami po chodbách DpS i blízkém okolí. Snaží se zachovat svou soběstačnost chůzí v chodítku i pravidelným cvičením na posteli, protože, jak sama uvádí, je bývalá sokolka a to jí zůstalo. Volnočasových aktivit v rámci DpS se neúčastní, nebaví jí to. Na kulturní

akce v DpS (koncerty, zábavy) jezdí ráda. Má ráda společnost, ale nové přátele si tu zatím nenašla. Má tu dvě známé, se kterými dříve bydlely v jednom domě, s těmi se však příliš nepřátelí. Spolubydlící na pokoji s ní většinou nekomunikuje. „*S paní na pokoji moc navázat styk nemůžu, protože ona je napůl hluchá... A vykřikovat tam po pokoji se mi nechce, a když se jí na něco zeptám, tak ona ani nevnímá, ona je na tom dost špatně...*“. Přesto se však paní B. o svou spolubydlící zajímá, stará se, aby měla vše potřebné, případně za ní použije signalizační zařízení.

Participant č. 6

Muž (85 let), mobilní, nástup k pobytu r. 2004, vzdělání: středoškolské, rodinný stav: vdovec

Po smrti manželky si podal žádost do dvou domovů pro seniory. Odchod do DpS poté musel osobně urgovat kvůli okolnostem, které byly spojeny s odkupem bytu v centru města, ve kterém bydlel 35 let. Byt v DpS chtěl jednolůžkový, ale dodává, že je zvyklý spát i v tělocvičně na zemi ve spacáku (Sokol). Dvakrát v týdnu působí jako rozhodčí a cvičitel v tělocvičně TJ Sokol, kde vede žáky a dorostence. Účastní se i sokolských sletů, před několika lety dokonce v USA. Jako divák a fanoušek chodí na volejbalové zápasy. Dopravuje se výhradně na kole, nebrání se ani delším vzdálenostem. Pravidelně chodí také na koncerty Jihočeské filharmonie. Mimo jiné se věnuje i fotografování okolní krajiny apod. Sám si nakupuje a vaří, dříve si i pral a žehlil, nyní využívá služeb místní prádelny. Podle svého vyjádření neměl s adaptací na nový domov problém. „*Zvykal jsem si tu normálně, já jsem člověk, který si zvykne raz dva, co se dá dělat. Tam jsem měl zahradu, kterou jsem zkulturnil, vozil jsem z chalupy hnůj, udělal jsem tam záhony, prořezal stromy, všechno tam fungovalo. Když majitel chtěl, abych si ten byt koupil, tak jsem na to neměl a nešlo to. Když to nejde, tak to nejde, nebudu se trápit. Prostě jsem tady, mám tady taky záhonek (na balkóně), jak vidíte, pažitku, saláty...*“ Vztahy s rodinou se dají označit za velmi dobré, pravidelně se navštěvují. Občas na kole zajede do několika kilometrů vzdáleného města za vnučkou na oběd. Denně s příbuznými komunikuje prostřednictvím telefonu. Jezdí za nimi také na svátky, na dovolenou i do zahraničí. Také je příležitostně obdaruje vlastnoručními výrobky.

V rámci aktivit domova pro seniory se účastní sportovních i jiných soutěží a nejednou si odnesl zlatou medaili. Jak sám říká, není nic horšího, než celý den sedět a koukat z okna, a proto se účastní téměř všech volnočasových činností, které DpS nabízí, např. keramiky nebo šití na stroji. V Kaplici se dokonce zúčastnil místní olympiády s celým družstvem. O výuku na PC přílišný zájem nejeví. *„Vím o tom, byl jsem tam jednou, děcka říkaly, že mi koupí počítač, ale já jsem ho nechtěl, to bych u toho musel sedět, mně stačí televize a sport a takhle normálně práce.“*

Jak sám uvádí, je velmi aktivní a svůj volný čas si dokáže dobře organizovat sám, proto v DpS tolik času netráví. *„Já takhle mezi lidmi moc nechodím, protože pořád někde jsem, akorát do té dílny ráno a odpoledne si tady třeba připravuju na večer nějakou práci nebo svoje věci, ale takhle na ty společný věci... Jedině když je tady nějaká akce na hale... Na zábavy taky chodím, chodil jsem i tancovat, když mě někdo drží, tak si ještě i zatancuju“.*

V domově bydleli také tři jeho přátelé z bývalého zaměstnání, ti již bohužel zemřeli. Pan B. je velmi společenský. *„Nejlepší je to v té dílně, kde děláme a bavíme se při tom, tam se udělá kafičko a při tom uděláme plno práce, protože tam je práce dost. Šil jsem taštičky na příbory, ženský tam naštrikujou polštáře...“.* Pan B. působí v domově dokonce také jako muzikoterapeut. Pro ostatní obyvatele pořádá dvakrát měsíčně posezení, kde pouští hudbu. *„Řeknu, co to je za skladbu a kdo to zpívá, to mám připravený v sešitě Hudební produkce. Jednou měsíčně vážnou a jednou populární hudbu...“.* O posezení s hudbou je ze strany obyvatel pravidelně velký zájem.

S pracovníky má dobré zkušenosti, vychází s nimi bez problémů. Má pocit, že se sociální pracovníci snaží uživatele zapojit do společenského života v DpS. *„Co mám možnost pozorovat, tak personál se snaží, aby se ten společenský život tady plnil. Pořádají se tu kulturní akce, přijdou děti zazpívat nebo nějaký ty tanečky a pak jsou tady ty zábavy masopustní a k tanci. MDŽ se tu oslavoval, to bylo taky posezení.. Starají se o to, aby i navenek jsme byli zastoupení na těch soutěžích- na sportovních hrách, dílnách...“.*

Participant č. 7

Muž (76 let), mobilní, nástup k pobytu r. 2001, vzdělání: středoškolské, rodinný stav: svobodný

V r. 1995 prodělal CMP, nejdříve byl v DpS na přechodném pobytu (na cca 3 měsíce). Před nástupem do DpS bydlel na sídlišti v panelovém domě, nedaleko od místa dnešního pobytu. Nyní již kvůli zdravotním problémům příliš ven nechodí, občas zajde do nedalekého obchodního centra, kde si nakoupí. Dříve chodil na dlouhé procházky se psem. *„Bylo to dobrý v tom, že člověk neměl čas přemejšlet, jestli ho bolí noha nebo ne, prostě musel...“*. Úmrtí domácího mazlíčka nesl velmi špatně, jiného si již pořídít nemůže, i kvůli svému zdravotnímu stavu.

Blízkou rodinu nemá, pouze vzdálenější příbuzné, za kterými občas zajede. Navštěvuje se i s přáteli, kteří bydlí nedaleko. Sociální pracovnice mu nabízely možnost se účastnit volnočasových aktivit v rámci DpS, pan M. však neměl zájem. Účastní se kulturních akcí- koncertů apod., o těchto akcích je pravidelně informován sociálními pracovníky.

Pan M. je přátelský, rád si popovídá se všemi zaměstnanci domova pro seniory. Pan M. uvádí, že před několika lety, cca jeden rok navštěvoval počítačový kurz v rámci DpS, počítač tedy ovládat umí, ale sám ho nevlastní. O koupi PC přemýšlel, ale dospěl k závěru, že mu stačí televize, kterou sleduje sporadicky.

Participant č. 8

Muž (88 let), mobilní, nástup k pobytu r. 2009, vzdělání: středoškolské, rodinný stav: vdovec

Pan K. přišel do DpS před několika lety ze zdravotních důvodů. Prvních sedm měsíců po CMP se pomalu dostával zpět do běžného života, pravidelně rehabilitoval a dnes je již téměř soběstačný, potřebuje jen občasnou dopomoc. Po roce hospitalizace v nemocnici se přestěhoval do domova pro seniory, kde si poměrně rychle zvykl. *„Musel jsem se adaptovat, tu nemoc jsem dostal ze dne na den, nebyl jsem na to nijak připravený...“*

Nejdříve sdílel byt se spolubydlícím, se kterým si ale příliš nerozuměl a i z důvodu určité ztráty soukromí mu dvoulůžkový pokoj nevyhovoval. Po čase se uvolnil jednolůžkový pokoj na jiném patře a pan K. nabídku na přestěhování s radostí přijal. V samostatném bytě je nyní velmi spokojen.

Pan K. má jednu dceru a tři vnoučata. S rodinou se pravidelně navštěvuje, přes léto jezdí často na celý den s vnukem na chatu. V bytě DpS ho navštěvují také jeho přátelé a známí. Pokud mu to zdravotní stav dovolí, rád se zúčastní pravidelných posezení s bývalými kolegy ze zaměstnání, která se pořádají v různých restauracích.

Volnočasových aktivit v DpS nevyužívá, nabídka mu příliš nevyhovuje. *„Já na šití nikdy nebyl, ani když jsem byl zdravěj, teď bych stejně pravou rukou nic neudělal... Ani keramika, já jsem pro tenhle druh zábavy nebyl nikdy, ani když jsem byl už v důchodu, to mně neimponovalo. Každý je nějakej.“* Dle svých slov se dokáže zabavit sám, při pěkném počasí rád chodí na procházky do okolí DpS. Sociální pracovníce ho pravidelně informují o různých kulturních akcích pořádaných DpS, kterých se účastní dle momentální nálady a zdravotního stavu.

Na okolním prostředí se mu líbí to, že zahrnuje přírodu (rybníky) i nedaleký obchodní dům, kam si příležitostně může dojít na nákup. S personálem má běžný bezproblémový vztah, na žádný konflikt si nevzpomíná. Je obeznámen s možností využití internetu v DpS, ale nemá chuť učit se práci s PC a jako médium mu stačí televize a noviny.

7.6.2 Kategorie

Vztahy s rodinou a přáteli mimo DpS

Všichni dotazovaní uvedli, že mají sociální kontakty i mimo DpS, velkou důležitost přikládají zejména rodinným vztahům. Pokud rodinu nemají, jedná se hlavně o přátele a známé, se kterými se navštěvují a podnikají různé aktivity. Všichni oslovení senioři uvedli, že jejich vztahy s rodinou jsou dobré, s příbuznými se pravidelně stýkají.

„S rodinou udržujeme dobré vztahy, nehádáme se. Navštěvují mě i tady, voláme si každé den, jak je mi a tak.“

Participant č. 6, pan B.

„...když bylo hezky, tak přijela vnučka s mužem a vzali mě ven. Tak jsme hodinu támhle seděli na lavičce, bylo to fajn. Dokonce si mě chtěli vzít na sobotu a neděli domu, až bude hezky...“

Participant č. 5, paní B.

Pozitivní vztahy k rodině byly viditelné například i z výzdoby pokojů obyvatel – téměř v každém bytě byly vystaveny fotografie rodinných příslušníků nebo přátel seniorů.

Sociální kontakty v DpS

Pro většinu dotazovaných jsou velmi důležité vztahy s pracovníky přímé obslužné péče a zdravotními sestrami, především u imobilních klientů, kteří jsou závislí na jejich každodenní nepřetržité péči, i proto, že se s nimi setkávají častěji, než mobilní uživatelé a tím se u nich utvářejí silnější vazby. Někteří uživatelé uvádějí, že berou pracovníky jako přátele nebo dokonce jako vlastní rodinu. Svým oblíbeným pracovníkům se svěřují se svými problémy i radostmi a prožívají s nimi všechny důležité životní události. Pro utváření vztahů v domově pro seniory jsou důležité i společné aktivity obyvatel domova, kde mají možnost se navzájem lépe poznat. Většina dotazovaných uvedla, že se neúčastní aktivizačních činností, které nabízí DpS (dílny, muzikoterapie, keramika, sportovní hry apod.), a to nejčastěji z důvodu jejich špatné fyzické kondice a nezajímavé nabídky činností. Oproti tomu kulturní akce (koncerty, různá vystoupení) pořádané většinou k určitému významnému dni v hale DpS, se těší ze strany seniorů poměrně velké oblibě, senioři při nich získávají nové kontakty, které však zřídka přerostou v přátelství.

„Já se tu bavím s každým. Ale přímo kamarádství, to ne.“

Participant č. 2, pan V.

„Mám tady spíš známé.“

Participant č. 4, paní R.

Někteří senioři omezili tyto aktivity kvůli zdravotnímu stavu.

„...Než zůstal ležet, tak jsme všude chodili. Na jednom oddělení jsme se dlouhou dobu scházeli. Od té doby, co měl manžel úraz, ale nemám náladu a i se bojím, že zase spadne...“

Participant č. 2, paní H.

Sociální kontakty získávají senioři nejvíce v rámci svého patra, kde se obyvatelé nejčastěji setkávají (např. při procházkách či projíždkách na chodbě, v jídelně). Většina účastníků označuje vztahy v DpS za bezproblémové, a to jak s pracovníky, tak s ostatními seniory. Pouze jeden z osmi participantů uvádí, že měl v domově konflikt s jiným seniorem. Mobilní uživatelé s dobrou fyzickou kondicí nejčastěji uvádí, že nemají čas tyto jevy sledovat, z důvodu dostatku vlastních aktivit, které je plně zaměstnávají. I proto jsou vztahy mezi obyvateli spíše „sousedské“, většinou se zde nevytvářejí příliš pevné vazby. Někteří z účastníků šetření sdílejí byt se spolubydlícím a tuto skutečnost vnímá každý z nich jinak. Záleží na tom, zda si dvoulůžkový pokoj sami vybrali nebo k tomu byli donuceni z finančních nebo kapacitních důvodů- v tomto případě má každý uživatel možnost podat žádost o jednolůžkový pokoj, délku čekací doby však nelze určit.

Adaptace v DpS

Z šetření vyplynulo, že velké rozdíly v rychlosti adaptace mezi některými informanty souvisí také s určitou dobrovolností a důvody jejich odchodu do domova pro seniory. Také záleží na tom, zda do DpS nastupovali společně s blízkým člověkem nebo jestli již předtím bydleli v podobném zařízení- v těchto případech se adaptují snadněji.

„Já jsem tu byl ještě 10 měsíců s maminkou, ale my jsme byli přece jenom zvyklí z Dobré Vody. Tam jsme byli 6,5 roku a pak jsme přešli sem, i když tady jsme si zase museli zvyknout na něco jinýho. Přece jenom tu byl jinej režim. Ale zvládli jsme to. Já jsem tady moc spokojenej“.

Participant č. 1, pan V.

„A bez nadsázky, já jsem tady šťastná. Já jsem sem chtěla, sen se mi splnil... A mám jistotu, že kdybych potřebovala pomoci nebo kdybych opravdu nemohla, jako když nemohl manžel... Kdybychom byli doma sami, tak bych péči o něj sama nezvládala.“

Participant č. 2, paní H.

Náplň volného času

Mnozí z dotazovaných si organizují volný čas podle sebe. Jedná se především o mobilní soběstačné uživatele, kteří nepotřebují celodenní péči personálu v takové míře.

„...já se dovedu zabavit sám. Nikoho nepotřebuju, mám tady křížovky a televizi a rádio, tak co jinýho. Chodím ven, tak což...“

Participant č. 8, pan K.

Velmi oblíbené jsou kulturní akce v DpS, těch se alespoň jednou za čas účastní většina informantů. Mezi nejčastější příčiny neúčasti na těchto akcích ze strany seniorů je přílišný hluk a nevyhovující zdravotní stav.

„...Dřív jsme chodili na akce, ale teď už nemůžeme, nevydržel by ani sedět, ani stát a já se nechci vzdálit, protože se bojím, že padne. Teď už nám ani sociální pracovnice neříká, protože ví, že bychom nešli“.

Participant č. 2, paní H.

„Nezúčastňuju se vůbec ničeho. Na těch kulturních akcích je moc lidí a je to hlučný. Mezi lidmi mě to moc neláká...“

Participant č. 3, paní H.

Sociální pracovníci pravidelně informují uživatele o všech kulturních akcích a zvou je na volnočasové aktivity pořádané zařízením- to svými výpověďmi potvrdili i účastníci šetření. Ne všichni uživatelé jsou však ochotni se do společenského života zapojit, a to nejčastěji kvůli svému nevyhovujícímu zdravotnímu stavu, dále uvádí i nezájem o konkrétní činnost nebo akci či nízkou potřebu sdružovat se s ostatními seniory. Jednou za půl roku probíhá schůze všech obyvatel, kde může každý přednést své připomínky, které jsou posléze řešeny vedením domova, které se těchto schůzí také účastní. Písemnou či ústní stížnost může podat personálu každý klient. Dále zde

funguje také výbor obyvatel. Senioři v DpS se účastní soutěží v různých oborech, obyvatelé jsou zapojeni do soutěže tvořivé ruce, pořádají se sportovní dny v Hluboké nad Vltavou. Sportovní hry se konají v tělocvičně, která patří k vedlejšímu Domovu mládeže. Dále se pořádají výlety po okolí, například do zoologické zahrady v Hluboké nad Vltavou, za příznivého počasí jezdí pracovníci ven s imobilními klienty- nejčastěji do okolní přírody nebo na nákupy do nedalekého obchodního domu- podle přání seniorů.

8 Závěr

Práce je rozdělena na část teoretickou a část praktickou. Teoretická část obsahuje šest kapitol týkajících se stáří jako vývojové etapy, životního stylu seniorů, mezilidských vztahů, nového stárnutí a charakteristiky sociálních služeb. Tyto témata jsou také východisky praktické části bakalářské práce. Praktická část se zaměřuje na mezilidské vztahy obyvatel Domova pro seniory Hvízdal. V příloze pak najdeme popis standardů kvality rezidenčního zařízení pro seniory a celé rozhovory s uživateli DpS.

Cílem práce bylo zjistit, jakým způsobem se formují vztahy mezi lidmi v domově pro seniory, a to nejen mezi samotnými uživateli sociálních služeb, ale i mezi uživateli a jejich rodinami a také mezi uživateli a pracovníky domova pro seniory.

Pro výzkum byl použit kvalitativní přístup. Kvalitativní data byla získána prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů. Rozhovory byly zaměřeny především na oblast mezilidských vztahů seniorů s lidmi v domově i mimo něj, ale zabývaly se také otázkou trávení volného času seniorů a jejich adaptací na podmínky v domově pro seniory. Na základě šetření bylo zjištěno, že většina z dotazovaných informantů nemá hlubší vztahy s ostatními obyvateli DpS, zpravidla mezi nimi nevzniká přátelství. V domově pro seniory se mezilidské vztahy vytváří a upevňují nejčastěji v rámci jednotlivých úseků, kde se obyvatelé nejčastěji setkávají s jinými uživateli i pracovníky.

Informanti se ve většině případů příliš neúčastní aktivizačních činností v DpS- jako důvody uvádějí nezajímavou nabídku činností, nevyhovující zdravotní stav, nízkou potřebu sdružovat se s ostatními obyvateli. Zejména informanti, kteří jsou téměř soběstační, udávají, že mají dostatek vlastních aktivit a zatím tyto služby nepotřebují. Nabídka aktivizačních činností v DpS je poměrně pestrá, ovšem pro seniory, kteří zde žijí již delší dobu, může být poněkud jednotvárná.

Převážná část participantů má i po příchodu do DpS velmi dobré vztahy s příbuznými, obecně vztahy s rodinou a přáteli i aktivity mimo domov pro seniory jsou pro ně velmi významné. Postoj obyvatel k pracovníkům DpS je všemi informanty popisován jako bezproblémový, některými dokonce jako přátelský.

Přesto, že příchod do domova pro seniory byl velkou a v některých případech ne zcela příjemnou změnou v životě seniorů, byla komunikace s informanty poměrně bezproblémová.

Práce je přínosná v objasnění a porozumění oblasti utváření a vývoje mezilidských vztahů seniorů v domově pro seniory.

9 Literatura

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

HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990. ISBN 978-80-87109-19-9

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

HOLCZEROVÁ, V.; DVOŘÁČKOVÁ, D. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4697-5

HROZENSKÁ, M.; DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0

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

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

KŘIVOHLAVÝ, J. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3604-4

KURIC, J. *Ontogenetická psychologie*. Státní pedagogické nakladatelství Praha, 1986. ISBN 14-409-86

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Grada Publishing, 1998. ISBN 80-7169-195-X

MATOUŠEK, O. *Ústavní péče*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 1999. ISBN 80-85850-76-1

POKORNÁ, A. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN

SAK, P.; KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*. Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5

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

ŠVARŤÍČEK, R.; ŠEĐOVÁ, K. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Portál s.r.o. Praha, 2007. ISBN 978-80-7276-313-0

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

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

VYBÍRAL, Z. *Psychologie komunikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-998-4

VYBÍRAL, Z. *Psychologie lidské komunikace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-291-2

Zavádění standardů kvality sociálních služeb do praxe. MPSV, 2002. ISBN 80-86552-45-4

Standardy kvality sociálních služeb

<http://www.domovproseniory-hvizdal.cz>

10 Přílohy

Příloha 1 – Standardy kvality sociálních služeb

Standardy kvality sociálních služeb doporučené MPSV od roku 2002 se staly právním předpisem závazným od 1. 1. 2007. Znění kritérií Standardů je obsahem přílohy č. 2 vyhlášky MPSV č. 505/2006 Sb., prováděcího předpisu k zákonu č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění. Příloha č. 2 vyhlášky č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách (MPSV,2002).

Standardy jsou dokumenty udávající, jak by měla vypadat kvalita péče o seniory. Ministerstvo práce a sociálních věcí (dále jen MPSV) společně s poskytovateli a uživateli sociálních služeb formulovali obecné standardy, které si dále pak upravují jednotlivá zařízení. Standardy dělíme do tří základních skupin- procedurální, personální a provozní.

„Procedurální (procesní) standardy jsou nejdůležitější. Stanovují, jak má poskytování služby vypadat. Na co je potřeba dávat pozor při jednání se zájemcem o služby, jak službu přizpůsobit individuálním potřebám každého člověka. Velká část textu je věnována ochraně práv uživatelů služeb a vytváření ochranných mechanismů jako jsou stížnostní postupy, pravidla proti střetu zájmů apod.“ (MPSV, 2002).

„Personální standardy se věnují personálnímu zajištění služeb. Při poskytování služeb nejsou možné dodatečné opravy nebo vyřazení zmetků. Nepovedenou službu nelze dodatečně vyřadit. Kvalita služby je přímo závislá na pracovnících – na jejich dovednostech a vzdělání, vedení a podpoře, na podmínkách, které pro práci mají“ (MPSV 2002).

„Provozní standardy definují podmínky pro poskytování sociálních služeb. Soustředí se na prostory, kde jsou služby poskytovány, na dostupnost, ekonomické zajištění služeb a rozvoj jejich kvality“ (MPSV, 2002).

1. Cíle a způsoby poskytování sociálních služeb- cílem sociálních služeb je umožnit lidem v nepříznivé sociální situaci využívat místní instituce, které poskytují služby veřejnosti i přirozené vztahové sítě, zůstat součástí přirozeného místního

společenství, žít běžným způsobem. Poskytované sociální služby zachovávají a rozvíjejí důstojný život těch, kteří je využívají, jsou bezpečné a odborné. Ve standardu jsou stanoveny základní požadavky na sociální službu. Zařízení má povinnost formulovat a zveřejnit základní prohlášení, poskytovat služby v souladu s metodikou, s respektem k individuálním potřebám a volbám uživatelů. Současně je popsán obecný cíl sociálních služeb (MPSV, 2002).

Služby se neposkytují bacilonosičům, osobám trpícím chronickým alkoholismem a toxikománií. Sociální služby v DpS zahrnují poskytnutí ubytování a stravy, pomoc při zvládání běžných úkonů, pomoc při osobní hygieně, aktivizační činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí. Posláním DpS je zajistit kvalitní pobytové sociální služby s celodenním stravováním a 24 hodinovou péčí osobám, které z důvodu věku či zdravotního stavu nemohou již pobývat ve svém domácím prostředí. Mezi pět hlavních cílů našeho zařízení patří poskytování kvalitní ošetrovatelské péče, kvalitní pobytové služby s celodenním stravováním, kvalitní prožití podzimu života, zapojení do aktivního života v našem domově a respektování klientů. Mezi volnočasové aktivity provozované v našem zařízení patří hudební skupinka, cvičení paměti, muzikoterapie, tvořivá dílna, sportovní odpoledne, keramická dílna, práce s PC a ergodílna.

Přílohou prvního standardu je Listina základních práv a svobod, Práva pacienta, Etický kodex sociálních pracovníků, kodex zdravotní sestry (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

2. Ochrana práv osob- Zařízení ve své činnosti respektuje základní lidská práva uživatelů služeb, jejich nároky vyplývající z dalších platných obecně závazných norem a pravidla občanského soužití. Práva uživatelů můžeme rozdělit na základní lidská práva a svobody, které vyplývají z mezinárodních úmluv a ústavních norem České republiky a další práva, která jsou zakotvena v jednotlivých zákonech a jejich prováděcích předpisech (MPSV, 2002).

Zaměstnanci se musí řídit platnou listinou základních práv a svobod, metodickými pokyny, organizačním řádem, návštěvním řádem, domácím řádem (návštěvním a domácím řádem se musí řídit i klienti - Standardy kvality sociálních služeb DpS).

3. Jednání se zájemcem o sociální službu- Zájemce o službu je před uzavřením dohody seznámen se všemi podmínkami poskytování služby. Pracovník zařízení zjišťuje, co zájemce od služby očekává, a společně pak formulují, jakým způsobem bude poskytovaná služba dohodnuté cíle naplňovat (MPSV, 2002). Sociálního šetření se účastní staniční (úseková) sestra a sociální pracovník(ce). Úhrady za pobyt v našem DpS činí za jednolůžkový pokoj= 9450 Kč, za dvoulůžkový pokoj= 8760 Kč (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

4. Smlouva o poskytování sociální služby- Sociální služby jsou uživatelům poskytovány na základě uzavřené dohody o poskytování služby. Dohoda stanoví všechny důležité aspekty poskytování služby včetně osobního cíle, který má služba naplňovat (MPSV, 2002). Smlouva se uzavírá písemně a je vyhotovena ve dvou provedeních. V případech opatrovníka je smlouva podepisována opatrovníkem. Smlouvu podepisuje pověřený zaměstnanec poskytovatele, tím je ředitel zařízení. Ke smlouvě se přikládá rozsah a průběh poskytování sociálních služeb (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

5. Individuální plánování průběhu sociální služby- Poskytování služeb vychází z osobních cílů a potřeb uživatele a je postaveno především na jeho schopnostech. Průběh služby je přiměřeně plánován (MPSV, 2002). Vnitřní pravidla pro individuální plánování jsou určena pro všechny § v DpS. Od 1/2012 jsou individuální plány v programu Cygnus. Součástí tohoto standardu je metodický pokyn pro tvorby individuálních plánů. Záznam o realizaci se provádí jednou za měsíc (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

6. Dokumentace o poskytování sociální služby- Zařízení shromažďuje a vede takové údaje o užívatelích, které umožňují poskytovat bezpečné, odborné a kvalitní sociální služby. Zařízení vytváří podmínky k tomu, aby zpracování osobních údajů odpovídalo platným obecně závazným normám (MPSV, 2002). Poskytovatel je oprávněn v nezbytném rozsahu pro poskytování odborných a kvalitních služeb zpracovávat osobní údaje (RČ, jméno, příjmení, rodné příjmení, místo narození, předchozí bydliště, datum narození, státní příslušnost, státní občanství, stav, původní zaměstnání, jméno a příjmení příbuzných, výměr důchodu, výše příspěvku na péči,

zdravotní stav, medikace, zdravotnická dokumentace (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

7. Stížnosti na kvalitu nebo poskytování sociální služby- Uživatelé si mohou stěžovat na kvalitu nebo způsob poskytování sociálních služeb, aniž by tím byli jakýmkoli způsobem ohroženi. Zařízení za tímto účelem má stanovena a uplatňuje vnitřní pravidla, se kterými jsou seznámeni uživatelé i pracovníci (MPSV, 2002). Stížnosti lze podat ústně i písemně, zapisují se do knihy Stížností a připomínek (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

8. Návaznost poskytované sociální služby na další dostupné zdroje- Zařízení aktivně podporuje uživatele ve využívání běžných služeb, které jsou v daném místě veřejné. Dále zařízení podporuje uživatele ve využívání vlastních přirozených sítí, jako je rodina, přátelé a snaží se předejít jeho návyku na sociální službu. V případě potřeby umožňuje využívání dalších sociálních služeb (MPSV, 2002). Standard obsahuje seznam zdravotnických i sociálních zařízení, se kterými DpS spolupracuje (např. stomatolog), (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

9. Personální a organizační zajištění sociální služby- Struktura, počet pracovníků i jejich vzdělání a dovednosti odpovídají potřebám uživatelů služeb a umožňují naplňování standardů kvality sociální služby. Noví pracovníci jsou zaškoleni (MPSV, 2002).

10. Profesionální rozvoj zaměstnanců- Zařízení zajišťuje profesní rozvoj pracovních týmů a jednotlivých pracovníků, jejich dovedností a schopností potřebných pro splnění veřejných závazků zařízení i osobních cílů uživatelů služeb (MPSV, 2002). DpS má vnitřní předpis pro hodnocení zaměstnanců v programu Cygnus (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

11. Místní a časová dostupnost poskytované sociální služby- Místo a denní doba poskytování služby odpovídají cílům a charakteru služby a potřebám cílové skupiny uživatelů (MPSV, 2002).

12. Informovanost o poskytované sociální službě- Zařízení zpřístupňuje veřejnosti informace o poslání, cílech, principech a cílové skupině uživatelů služeb a další

informace, které usnadní orientaci pro zájemce o služby a jiné subjekty, čímž přispívá k dostupnosti služeb (MPSV, 2002). Informace jsou dostupné na internetových stránkách DpS nebo ve všedních dnech telefonicky u sociální pracovnice (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

13. Prostředí a podmínky poskytování služeb- Prostředí a podmínky v zařízení odpovídají kapacitě, charakteru služeb a potřebám uživatelů. Zařízení dbá na to, aby byly plněny všechny platné obecně závazné normy související s poskytováním sociálních služeb (MPSV, 2002). Standard obsahuje popis budovy, rozpis podání stravy uživatelům (pětkrát denně dieta č. 3, šestkrát denně dieta č. 9), (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

14. Nouzové a havarijní situace- Zařízení, pracovníci i uživatelé jsou připraveni na řešení havarijních a nouzových situací (MPSV, 2002). Tento standard obsahuje příklady nouzových a havarijních situací, např. uživatel pod vlivem návykové látky, napadení uživatele uživatelem, napadení zaměstnance uživatelem, mechanické závady, závady technického rázu, drobné závady, požár, výpadek elektrického proudu, závady na topení, závady na vodoinstalaci, živelné pohromy (Standardy kvality sociálních služeb DpS).

15. Zvyšování kvality služeb- Vedení zařízení dbá o to, aby se kvalita poskytovaných služeb zvyšovala. Do hodnocení kvality služeb zapojuje uživatele služeb i pracovníky (MPSV, 2002).

Příloha 2 – Rozhovory s uživateli DpS

Participant č. 1

Před kolika lety ses přestěhoval do DpS?

V roce 1995. To je skoro dvacet let..

Jsi celou tu dobu ve stejném bytě, na stejném patře?

Na stejném patře. Nejdřív jsme s maminkou bydleli v jiném pokoji. Když maminka zemřela, tak mě dali sem (na dvoulůžkový pokoj), protože jsem tu měl známýho..

Takže sis mohl sám vybrat, s kým budeš v bytě?

Oni mě sem dali, ale tak co, tak je to jedno, a potom, tahle strana na to město je lepší...

Jak sis tu na začátku zvykal?

Já jsem tu byl ještě 10 měsíců s maminkou, ale my jsme byli přece jenom zvyklí z Dobré Vody. Tam jsme byli 6,5 roku a pak jsme přešli sem, i když tady jsme si zase museli zvyknout na něco jinýho. Přece jenom tu byl jinej režim. Ale zvládli jsme to. Já jsem tady moc spokojenej..

I s pracovníky domova?

Já si nemůžu stěžovat.

Vím, že tu máš kamarádku z dětství. Byla tu už v době, kdy ses nastěhoval?

Ona přišla až asi 1 nebo 2 roky po mně. To já už jsem tu byl. My se známe od mala, chodila k nám, bydleli jsme kousek od sebe. Ale nebyla tak vzteklá, jako je teď...

Našel sis tu v průběhu let nějaké nové přátele?

Já se tu bavím s každým. Ale přímo kamarádství, to ne. Ale... sestřičky jsou moje kamarádky, ne?! Já vás nemám jako sestry, ale jako kamarádky... Je tady pan P., který za mnou chodil, ale už nemůže (kvůli zdravotnímu stavu). Ještě znám paní V.

z našeho patra, která bydlela blízko nás, s její dcerou jsem chodil do třídy, ale to jsou spíš známí... Pak za mnou občas chodí pan V., kterého znám z lázní.

V DpS jsi byl také ve výboru obyvatel. Můžeš mi k tomu něco povědět?

Je tam z každého patra jeden člověk, schůzka je jednou měsíčně. Já jsem byl ve výboru už na Dobré Vodě, a proto mě vybrali i sem, říkali, že to bude jenom na rok a nakonec jsem to dělal skoro 15 let... Řeší se tam pořád to samé..

Co se tam řeší?

Celkem nic..

Třeba jídlo?

K tomu bylo nejmíc připomínek. K tomu já jsem nic neměl. Když jsem něco chtěl, tak jsem si došel za dietkou (dietní sestra- nutriční terapeut). Na co bych to ventiloval někde po baráku.

Účastnil ses někdy nějakých volnočasových aktivit nabízených sociálními pracovníky?

Myslíš třeba dílny? To ne.

Měl jsi možnost ovlivnit nabídku těchto činností?

To ne.. Tady se taky nedá nic jiného udělat... Já myslím, že se tady pro ty lidi dělá dost, stačí to... Párkrát jsem tam byl, ale raději mám svůj program, pustím si TV-Šlágr, hokej, fotbal..

A co nabídka kulturních akcí v DpS?

Když jsem tu byl kratší dobu, tak jsem chodil na všechno. Jenomže teď už ne, mně už to zevšednělo. Ono je to pořád to samý. Ty nový, když se jim to líbí, ať tam chodí, ale já už ne. To už by muselo jít něco bejt... Kde máš ten přístroj?

Znovu vysvětluji, co mám za přístroj (diktafon v telefonu)

Jezdíš i na akce mimo zařízení?

Plesy, předvánoční posezení od červeného kříže a od ČK jezdíme dvakrát do roka na zájezdy. V létě jeden a na podzim. Dohromady tak čtyřikrát do roka.

Kam třeba jezdíte?

Po jihočeským kraji. Na zámky, do Třeboně, do Tábora, ve Strakonících jsme byli... V červenci pojedeme na Hlubokou parníkem.

Všiml sis, že by se v domově tvořily nějaké skupiny?

Jenom co se tu pořádají ty kroužky, tam bych nechtěl. Tam chodí ty báby, to není dílna, to je drbárna.

Ty jsi teď na dvoulůžkovém pokoji, vyhovuje ti to tak nebo bys byl raději v bytě sám?

Já bych na jednolůžkovém pokoji bejt nechtěl. Přeci jenom, i když pán co je tu se mnou toho moc nenamluví, ale jsme tady dva.. Někdy, když přijedu.. je tu někdo... Je to tak lepší. Ale jsou tu i lidi, který chtějí bejt sami.

Měl jsi tu někdy nějaký konflikt?

Já jsem tu konflikt neměl pomalu žádný. Se sestrou vůbec ne... Říkám, někdy mně naštvaly ty báby... Velkej konflikt jsme měl jednou. Byla tu jedna pani na vozejkku a s ní byla na pokoji jedna pani, která jenom ležela. Ta pani na vozíčku na ní furt něco měla, to jsem ještě chodil o berličkách... Já jsem jednou seděl vzadu, teď ona jí tam začla nadávat, sprostě... Já tam vlít a vynadal jsem jí. A ona, že si na mě pude stěžovat.. Ale staniční sestra ta stála za mnou.. Jinak nic.

Takže předtím, než jsi nastoupil do DpS DV, jsi byl doma?

Jo, já jsem chodil normálně do práce, dělal jsem v jednom podniku u telefonu 18 let... A potom, když už to teda nešlo (ze zdravotních důvodů), tak jsem šel na Dobrou Vodu. Potom, když umřel tatínek, maminka začla stonat, tak jsme šli na DV, protože tohleto tu ještě nebylo (DpS Hvízdal). A nějaký známý z DV pak šli sem, tak jsme se sem jeli kouknout..

A líbilo se vám tady...

Tady je to stokrát lepší než tam.

Je tu i lepší okolní prostředí?

Tam když jdeš z kterýkoli strany, tak je tam kopec. Tady ne. Já bejt tam, tak nemám ani tenhle vozejk, tam by mi ho nedali, tady se mi postarali, abych ho dostal. Tady jsem i jezdil do lázní.

Proč už nejezdíš?

Už to nejde.

Jak často jsi dřív jezdil?

Každý rok, pak to udělali jednou za 2 roky. Do Teplic, do Mariánských lázní. Na 3 tejdny, jeden čas to dávali i na měsíc... (Dále už o tom nechce mluvit)...

Jsi tu spokojený nebo bys tady něco chtěl změnit?

Měly by tu bejt širší dveře, ty záchody nebo ty koupelny.. No řekni mi, tady na tom oddělení, kdo může na ten záchod... Kdo tam vleze do té vany? A když tam vleze, tak už se nedostane zpátky... Tady je to nedořešený, ale s tím nic nenadělám... Na to nejsou v dnešní době peníze. Ale ne... Já sám za sebe jsem tady spokojenej. Některý ty báby ne... Ty byly nespokojený furt. Když mi třeba něco nechutná, tak si zajedu do kantýny a je to... Nebo tak. Doma mi kolikrát taky něco nechutnalo..

Dělá ti problém například střídání personálu?

Těch sester, střídá se tady toho dost, poslední dobou. Zvlášť teď kon poslední dobou se tady toho vystřídalo...

Myslíš, že to dřív bylo lepší?

Přeci jenom... Nevím proč...

Co rád děláš ve volném čase?

Pasivně sport, fotbal a hokej. Díval jsem se na olympiádu... Nebo MS v hokeji... Jezdíme ven, do Globusu, do hospody.

Povíš mi ještě něco o akcích, kterých se účastníš mimo zařízení?

Jezdim od červeného kříže, akce jsou čtyřikrát do roka. Ples, dva zájezdy a předvánoční posezení. To předvánoční posezení bylo na výstavišti, ale tam je to drahý, tak jsme šli do jedné školy.

Setkáváš se tam se známými a s přáteli?

Jo, a proto se na to taky dost těším, že se tam setkám s těma lidma.. Jinak se nevidíme, než na těch akcích. Dřív, když jsme byli v tom svazu mládeže, měli jsme svaz postižený mládeže, tak to jsme se viděli často, na těch schůzích a konferencích...

Takže se setkáváš s lidmi, které znáš ze svazu mládeže. Bydlí také v nějakých podobných zařízeních jako ty?

Ne, většinou jsou doma. V domově jsem jenom já.

A V. (kamarádka). Ta jezdí s tebou?

Jo, ale až poslední dobou, ta taky dřív nejezdila.

Máš tam nějaké dobré přátele?

No, spíš známé, ale kamarády taky. Jak říkám, kamarády, rodinu mám tady.

Alespoň přijdeš zase do jiného prostředí...

Co tady... Tady je to pořád to samý... Občas jedem navštívit kantýnu...

Jak se ti tu líbí okolí?

Dobře, že tady udělali ten Globus, aspoň má člověk kam jezdit. A pak jsou pěkný procházky kolem těch rybníků, ne... Já jezdím pravidelně na vycházky, do hospody... Když je hezky... Akorát by tu mohl bejt nějaký lesopark. Tady je jenom takovej parčík. A k těm rybníkům je docela špatná cesta.

Jaké jsou podle tebe vztahy mezi ostatními uživateli?

Chceš to říct na rovinu?

Ano.

No dobrý tady nejsou. Jsou spíš špatný... S personálem ne. Ale s těma lidma... Co můžeš dělat s těma vozičkářema? Nic. Ty táboráky se dělají. To je většinou vevnitř, protože prší... Myslím si, že nejhorší jsou ty pomluvy mezi obyvateli, lidi jsou nad hrobem a jsou na sebe zlí... Já myslím, že žádný tady z těch lidí, co jsme, si nemůže na nic stěžovat... Kdybych měl mluvit sám za sebe, tak já jsem spokojenej skoro se vším.

Participanti č. 2

Paní H. šla připravit občerstvení...

Pan H.: *Paměť a počítač, to je manželka, pokud by šlo o nějaká data apod., tak to má manželka opravdu v malíku...*

S manželkou jste sem přišli před dvaceti lety, je to tak?

Pan H.: *No asi tak... Manželka ví přesně který rok, ale já už si to nepamatuju.*

Z jakého důvodu jste se sem přestěhovali?

Pan H.: *No, důvod... Manželka už prostě předpokládala, jak to s naším věkem bude vypadat a tady byla jedna naše známá, která nám doporučila, abychom se sem také přestěhovali. Měli jsme ve městě docela velký byt. Manželka měla rozumný nápad a podali jsme si žádost. Prohlídli jsme si prakticky všechny rezidenční zařízení v okolí a tohle se nám zdálo jako nejlepší. A byla tady naše známá, která byla zaměstnána s manželkou, tak i to hrálo určitou roli. Byli jsme se tady podívat a zdálo se nám to tu pěkné. Tenhle barák byl stavěný pro zaměstnance atomové elektrárny, i proto je to celkem pěkné zařízení. Byt, ve kterém teď bydlíme má dva pokoje a bohatě nám to stačí. Už nám zemřelo hodně přátel, takže večírky apod. dělat nemůžeme, jako jsme měli tam ty návštěvy. Po těch dvaceti letech, jsme spokojený.*

Vy jste předtím bydleli v centru a pak jste se najednou přestěhovali sem, na okraj města. Byla to pro vás velká změna?

Pan H.: *Předtím jsme bydleli také v panelovém domě. Nelituji toho, že jsme teď tady.*

Přichází rehabilitační sestra a odvádí pana H. na RHB. V rozhovoru pokračujeme s paní H.

My jsme teď s vaším manželem probírali to, jak jste sem před dvaceti lety nastupovali, váš manžel říkal, že jste si vybírali z několika domovů a tenhle byl jeden z nejlepších...

Paní H.: *No, my jsme měli pěkný byt, všechno, jenomže syn nám zemřel, to jsem vám taky říkala no a nikoho nemáme, já nemám sourozence. Muž sice měl sourozence, ale ty taky umřeli. Dcera jeho sestry je vdaná v Americe a syn druhé sestry zemřel. No, takže taky defakto nikoho nemá... Ale nebyli jsme staří, mně bylo šestašedesát tenkrát. Ale říkala jsem si, že musíme myslet na stáří, co bude.. Čtyřpokojovej byt, sami dva tam. No, síly ubejvají... Tak jsem podala žádost.. Muž se tenkrát strašně zlobil. Naše známá, která už tady tenkrát bydlela, mu to pořád líčila v růžových barvách, jak je to tu pěkný a všechno. Ale on sem nechtěl, také proto, že jsme tenkrát měli pěkný byt. Tenkrát jsme se pohádali, no, pohašteřili... Známa mi doporučila, abych si sem zatím alespoň podala žádost a pak by se vidělo.*

Přichází sestřička s léky...

Po krátké pauze pokračujeme...

Paní H.: *Tak jsem si podala žádost, muž to nevěděl. Jenže pak došlo na to, že nás sem (kamarádka) pozvala, on to tu viděl a líbilo se mu tady, tak jsem to začla urgovat... Nějaká pani to dělala, na sociálním odboru... Žádost jsme tu měli asi pět let, byli jsme na prvním místě. A ona za námi přišla, že se uvolnila místo na Rudolfově v tom pečovateláku, i když já jsem chtěla buď jen na Hvízdal nebo na Starý město. Přemluvila nás, abychom se tam šli podívat. Smrděla tam siláž, bylo to na samotě... Tenkrát tam byl správce, který nás tam prováděl, byly tam dvě malinké místnůstky, malinká předsíňka, nikde nic... Nelíbilo se mi tam a říkala jsem si, vždyť mě nikdo nevyhání, byt je náš, já sem nepůjdu, muž taky nechtěl. Pak za námi přišla, abychom se šli podívat do Voříškárny. Tam jsem poznala jednu pani, která u ná uklízela v domě kultury, ta se ke mně hned hlásila... No, ale nelíbilo se mi tam taky samozřejmě. A pak se uvolnilo místo tady. Bydleli tu manželé a on zemřel, pani se*

musela odstěhovat. A protože jsme byli na prvním místě, tak takhle jsme se sem dostali... Po pěti letech.

To je dost dlouhá čekací doba...

To jo. Muž se tomu nebránil a teď jsme tu celkem spokojený oba. Na každém patře je jeden byt určený pro manžele, který má dva pokoje.

Dříve bylo zařízení rozděleno na penzion a na domov důchodců. Jak se to zde od té doby, kdy se tyto části spojily na domov pro seniory, změnilo?

Bylo to tu úplně jiný, protože tady byl penzion, byli tu samí chodící lidi a schopný a ještě si všichni vařili a tak... Tenkrát jsem vyšla na chodbu, už tam někdo byl, hodila se řeč, prostě takový družný to bylo... no a postupně to ubejvalo a teď, co je z toho důchodák, dávají sem ležáky z LDN a tak. Už sem nedávají schopný, zdravý lidi jako tu byli tenkrát... My byli schopný se sami postarat o všechno a takový byli i ostatní na penzionu. Byli jsme tu všichni tak jako normálně třeba v paneláku... Víte, já bych ráda chodila třeba na nějaký akce, ale muž nemůže, ne, ten by tam nevydržel... Já ho tu nerada nechávám samotnýho, on padá. On je takhle dobrej, ale padá dozadu, proto se pořád musí držet chodítka.. Já mu pořád říkám, aby si vzal voziček, protože on najednou padne. Párkrát padnul, naštěstí se mu nic nestalo a teď se bojím ho tu nechat samotnýho. A samotnou by mě to tam ani nebavilo. Třeba jak minule hrála Samsonka nebo co to bylo, mě by to tam ani nebavilo, já nevím. Přemýšlela bych, jestli se mu něco nestalo.

Přichází manžel s RHB sestrou.

Kdy se tady změnil penzion na součást domova?

Paní H.: *Asi před čtyřmi roky.*

Pan H.: *Já jsem jí řek, že tohle je jeden z nejlepších domovů důchodců nebo to byl dřív penzion, protože byl stavěný pro zaměstnance atomový elektrárny a tady bylo přímé autobusové spojení z ČB do Týna a Temelína.*

V době, kdy jste se nastěhovali, v okolí nebylo žádné nákupní centrum ani tolik dalších budov...

Paní H.: *Ne to bylo až od roku 2003. A my jsme sem přišli v roce 1994. Nakupovat jsme chodili do Sparu s taštičkama pěkně a nákupy jsme vozili.*

Pan H.: *Spar nebo Terno.*

Jezdili jste hromadnou dopravou- autobusem?

Paní H.: *Jo, třeba dvakrát, třikrát týdně. Když by bylo zle, tak tady na Vltavě byla také jednota. Taky do Kauflandu jsme chodili... Co nás napadlo, tak tam jsme jeli. To jsme ještě mohli, dneska už by to bylo horší, to jsme mohli chodit, byli jsme mladý.*

Dnes už vám někdo nakupuje?

Paní H.: *Mám kamarádku, to je anděl, ona mi teď nakupuje.*

Jak jste si tu zvykali?

Paní H.: *Okamžitě.*

Líbilo se vám tady...

Paní H.: *Jo a dodnes můžu říct, a zvlášť když manžel ulehl, co já bych tam s ním sama v bytě dělala. Nikoho jsem tam neměla, sousedy nemůžu otravovat.*

Pan H.: *Já říkám, že jsme tady jako na veliké chatě... Tohle je veliká chata, máme tady zeleň kousek hned vedle chaty.*

Paní H.: *A bez nadsázky, já jsem tady šťastná. Já jsem sem chtěla, sen se mi splnil... A mám jistotu, že kdybych potřebovala pomoci nebo kdybych opravdu nemohla, jako když nemohl manžel... Kdybychom byli doma sami, tak bych péči o něj sama nezvládala.*

Takže jste ráda, že jste se rozhodli sem přestěhovat...

Paní H.: *Šťastná. Já jsem tu moc ráda. A nepochopím, že si tu někteří nezvyknou. Já si říkám, musím brát tu situaci jaká je, jsem stará, nemůžu, tak jsem ráda, že jsem tady. Jsme tu spokojení, můžete tam klidně napsat, že stoprocentně. Ještě jsem za 20 let nezalitovala, naopak čím jsme starší, tím jsem radši, že tu jsme, protože mám takovou jistotu, kdybych ulehla, že mi někdo dá jíst, že mě přebalí.. Že budu v suchu,*

víte, takovou jistotu... Kdybych zůstala sama v bytě tak co. Oni jsou dneska takový služby, charity a různý, jenomže... Moje švagrová nechtěla z bytu, byla taky moc špatná, charita tam přišla ráno, v poledne, večer, dala jí sídani, oběd, večeři a šmítec. Byla celej den sama. Dcera, která byla dobře situovaná, jí najala soukromou pečovatelku, která přišla v 1 hodinu, ale v 6 večer šla domu a celou noc tam byla sama. Pak se třeba stalo, že jednou spadla z postele a celou noc ležela na zemi.

Pan H.: Já jsem si před šedesáti lety na lyžích udělal úraz v Tatrách na zájezdu s fakultou, udělal jsem si na noze mohutný výron a z toho jsem měl ty trable s varixama... Děvčata mi zavolaly sanitku. Jednou se mi zase spustila krev z nosu, seděl jsem celou noc v křesle a děvčata mě chodily hlídat, jestli jsem v pořádku- tady je ta pomoc okamžitě, to je výhoda.

A vy jste tady také spokojený?

Pan H.: Jo. Lituju, že jsme tu nebyli ještě dřív.

Paní H.: Tenhle ústav byl otevřený tak dva roky předtím, než jsme sem přišli. My tu teď budeme dvacet let... Hrozně to uteklo. Vůbec bych nevěřila, že to může bejt dvacet let... Čím je člověk starší, tím to víc utíká... Do dvaceti let se to tak všechno vleklo, člověk měl plno zážitků. Potom ještě do tý třicítky taky. No a pak už to šlo rychlejc.

Jaké máte vztahy s personálem?

Pan H.: Já nechci, aby ten kontakt byl úřední... Snažim se říct třeba nějakou hloupost, ale aby mezi námi byl nějaký kontakt.

Paní H.: Jo, moc. To vám nechci lichotit, ale já s nikym nemam problém...

Pan H.: Já vás pokládám jako členy rodiny, i jak jsem učil na fakultě, tak jsem měl na starost skupinu studentů a studentek, vy byste se mezi ně zařadila... Vy jste tady mladý všechny... Také jsem jim říkal křestním jménem... V té době, kdy jsem učil, byl komunismus, od roku 1966 do roku 1980.

Paní H.: Tak jsi do šedesáti dělal. Vy budete dělat do sedmdesáti. Člověk o tom dřív neuvažoval.

Pan H.: *Ne, mě to nenapadlo...*

Paní H.: *Je to relativní... Když jsem přišla za maminku do domova důchodců a to už mi bylo šedesát, tak každý říkal, vy jste taková mladinká ☺*

Už jste mi vyprávěli o tom, že tady máte nebo jste měli známé z minulosti. S jednou paní se například znáte už ze školy. S další vaší kamarádkou, která bohužel nedávno zemřela, jste se také znali už před vstupem do domova?

Paní H.: *Ne, s tou jsme se skamarádili až tady. Byla s ní legrace, byla fajn, já jí měla ráda, no, škoda...*

Pan H.: *Byla s ní legrace, tak jsme se vždycky pošťuchovali, nic vážného... Škoda jí...*

Paní H.: *Ta byla z nás nejčilejší...*

Pan H.: *Já jsem si taky užil pádů... To jsem ale nedělal já, ale jak říkám, byl jsem paden. Děvčata mi hned zavolaly sanitku a naštěstí to dopadlo dobře.*

Paní H.: *To je asi osud.*

Pan H.: *To byly nějaké síly.*

Hlavně, že se vám nic nestalo. Kdy to bylo?

Pan H.: *Asi půl roku zpět.*

Účastníte se nějakých volnočasových aktivit v rámci domova?

Paní H.: *Ted' už ne, dřív ano.*

Jak je to dlouho?

Paní H.: *Tak půl roku. Předtím měl ještě manžel úraz. Všichni říkali, že už nevstane, ani nechtěl jíst.*

Pan H.: *Pro mně se svět smrsknul na velikost tý postele... Pak jsem si řekl, přece tady nenechám takovou kočku (manželku) napospas, tak jsem se vzmužil a snažil jsem se.*

Paní H.: *Pak zase upadl, tak polehával, ted' už je z toho venku.*

Pan H.: *Já jsem, kromě jiného, dělal taky učitele litání... Jedna sestřička mi říká parašutista, protože padám.*

Paní H.: *Máme tady vzdálenou příbuznou na jiném patře, dříve jsme tam chodili. Ted' nejdu ani za ní, nechci ho tady nechat samotného. Když jsme ještě byli fit, tak nám tam vždycky držela místo, tak jsme chodili dost na všechno, ale od toho času, co ulehl...*

Pan H.: *Já jsem to pak musel omezovat, když tu byly ty hudební tělesa, třeba o masopustu.*

Paní H.: *Ono to řve.*

Pan H.: *Před lety mi začal tinitus a je to nepříjemný. Když jsme tam chodili, vzal jsem si špunty do uší, ale i přes ty špunty to bylo slyšet. V té hale hrajou moc hlasitě, tam by to snad stačilo bez těch reproduktorů. Pro mě je tam hrozný zvuk... To se nedá odstranit. Ale počítám, že lékařská věda a inženýři dají dohromady nějaký aparát.*

Paní H.: *To už bude pro další generace... Dřív jsme chodili na akce, ale ted' už nemůžeme, nevydržel by ani sedět, ani stát a já se nechci vzdát, protože se bojím, že padne. Ted' už nám ani sociální pracovnice neříká, protože ví, že bychom nešli.*

A co volnočasové aktivity v DpS?

Paní H.: *Já na ty ruční práce moc nejsem. I když jsem šila.*

Pan H.: *A pěkně!*

Paní H.: *Ale nejsem šikovná na nějaký to háčkování a tak. Umím to, ale nebaví mě to. Do dílny jsem nechodila nikdy.*

Pan H. mi doporučuje, abych si dělala poznámky. Znovu vysvětluji, že mám diktafon v telefonu a jak funguje.

Myslíte si, že se skupiny utváří hlavně v rámci oddělení?

Paní H.: *Ano. Než zůstal ležet, tak jsme všude chodili. Na jednom oddělení jsme se dlouhou dobu scházeli. Od té doby, co měl manžel úraz ale nemám náladu a i se bojím, že zase spadne. Ale jsou na tom lidi hůř, třeba i ty mladší. Není to tak dlouho, co jsme běhávali, ale dneska už ne... Já jsem tak ráda běhala a chodila...*

Pan H.: *Já říkám, ten podvozek, jako u letadla, už bych potřeboval vyměnit.*

Paní H.: *Já taky.*

Kontakt s okolím omezili kvůli nemoci (úrazu) manžela.

Rozhovor se opět stáčí ke kulturním akcím v zařízení.

Paní H.: *Baudyš tu byl, tak na všechno jsme chodili.*

Pan H.: *Saskia Burešová tu byla, jestli znáte z televize.*

Ano, znám...

Paní H.: *Se Simonovou tu byla.*

Pan H.: *Zpěvačkou.*

Paní H.: *Byli tu akce veliký, tak jsme se všeho zúčastňovali, byli jsme mladší a ještě čilý, ale co je takhle nemocnej...*

Pan H.: *Jsmo spolu přes 60 let, tak to ještě do tý stovky dotáhnem.*

Paní H.: *Bude nám smutno, až jeden odejde, to je jasný... Nebudeme předbíhat, ať to dopadne, jak to dopadne, to se nedá nic dělat. Takovej je život...*

Participant č. 3

Zajímalo by mně, jak jste v DpS dlouho a jak jste se sem dostala...

Já jsem tady deset let... Já nevím... před patnácti, před sedmnácti lety mi našli nádor na mozku prostě, takže to mě psychicky trochu usadilo nějak, jo a chtěla jsem... operace teda se zdařila... a chtěla jsem mít nějaký zázemí tady, abych eventuelně, kdyby se mi něco zase takhle objevilo, abych za jedno nebyla dětem na obtíž, který tady obě mám, tedy, dcery, za druhý abych tady měla pomoc. Tak proto jsem sem šla.

A že to tady byl penzion, což mi vyhovovalo, jo a že se to jako přehodilo na nějakéj domov, tak to už je mi jedno, prostě jsem tady z důvodu, že jsem nebyla zdravá no a tak jsem tady skončila.

Jak velké jsou změny od doby změny penzionu na DpS?

Já chápu, že populace stárně, míst je nedostatek a že se to tak bude vyvíjet dál, to je přirozený. Tady jsou jiná penzionská zařízení, takže lidi můžou jít tam, pokud chtějí na penzion.

Z jakého důvodu jste zvolila jednolůžkový pokoj?

Byla to pro mě jasná volba. V žádném případě bych tu nechtěla být s někým. Někomu to třeba nevadí, vyhledává společnost, ale já ne. Na stará kolena, kdy mám nějaké zvyky atd.

Máte tady nějaké přátele nebo známé z minulosti?

Ne, spíš známé. Bydlí tu jedna paní se kterou jsem pracovala, ale to už je dávno. Ale jinak se s nikým nestýkám, nevyhledávám společnost. Nemám tu potřebu.

A stýkáte se s někým mimo domov?

Mám dvě dcery, tak s těma se stýkám, vycházím s nima dobře. A s vnuky (ukázka fotografií)

Máte tu také nějaká zvířátka, je to tak?

Měla jsem tu dva pejsky (ukazuje mi fotografii). To se mi tady právě líbilo, že tady mohli být psi. To mi vyhovovalo, chodili jsme na procházky do lesa a tak.

Ted' už tady nemůžou být?

Ted' už ne. Nejdříve, když tu někdo měl psi, tak je mohl mít, na dožití, ale ti, co se přistěhovali později, tak už ne.

Dole bývá v létě také králík...

To je králík paní domovnice. Ale máme tu kočičku, tu jsem našla a domovnice jí má doma. Tak tam za ní chodím.

Jak jste si tu zvykala?

Já jsem bydlela v garsonce ve městě, jen o kousek dál, takže to bylo totéž.

Co okolí? Líbí se vám tady?

Tak jsou tu obchody, ale já nejsem moc nakupovací typ. Ale jinak mi tady to okolí vyloženě vyhovuje, že vyjdu tady z baráku a mam tu svatej klid a jdu si tam do přírody. Ale za chvíli bude po klidu, protože tady z toho udělali parcely.

Účastníte se nějakých akcí pořádaných DpS?

Nezúčastňuju se vůbec ničeho. Na těch kulturních akcích je moc lidí a je to hlučný. Mezi lidmi mě to moc neláká. Já jdu v 5 hodin ráno ven, kdy vim, že nikoho nepotkám a potom chodim ven po večeri, když vim, že všichni už jsou doma, abych ty lidi prostě nepotkala.. No.. tak, každej jsme nějakej, no, mě vadí prostě ty lidi.

To znamená, že nevyžíváte ani nabídku aktivizačních činností v DpS?

Jsem ještě mladá relativně a samostatná, organizuju si čas tak, jak potřebuju. Alespoň vidíte, že jsme různí.

Co ještě děláte ve svém volném čase?

Já jsem spíš sportovně založená. Já jsem se třeba chodívala dívat na hokej. Televizi nesleduju vůbec, jen poslouchám hudební stanici a sport. Teď už jsem jen fanda, vše pasivně.

Jaké máte vztahy s personálem?

Já myslím, že dobré, nejsem konfliktní typ. To musíte sama posoudit. Nemám žádný problém. Tim, že jsem zalezlá, že jsem takovej samotář, tak ty problémy nevyhledávám a nemám je.

Takže jste tu s nikým neměla žádný konflikt?

Mám dojem, že ne.

Máte pocit, že by se tady vytvářely nějaké skupiny?

Spíš nemám ten pocit, já to nesleduju vlastně, takže... Ti ležící nemůžou mít žádnou aktivitu, jenom, když je třeba potom pěkně, že je vyvezou ven na sluníčko... Já si myslím, že u lidí ty aktivity odpadají, takový to srocování, že už mají radši svůj klid. Myslím si, že by tu mělo být víc zdravotních sester a rehabilitačních sester. Aby se těm lidem mohly víc věnovat, vyvézt je třeba ven a tak. Na tolik starých lidí by to chtělo více personálu.

Participant č. 4

Jak jste v DpS dlouho?

V dubnu to bude rok.

Odkud jste sem přišla?

Z domova.

A z jakého důvodu?

Ale... že nemůžu chodit...

Chtěla jste jednolůžkový nebo dvoulůžkový pokoj?

Ze začátku jsem chtěla jednolůžkovej, oni řekli, že není, ze začátku to bylo dobře, ale pak už ne.

Nedávno, po několika měsících, se uvolnil jednolůžkový pokoj a vy jste se přestěhovala, jste tu spokojená?

Úplně!

Setkala jste se tady s nějakými známými z minulosti?

Jo, jo. Je tady jedna pani, se kterou jsme chodily na zábavy, ona si mně tady našla. Tak ta za mnou občas zajde.

Našla jste si tady nějaké nové přátele?

Mám tady spíš známé.

Navštěvujete nějaké volnočasové aktivity v rámci DpS?

Na dílny nechodím, i když mi sociální pracovníce chodí říkat. Mně stresují ty lidi, co tam jsou, třeba i horší... No, na ty sportovní hry... mě nedělá dobře, když vidím lidi, kteří jsou na tom hůř než já.

Pozn.: Paní R. se v současné době pravidelně účastní různých aktivizačních činností v DpS.

A kulturní akce?

Jo, když je něco zajímavého, tak jdu.

Jaké máte vztahy s pracovníky domova?

Dobrý, to víte, ne?! Spokojená jsem.

Jezdíte také někam mimo zařízení, např. za rodinou?

Ne.

Jezdí oni sem?

Ano. S rodinou mám dobré vztahy.

Jak jste si tu zvykala?

Těžko (tiše, smutně)... (pláč)... Já jsem citlivá taková... To nic...

Já vím, že není lehké o tom mluvit...

To víte.. Domov je domov a tady si připadám jako na... konci života... dál už to nebude... já jsem na nervy s tou nemocí a co jsem všechno prodělala... nic... dobrý...

Participant č. 5

Jak jste tady dlouho?

Tak od konce roku. Tak ten čtvrt rok.

Kde jste byla předtím?

Předtím jsem byla doma sama.

Z jakého důvodu jste sem odešla?

Když zemřel manžel, tak dcera už nechtěla, abych byla doma sama, jo a... pak zemřela ona a už bylo nesnesitelný, abych byla doma sama, tak rozhodla rodina takhle no...

Vy máte docela širokou rodinu...

To mam... To mam, i dvě pravnoučata, zlobí tady, lítaj po chodbě.

Jezdíte za nimi také na návštěvy?

Já jsem za nima ještě nebyla, protože to počasí to nedovolilo. Ale když bylo hezky, tak přijela vnučka s mužem a vzali mě ven. Tak jsme hodinu támhle seděli na lavičce, bylo to fajn. Dokonce si mě chtěli vzít na sobotu a neděli domu, až bude hezky. Bydlí kousek tady... My jsme měli chatu na Lipně, to jsme dali synovi, tak tam jezdí syn, ale když bych tam chtěla, tak mě veme taky... no a tady je to blíž... potom jsou tam děti s kterejma můžu komunikovat, včera tu byl vnuk... pravnuk teda... ten chodí každou neděli, protože jinak on pořád někde jezdí... je to hodnej kluk... Mně slíbila vnučka, že až bude hezky, tak oni mají velkou vilu a zahradu, tak že mě vždycky v pátek vemou domu a v neděli večer mě přivezou sem... Že tam budu jezdit na víkendy, je to tady kousek.

Pozn.: Paní B. jezdí nyní na víkendy domů k příbuzným, vždy se velmi těší na rodinu, zároveň se ale těší i zpět do domova, kde si již zvykla a má zde, jak sama říká, kamarádky (sestřičky).

Jak Vám vyhovuje soužití se spolubydlící na dvoulůžkovém pokoji?

Já se snažím si odmyslet to, co se mi nelíbí a... beru to prostě tak, jak to je. Nedá se nic dělat. Ale chtěla bych bejt sama.

Účastníte se nějakých volnočasových aktivit v domově?

Ne, protože... mě to ani nebaví.

A kulturní akce?

Dole jsem byla dvakrát a líbilo se mi to dost, ale není kdo by mě tam dovez a momentálně ta sestra žádná nemá volno na to.

My vás tam dovezeme.

Tak dobře, já to zkusím. Mám ráda společnost i tyhle společenské akce.

Potkala jste tu někoho známého z dřívějšíka?

Mám tu dvě ženský z baráku, z paneláku.

Setkáváte se s nimi pravidelně?

Pani přišli za mnou na pokoj mě jako navštívit a ohlásit se, že jsme tady všechny tři, jo, tak kdybych šla dolu, tak určitě se s nimi setkám dole.

A našla jste si tu nějaké nové přátele?

Jenom s těma, co už jsem znala. S paní na pokoji moc navázat styk nemůžu, protože ona je napůl hluchá... a vykřikovat tam po pokoji se mi nechce a když se jí na něco zeptám tak ona ani nevnímá, ona je na tom dost špatně.

Co děláte ve volném čase?

Chodím každý dopoledne v chodítku asi půl hodiny. Já si i sama cvičím na posteli, protože... jsem byla sokolka, tak mi to zůstalo, já mám ten pohyb pořád ještě vžitéj v sobě (názorně zacvičí rukama)... Ale teď nemůžu chodit sama, šla jsem na záchod a pak jsem šla do koupelny a pak jsem sebou žuchla.

Ale nic se vám nestalo...

Né, nic, ale to byl povyk, jak když jsem se zabila nebo co. Tři sestry tam u mě byly, táhly mě nahoru, já jsem seděla na zemi a měla jsem takhle nohy přes sebe no a od té doby mi sestry zakázaly, že nesmím sama nikam chodit, ani na záchod, musím si vždycky zazvonit. Jinak ven jezdím ve vozíku.

Jak jste si v domově zvykala?

Zvykla jsem si dost. To říkala dcera, dokud byla živa, ona mně teď umřela, tak ta říkala, naše máma ta si zvykne všude, kdyby to bylo na věži bydlet. Předtím jsem bydlela na jednom sídlišti 30 let, tak mi to nevádí. A předtím taky ve městě. Tam jsem vychovávali děti, potom se holka vdala a my jsme měli krásnej byt 3+1, oni chtěli být sami, tak jsme to s nima vyměnili, dali jsme jim tenhle velkej a šli jsme bydlet do toho 1+1. Život utek jak voda. Čím dál rychlejc ten život utíká. Ale já jsem se životem spokojená, s tím co mám, lidi mam ráda, tady mam ráda lidi, určitý víc, určitý míň, ale snažim se nebejt protivná, aby mě neměli jako za nějakýho fracka protivnýho, babu starou, no tak, takhle, no...

I na sestřičky jste si zvykla?

Sestřičky mám ráda, až na některou, ale... během doby už se to mění a zvykám si na ně. Časem už je to lepší.

Participant č. 6

Jak dlouho jste v DpS?

Jsem tu 10 let.

Jaký byl důvod vašeho odchodu z domova do tohoto zařízení?

Já jsem měl jsem třípokojový byt ve městě, tam jsem vychoval ty děti a... tam jsem byl skoro 35 let. V Budějčích jsem od roku 1939, to mi bylo 10 let. Tam byla velká zahrada, já jsem se tam nastěhoval jako mladej, s manželkou, potom se nám narodil syn. Já jsem tu zahradu prakticky zvelebil, když to dali bytovému podniku. Po revoluci to dostal zpátky majitel a závěr byl ten, že chtěl abychom si ten byt koupili, já jsem na to peníze neměl a syn taky ne. Tak jsme šli na radnici, já jsem měl už 2 žádosti na sociálním odboru na domov důchodců. Poprvé ještě, když manželka zemřela v roce 1989. No a za tři roky mi zemřela přítelkyně, tak to jsme měli spolu zamluvený tady na Hvízdalu, ona byla z Lišova. Já jsem měl ještě na Staroměstský žádost. Když jsem šel na radnici, že situace je taková, tak zjistili, že mám ty 2 žádosti už asi 3 nebo 4 roky. Během 14 dnů jsem dostal byt.

Žádal jste o jednolůžkový pokoj?

Já jsem chtěl hned jednolůžkovej, i když mně to nevadí, protože když jezdím do lázní nebo se Sokolem, tak spíme v tělocvičně na zemi ve spacáku. Teď jsem byl v Písku dělat rozhodčího gymnastiky, závodili tam taky 2 kluci ze Čtyráku, byli první a druzí ve svých kategoriích, no a teď pojedem do Brna na mladší žactvo, potom do Prahy, tam budeme spát v Sport hotelu.

Jak trávíte svůj volný čas?

Dělám rozhodčího a cvičitele, dvakrát týdně v tělocvičně vedu žáky a dorostence. V 39. roce jsem zažil příjezd Němců, to bylo drsný pro desetiletýho kluka a pak jsme se přestěhovali sem, protože otec si zažádal do státní služby. Potom vedu takovej gymnastickej kroužek... Tam jsou děvčata, jako jste vy... Začínaly z nuly, že se neudržely na špagátě a dneska vyšplhají i 4 m. Když budou na sobě makat, to neznamená jenom přijít do tělocvičny a tam si zacvičit, to musí taky doma. Předtím jsem taky hrával volejbal, teď už nehraju, ale chodíval jsem pískat volejbal jako rozhodčí. V létě, když je hezky, tak chodím pískat na trénink... Mám toho dost...

Využíváte nabídku aktivizačních činností v DpS?

Je tady keramika, šití na stroji- to jsem taky šil na stroji ☺ Tyhle malý pohárky (na skříni) jsem získal za sportovní činnost, byli jsme na Staroměstské, tam jsem dostal první místo v ruské kuželně no a pak jsme byli v Táboře v tom domově důchodců, tam jsem byl už asi třikrát a teď naposledy jsme byli v Kaplici s našima výrobkama a tam jsme odvezli, s paní B., to je ta vedoucí, v r. 2008 jsem udělal velké vejce z filcu, nacpali jsme to molitanem a okolo jsem na to nalepil kohouta, zajíce a s tím jsme jeli na tu soutěž a to jsem ještě udělal keramický vejce. Já to беру tak, že jako konstruktér jsem dělal skoro 35 let a tam jsem musel kreslit od ruky všelijaký výkresy no a tím pádem mám pevnou ruku. V tej Kaplici proběhla olympiáda se zapálením olympijského ohně, nesli jsme olympijskou vlajku, no a tam jsme byli první celý naše družstvo... Také jsem dělal nedávno rozhovor do jednoho místního deníku.

Našel jste si zde nové přátele?

Byli tady přátelé ze zaměstnání, 3 pánové, ty už jsou bohužel po smrti. Je tady přítel mojí kamarádky ze Sokola, která má ještě svůj byt.

Máte pocit, že aktivizační činnosti v DpS přispívají k rozvoji mezilidských vztahů mezi obyvateli?

Nejlepší je to v té dílně, kde děláme a bavíme se při tom, tam se udělá kafíčko a při tom uděláme plno práce, páč tam je práce dost (ruční práce). Šil jsem taštičky na přibory, ženský tam naštrikujou polštáře...

Je tam kromě vás ještě nějaký muž?

Je tam 22 ženskejch a já sám ☺ Ne, chodí ještě jeden pán... Pak tady pouštím muziku, jestli to nevíte... V úterý budu mít v 10 hodin ve třetím poschodí v tý kulturní místnosti vážnou muziku a ve čtvrtek populární muziku, zábavnou muziku na hale. Tady byl pán M., který tu dělal muzikoterapii s jednou sestrou, tak jsem mu nabídl, že jsem si nastřádal dost takovejch kompakťů, populární muziku, country, vážnou muziku, Beethovena, Mozarta, tak jsme se domluvili a začali jsme to dělat. A teď na tu vážnou mi chodí třeba 10 lidí, tam zůstane, přede mnou tam jsou pohovory s terapeutem panem F. a odpoledne mi tam potom přijde až 40 lidí. Mají zájem.

Jak to probíhá?

Řeknu, co to je za skladbu a kdo to zpívá, to mám připravený v sešitě (ukázka sešitu Hudební produkce). Jednou měsíčně vážnou a jednou populární, 2 hodiny měsíčně... Teď už toho moc nedělám, staral jsem se tu o kytky, že jsem stříhal ty růže tady, ale teď už nemůžu, mohl bych, ale musel bych si vzít židli a sednout a ostříhat a zase popojct... protože když je ten balanc takovej, musím být rozumnej... Na kole dávám pozor... Tady jel klučík na koloběžce a málem mně vjel pod kolo, tak jsem na něj houknul no a pak jsme se setkali na lávce a on zase tam přešel prostě mezi lidma, to je právě to, co dělaj ty lidi, který jsou bezohledný vůči ostatním.

Jak často jezdíte na kole?

Denně najezdim tak 20 km, když jedu někam dál, po městě... Když potřebuju tak po obědě sednu na kolo a jedu na hřbitov nebo navštívit vnučku, teď má malou... Někdy

mě pozvou na oběd nebo syn... Jezdím taky do Prahy za dcerou... Mám 3 děti, všechny navštěvuji, syn a dcera bydlí tady a jedna dcera v Praze. Tam mám vnučku té už je 22. Mám 3 vnučky a vnuka. Vnukovi je 25, toho má mladší dcera a vnučku má dcera v Praze. A syn má 2 dcery.

Takže s rodinou máte bezproblémové vztahy...

S rodinou udržujeme dobré vztahy, nehádáme se. Navštěvuji mě i tady, voláme si každé den, jak mi je a tak... Silvestr jsem strávil u rodiny, jeden rok jsem tady, druhý rok v Praze. Zeťák zdědil chalupu, tu jsme zkulturnili, tam jsem pomáhal... Manželka mi zemřela, pak jsem měl přítelkyni, která dělala cvičitelku v Sokole, já jsem dělal předsedu jednoty Sokol Budějovice za totality, i když Sokol neměl být, tak my jsme fungovali, protože jsme byli dobrá jednotka... Když manželka zemřela, tak jsme se domluvili, že bysme mohli chodit na výlety, tak jsem jezdil do Lišova a dcera byla tady v ČB tady v tom bytě, ta starší se vdala do Brna a potom do Prahy se přestěhovala. Když potom zemřela moje paní, tak jsem zůstal sám.

Utváří se zde podle vás nějaké skupiny?

Já takhle mezi lidmi moc nechodím, protože furt někde jsem, akorát do té dílny ráno a odpoledne si tady třeba připravuju na večer nějakou práci nebo svoje věci, ale takhle na ty společný věci... jediné když je tady nějaká akce na hale... Na zábavy taky chodím, chodil jsem i tancovat, když mě někdo drží, tak si ještě i zatancuju ☺

Jak podle vás pracovníci přispívají k tomu, aby se obyvatelé zapojili do života v DpS?

Co mám možnost pozorovat, tak se snaží, aby se ten společenský život tady plnil. Aby tady byly kulturní věci, přijdou děti si zazpívat nebo nějaký ty tanečky a pak jsou tady ty zábavy ty masopustní a k tanci. MDŽ se tu oslavoval, to bylo taky posezení. Starají se o to, aby i navenek jsme byli zastoupení na těch soutěžích na sportovních hrách, dílnách...

Líbí se vám okolní prostředí?

Mně se okolí líbí moc. Rybníčky, rackové nám tady křičí...

Ukázka fotografií, které sám nafotil z balkonu (západy slunce)

Jak ještě trávíte svůj volný čas?

Nakupovat si chodím normálně, jen někdy, když zavolá syn, co mi chybí, tak mi něco koupí, ale jinak sám všechno. I si sám vařím, i jsem si pral a žehlil a všechno... Ted' mi perou tady, na prádlo jsem si sám vyšil jmenovky... Jedna paní dělala šatnářku a to jsou všechno programy, kde jsme byli na koncertech Jihočeské filharmonie, chodím pravidelně. Díky tomu, že paní nám zajistila ty sponzorský lístky (ukázka programů a fotografií z mládí)

Jak jste si v DpS zvykal?

Zvykal jsem si tu normálně, já jsem člověk který si zvykne raz dva, co se dá dělat. Tam jsem měl zahradu, kterou jsem zkulturnil, vozil jsem z chalupy hnůj, udělal jsem tam záhony, prořezal stromy, všechno tam fungovalo. Když ten majitel chtěl, abych si ten byt koupil, tak jsem na to neměl a nešlo to. Když to nejde, tak to nejde, nebudu se trápit. Prostě jsem tady, mám tady taky záhonek, jak vidíte, pažitku, saláty... Když vidím tady ty lidi, kteří tu sedí a koukají z okna... říkal jsme tu jedné paní, ať jde s náma do dílny a ona že nechce, tak sedí a kouká... Další pán, ten taky, ráno vstane, jde si pustit televizi a pak jde dolů, jde si něco koupit a pak sedí a čeká v křesle na oběd. To pro mě není. Dneska na kole, zítra do Sokola, v pátek fandit na volejbal do sportovní haly.. O víkendu pojedou na oběd za dcerou nebo za synem, to se domluví.

Cvičíte ještě v Sokole?

Ted už necvičím, ze zdravotních důvodů. Když v padesátých letech rušili Sokol, tak jsme přestoupili s kamarádama do ČSTV, tam jsem dělal cvičitele no a nacvičoval jsem na všechny skladby spartakiádní pro muže. Pak jsem přestoupil zpět do Sokola, dělal jsem župního náčelníka. Nacvičoval jsem všechny skladby na slety pro muže. V r. 1999 jsem byl se Sokolem v Chicagu a v r. 2001 na dvacátém sletu v Detroitu.

Jaký je Váš vztah k počítačům? Víte o možnosti využití PC v DpS?

Vím o tom, byl jsem tam jednou, děcka říkaly, že mi koupí počítač, ale já jsem ho nechtěl, to bych u toho musel sedět, mně stačí televize a sport a takhle normálně práce. Nevyužívám počítač... (ukazuje, jak maluje vejce na Velikonoce)- to mě baví, to je lepší než počítač. Rodině dávám vždycky jedno vajíčko s datumem.

Participant č. 7

Jak dlouho tady bydlíte?

Jsem tu od r. 2001, to tu ještě byl penzion. Když jsem sem přišel tak mi pí. ředitelka říkala, že přivezou z útulku pejska, jestli bych ho vyvenčil, já říkám, já měl v životě jenom želvu, ale zkusím to. No a tak jsem ji měl 10 let pomalu. Byla ústavní, spala dole na recepci. Ti, co přišli, než udělali ten důchodák, tak ještě můžou zvíře mít. Umřela, už je to tři roky, faktem je, že ještě jsem se s tím nesmířil, ona jak byla z útulku, tak to byl mazel, byla kouzelná...

Z jakého důvodu jste sem přišel?

Já měl mozkovku v r. 95, nejdříve jsem tu byl na přechodném pobytu, říkali, že žádost bude trvat třeba 15 let, pak postavili Staroměstskou, tak se to uspíšilo, pak jsem nastoupil, ale nelituju toho. Předtím jsem bydlel v paneláku, já měl dům předtím, ale pak zemřel táta. Já bydlel kousek odtud.

Jak se vám líbí okolní prostředí?

Teď je mi to jedno, protože kvůli kolenu nemůžu, nikam nepřijdu, předtím s tím psem to bylo vynikající, jsem toho prochodil, chodil jsem 6 hodin denně, pořád, bylo to dobrý v tom, že člověk neměl čas přemejšlet, jestli ho bolí noha nebo ne prostě musel... zase je pak člověk z toho smutnej.

Pořídil byste si ještě jiného pejska, kdyby to šlo?

V těch letech už ne, musí člověk taky přemejšlet, že se může něco stát...

Jste od začátku na jednolůžkovém pokoji?

V tom penzionu dřív byly jenom jednolůžkové.

Využíváte nabídku aktivizačních činností nebo kulturních akcí v DpS?

Tak já na to chodím, když jsou třeba ty písničky, zábavy. To je dobrý, vynikající to bylo, když jsem sem přišel, tak jsem 6 týdnů nevylez z baráku, byl jsem špatnej, takže to bylo milý, když byly ty dětičky na tý hale... výběr je tu dobrej... Na dílny nechodím, ani sportovky. Já jsem měl toho psa, to jsem měl zábavy dost, teď jak mě bolí to koleno, tak jsem rád, že dolezu do Globusu.

Máte v DpS nějaké přátele?

Měl jsem tu dvě kamarádky na patře, obě už jsou mrtvý, není to spravedlivé, zemřely brzo... Potom jeden pán z práce, ten už také zemřel, hodně se to tady vystřídalo za těch třináct let. Možná i k lepšímu, co se týče lidí... Ale ty lidi tu jdou, lidi jsou všelijaký, nikde by to nebylo ideální, personál je tu dobrej, třeba ty sociální pracovnice.

Jaké máte vztahy s rodinou?

Jsem sám, ale příbuzný v Hradci občas přijedou, nějakí kamarádi, jezdím za nimi, ale mam rád klid... Kamarád bydlí nedaleko, ale já tam zajdu jednou za půl roku, on jezdí víc za mnou.

Je v DpS něco, co byste chtěl změnit?

Sprchový kouty by byly lepší, než ta vana tady, rád bych si to tady předělal.

Tvoří se tady podle vás nějaké skupiny?

V rámci volnočasových aktivit, ty dílny, sportovní mužstva, jak pozoruju ty fotky ze soutěží... Je tu taky canisterapie, já nechodím, já jsem měl terapii sám.

Jak jste si tady zvykal?

Zvyknul jsem si rychle, jak jsem to tu znal, dali mě na stejný patro, jako byl táta, i ten personál jsem znal, byl tu tři roky... Nikdo mi nepomohl, tak jsem se o něj půl druhého měsíce staral sám, pak byl na LDN... Měl jsem tu tatínka, takže jsem se tu se všemi znal.

Co děláte ve svém volném čase?

Občas se dívám na televizi... Rok jsem chodil na počítačový kurz, asi před sedmi lety, naučil jsem se to, chtěl jsem si ho i koupit, ale... mě stačí ta televize... Občas si uvařím, je to pro mě lepší...

Participant č. 8

Z jakého důvodu jste přišel do DpS?

No, já jsem měl mozkovou příhodu... Před pěti lety, skoro dva roky jsem s tím marodil, to jsem byl 7 měsíců v nemocnici, pak jsem chodil po LDN, kde jsem mohl být jenom 3 měsíce, tak necelý dva roky jsem marodil, pak jsem se dostal sem. Jsem tu 3 roky.

Byl jste od začátku v tomto bytě?

Já jsem původně byl o patro výš, pak mě dali sem.. Tam jsem byl na dvoulůžkovém pokoji. Teprve když mě dali sem, tak mam jednolůžkovej.

O jednolůžkový pokoj jste si zažádal sám?

Jo. Oni mi to nabídli (sociální pracovnice). Jsem radši sám, tam jsem bydlel s takovým pánem. Byl jsem rád, že jsem se ho mohl zbavit. Taky jsem nevěděl, o čem se s ním mám bavit, protože je to bývalej estébák... To je potom hrozný. On byl ještě o 4 roky mladší. Vůbec jsme nekomunikovali, taky o čem... Nerozuměli jsem si, on byl úplně jiněj obor. Já jsem dřív dělal ve státní bance, peněžnictví, ekonom... Oni mi tedy nabídli, jestli bych nechtěl samostatnej pokoj, já povídám jo, beze všeho, sice, že budu platit asi o 600 víc, to mi nevadilo. A jsem sám, já se dovedu zabavit sám. Nikoho nepotřebuju, mám tady křížovky a televizi a radio, tak co jinýho. Chodím ven, tak což...

Navštěvujete také rodinu?

No, tak s dcerou jedině, mám dceru, která bydlí nedaleko, je lékařka, její muž je taky lékař, s těma se navštěvujeme.

Máte vnoučata?

Tři kluky. Jednomu je 27, druhému 23, ten je teď na půl roku v Kanadě a tomu třetímu je 13, ten chodí do gymplu.

Našel jste si tady nějaké nové přátele?

Mám tady spíš známé. Je tady jedna pani, která se mnou byla zaměstnaná v bance. Ona dělala v jiném oddělení, ale s tou dohromady nemám nic společného... Ona byla úplně z jiného oboru...

Volný čas si tedy organizujete sám? Účastníte se nějakých akcí v DpS?

Ne, chodím jen na ty programy, co tu bejvají dole, jinak ne... Na šití ne... Já na šití nikdy nebyl, ani když jsem byl zdravěj, teď bych stejně pravou rukou nic neudělal... Ani keramika, já jsem pro tenhle druh zábavy nebyl nikdy, ani když jsem byl už v důchodu, to mně neimponovalo. Každý je nějaký. Nebo je to pro ty, kdo se snaží ten čas nějak utratit, já zábavu svou mám... Netoužím po tom... Zatím... Nevím jak to bude vypadat dál, ale zatím si ještě stačím.

Jak trávíte volný čas mimo zařízení?

Ven ne, do kina ne, to ne... I když v Sokolovně bývali vždycky takovýchle akce, tak se zúčastním, ale jinak nic. Podle toho, jak nás tady pozvou.. já tam nechodím ze své iniciativy, tady se to organizuje, že řeknou, bude tam nějaký pořad, kdo tam chce jít, tak se přihlásí a jde. Dostaneme tam 2 zákusky, kafe, poslechneme muziku, tam někdo se vykecává taky ne, ještě mu je špatně rozumět. Ale teď už to delší dobu nebylo, tak nevím, oni šetří taky no, jako se šetří všude...

Kdo vás o akcích informuje?

O tom mě informují sociální pracovnice, přijdou, jestli mám zájem- dostanete tam kafe a zákusek a bude tam muzika a můžete si zatancovat a já povídám, děkuju, já jsem si zatancoval za život dost, mně to stačí... Ne, tam chodívá spousta lidí odsud, nejsem sám... Ale ne zase všichni, jenom některý.

Jaké máte vztahy se zaměstnanci?

Běžný... Rozpory žádný nemám, fackování žádný není, nadávky nejsou, takže...

Navázal jste například v rámci kulturních akcí nějaké kontakty?

Já nevím ani s kým, většinou jsou tady starší pani, muži taky, jistě, já s nima promluvim, ale abych nějak blíž s nima jednal nebo komunikoval nebo abychom se vzájemně navštěvovali, to ne... Mam tady švagra, ten taky bydlí poblíž, ten přijde dneska, to je taky lékař, jo... A pak mam ještě jednoho kamaráda, to je taky doktor... Oni za mnou chodí takový ty známý, kamarádi no... Z práce tady snad ještě nikdo nebyl, to spíš já chodím na akce, které oni vždycky dvakrát v měsíci mají slezinu někde v nějaké hospodě, tak pokud jsem fit a chce se mi, ted' přes zimu jsem marodil, tak jsem nikam nešel no a posléze se mi to nehodilo, ted' zase to přehodili, že nemůžou, tak jsem tam nešel, tak až zase bude v květnu... tak těch akcí se účastním... Oni se tam scházejí, je nás tam tak 12, já jsem z nich skoro nejstarší.

Jak jste si tu zvykal?

Musel jsem se adaptovat, já jsem to dostal ze dne na den tu nemoc, já jsem na to nebyl nikterak připraven a žádný potíže jsem neměl, na mě to spadlo raz dva... Musel jsem, mně nic jinýho nezbejvalo, vždyť já jsem vůbec nechodil... mě vodili normálně k umejvadlu, na záchod, pětkrát denně jsem chodil cvičit, třikrát dopoledne, dvakrát odpoledne, po dvaceti minutách tam mě normálně vodili, cvičil jsem na lůžku, potom vleže, vsedě, u žebřin, na míči... To jsem dělal tak 7 měsíců... po sedmi měsících se mi to potom zlepšilo, to jsem se z toho nejhoršího dostal... Já jsem měl byt ale ten už je pryč, co s nim... nebudu ho platit, když ho neužívám, že jo... Já jsem bydlel, to ještě byla manželka živa, v nájmu u soukromníka a ona potom před 15 lety zemřela, tak pak jsem se postupně odtud odstěhoval, protože jsme měli velké byt 3+1, vybavení jsme si pořídili za vlastní peníze... když manželka potom zemřela, tak jsem se přestěhoval do garsonky, když už jsem byl sám.

Jste tu s bydlením spokojený?

Mně to stačí bohatě, mně jde jenom o to, abych měl příležitost se třeba taky někam podívat, já jezdím, teda mám chatu na Lipně, tak vnuk pro mě vždycky přijede čas od času a vezme mě na tu chatu a hned se ten den vrátíme, já tam nespím. Přes zimu vůbec ne a ani jinak, já už jsem si zvykl tady. Pak vnuk taky nemá čas, protože je zaměstnaný v Praze, takže on se musí vždycky vrátit. My většinou jezdíváme

v sobotu... a taky když tam potom nejste, tak ta chata není vyhřátá... Ale mam smůlu, že se tam každou chvíli mění počasí... A jiné dopravní spojení nemám, musíme jedine autem, jinak by to nešlo. Nikam jinam nejezdím, jen k rodině, ale tam nepřespávám, už jsme si tady zvykl a asi bych tam ani nespál.

Jak vám vyhovuje okolní prostředí?

Chodim tady dozadu k rybníku, jak je to možný, ted' jsem tam teda ještě nebyl, protože je pořád ještě zima, až dneska se udělalo trošku teplo, ale jinak tady pořád fouká studenej vítr. Ted' z jara jsem u rybníků ještě nebyl, jenom tady na půli cesty jsem byl, dál jsem nešel no. Uvidim taky, jak se budu cítit fyzicky. A když potřebuju, tak si zajdu tady do prodejny nebo do obchod'áku a tím je to pro mě vyřízený. Toho jídla je tady dost, aspoň pro mě, nevím, já už tolik nejím... a pivo nesmím a alkohol taky ne, víno taky ne, tak což... vody se umim napít taky, tu tady mám.

Využíváte místní počítačovou učebnu?

Já tomu nerozumim. Nechci, ne. Já jsem defakto 22 let v důchodu, než jsem přišel sem, jo a počítače to za mě vůbec neexistovalo. Počítače začli až v roce 90, ne, já jsem v roce 87 odešel do důchodu. Ani bych se nenaučil a mě by to ani nebavilo. Já mam televizi... Dneska se v tom všichni vyžívaji, ne, dneska se to stalo módou. Za nás to nebylo, my jsme byli úplně jinej systém práce, myšlení atd. Já už ani nemam chuť a taky k čemu, já to nepotřebuju...