



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Sciences

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

**Způsoby využití volného času dospělými lidmi  
s mentálním a kombinovaným postižením**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

Studijní program: **REHABILITACE**

**Autor:** Lenka Novotná

**Vedoucí práce:** Mgr. Jan Šesták, Ph.D.

České Budějovice 2016

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci s názvem *Způsoby využití volného času dospělými lidmi s mentálním a kombinovaným postižením* jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů 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 bakalářské práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé bakalářské práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 17.8.2016

.....

Lenka Novotná

## **Poděkování**

Ráda bych touto cestou poděkovala vedoucímu mé bakalářské práce Mgr. Janu Šestákovi Ph.D. za cenné rady, vstřícný přístup, trpělivost a energii, kterou mi věnoval. Dále bych chtěla poděkovat všem informantům, kteří se podíleli na výzkumném šetření, bez nichž by tento výzkum nebyl možný realizovat. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat své rodině a přátelům, kteří pro mě byli při psaní práce velkou oporou.

# **Způsoby využití volného času dospělými lidmi s mentálním a kombinovaným postižením**

## **Abstrakt**

Trávení volného času je nedílnou součástí každého z nás, tedy i u osob s postižením. Velmi důležité je tento čas trávit smysluplně s různými zážitky. Bakalářská práce se zabývá problematikou u lidí s mentálním a kombinovaným postižením v možnostech trávení času v porovnání s možnostmi trávení volného času lidí bez zdravotního postižení. Hlavním cílem bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem tráví svůj volný (mimopracovní) čas dospělí lidé s mentálním a kombinovaným postižením.

Text práce je rozdělen na dvě části – teoretickou a výzkumnou. Teoretická část se zaměřuje na základní charakteristiky zdravotního, mentálního a kombinovaného postižení. U každého typu postižení je blíže popsána terminologie, klasifikace a etiologie daného postižení. Dále v teoretické části bakalářské práce naleznete bližší charakteristiku volného času. V této kapitole a podkapitolách je pomocí odborné literatury vysvětleno, co znamená pojem volný čas, jeho dělení, funkce a možnosti jeho trávení. Zakončení teoretické části je věnováno bariérám, které se v možnostech trávení volného času u osob s postižením mohou vyskytovat.

Druhá část práce je tvořena z části praktické, která je nejrozsáhlejší částí bakalářské práce. Ve výzkumné části byla použita kvalitativní výzkumná strategie, s použitím metody dotazování a techniky polostrukturovaného rozhovoru. Data byla analyzována pomocí metody vytváření trsů. Výběrový soubor tvořilo 10 osob s postižením a 10 osob bez postižení. Rozhovory s deseti osobami s postižením byly realizovány v zařízeních: Domov sv. Anežky v Týně nad Vltavou a v Denním a týdenním stacionáři Duha, Chráněné bydlení Duha v Písku, který spadá pod Domov pro osoby se zdravotním postižením Zběšičky. Rozhovory s osobami bez postižení byly také realizovány ve městě Písek a Týn nad Vltavou. Po teoretickém popisu vybrané strategie, techniky a metodiky následuje popis výběrového vzorku a samotný výzkum.

## **Klíčová slova**

Zdravotní postižení; mentální postižení; kombinované postižení; volný čas; volnočasové aktivity; motivace; bariéry.

# **Leisure Time Activities of Mentally Challenged and Disabled Adults**

## **Abstract**

Possible leisure time activities for handicapped and multihandicapped adults. Experiencing leisure time is an integral part of modern human being, including handicapped person. Therefore, it's important to spend it as meaningfully as possible. My bachelor thesis focuses on possible leisure time activities for handicapped and multihandicapped adults compared to such activities in healthy individuals. The main goal was to identify free time activities of persons with disabilities.

The thesis is divided in to two parts – a theoretical one and practical one. A theoretical one is concerned with basic characteristics of characteristics of health, mental and combined disability. Terminology, etiology and classification for each type are described. Furthermore, a definition of leisure time, its types and possible activities are elaborated on. The end of a theoretical part explains potential problems with experiencing leisure time for handicapped persons.

A practical part takes a larger portion of my thesis. Qualitative research approach was chosen to gather data using semi-structured interviews. These were analyzed via clustering method. Two groups were interviewed, the main one consisting of 10 handicapped persons and a control one with 10 people without disabilities. Most interviewed took place in Home of sv. Anežka in Týn nad Vltavou, Sheltered housing Duha in Písek, which fall under control of Home for disabled people Zběšičky. Few additional interviews took place in Písek and Týn nad Vltavou.

## **Key words**

Disability; Mental Retardation; Multiple Disabilities; Leisure; Leisure Activities; Motivation; Barrier.

# Obsah

|  |    |
|--|----|
| <b>ÚVOD</b> .....  | 8  |
| <b>1 SOUČASNÝ STAV</b> .....   | 10 |
| 1.1 Zdravotní postižení .....  | 10 |
| 1.2 Mentální postižení – terminologie, klasifikace a etiologie .....                       | 11 |
| 1.3 Kombinované postižení – terminologie, klasifikace a charakteristika .....              | 12 |
| 1.4 Volný čas – obecné charakteristiky a dělení volného času .....                         | 13 |
| 1.5 Volnočasové aktivity.....  | 18 |
| 1.5.1 Vymezení pojmu volnočasové aktivity.....   | 18 |
| 1.5.2 Druhy volnočasových aktivit .....  | 18 |
| 1.5.3 Motivace osob s postižením i bez postižení.....                                      | 20 |
| 1.5.4 Poskytovatelé volnočasových aktivit.....   | 21 |
| 1.5.5 Organizace (instituce) zajišťující volnočasové aktivity pro osoby s postižením ..... | 21 |
| 1.5.6 Zaměření volnočasových aktivit dle postižení.....                                    | 22 |
| 1.5.7 Bariéry v možnostech trávení volného času .....                                      | 23 |
| 1.5.8 Odlišnosti volnočasových aktivit osob s postižením a zdravých osob .....             | 23 |
| <b>2 CÍL PRÁCE A VÝZKUMNÁ OTÁZKA</b> .....   | 24 |
| 2.1 Cíl práce .....  | 24 |
| 2.2 Výzkumná otázka.....   | 24 |
| <b>3 METODIKA</b> .....  | 25 |
| 3.1 Strategie, metoda, technika .....  | 25 |
| 3.2 Realizace výzkumu .....  | 26 |
| <b>4 VÝSLEDKY ŠETŘENÍ</b> .....  | 27 |
| 4.1 Charakteristika komunikačních partnerů .....   | 27 |
| 4.2 Výsledky výzkumu .....   | 41 |
| <b>5 DISKUZE</b> .....   | 56 |
| <b>6 ZÁVĚR</b> .....   | 61 |

|          |                                |           |
|----------|--------------------------------|-----------|
| <b>7</b> | <b>SEZNAM LITERATURY</b> ..... | <b>63</b> |
| <b>8</b> | <b>SEZNAM PŘÍLOH</b> .....     | <b>69</b> |
| <b>9</b> | <b>SEZNAM ZKRATEK</b> .....    | <b>72</b> |

## ÚVOD

Volný čas je nepostradatelnou každodenní dimenzí života každého z nás. Nesmíme ovšem zapomínat, že i osoby s postižením chtějí tento čas trávit kvalitně a právě proto jsem pro svou bakalářskou práci zvolila téma, které se zabývá možnostmi využívání volného času osob s mentálním a kombinovaným postižením. Lidé s mentálním a kombinovaným postižením mají omezenější možnosti v trávení volného času, než osoby bez zdravotního postižení. Přesto, že v dnešní době převládá snaha o co největší integraci osob s postižením mezi osoby bez postižení, často se můžeme setkat s různými formami předsudků, či nezájmu vůči těmto znevýhodněným jedincům. Z tohoto důvodu bych Vám v této práci ráda více přiblížila způsob, či možnosti trávení volného času a volnočasových aktivit osob s mentálním a kombinovaným postižením.

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem tráví svůj volný (mimopracovní) čas dospělí lidé s mentálním a kombinovaným postižením a zároveň porovnat, nakolik se jejich volný čas a volnočasové aktivity odlišují od dospělých osob bez postižení. Osoby s postižením jsou lidé, kteří mají stejné potřeby a nárok na plnohodnotný život ve společnosti. S ohledem na mentální postižení je velmi důležité si uvědomit, že se jedná o osoby se speciálními potřebami, které jsou více, či méně závislé na podpoře okolí. Stejně jako majoritní společnost mají tito lidé svá přání a představy, které se snaží naplňovat.

Problematika týkající se osob s postižením se týká v rámci integrace celé naší společnosti, a proto je nutné se o ni více zajímat, zkoumat jí a zároveň také vnímat její negativní dopady a celkově o ní mluvit natolik otevřeně, aby si každý z nás uvědomil, že lidé s postižením jsou rovnocenné bytosti, které mají stejná práva, povinnosti, zájmy a sny jako lidé bez postižení. Myslím si, že lidem v dnešní moderní době nechybí informace o této problematice, ale spíše tyto informace nevyhledávají a danou problematiku přehlíží. Také si myslím, že lidé bez postižení se mnohdy postiženému vyhýbají z důvodu neznalosti, neví jak s postiženou osobou komunikovat nebo jak jí mají pomoci.

Téma *Způsoby využití volného času dospělými lidmi s mentálním a kombinovaným postižením* jsem si vybrala díky dlouhodobému zájmu o problematiku týkající se osob s postižením. Překvapuje mě, že spousta mých přátel pocituje k lidem s postižením lítost a při setkání s nimi se k nim chovají spíše jak k malým dětem, než k dospělým lidem. Díky těmto faktům jsem se rozhodla o osobách s postižením a jejich možnostem trávení volného času a využívání volnočasových aktivit vypracovat práci, která by mohla být



k užitku jako podpůrný materiál pro laickou veřejnost, poskytovatele sociálních služeb nebo pro organizace zabývající se vzdělávacími a volnočasovými aktivitami.

# 1 SOUČASNÝ STAV

## 1.1 Zdravotní postižení

Postoj k osobám se zdravotním postižením se u každého člověka liší v závislosti na výchově, míře informovanosti, prostředí nebo také na osobní zkušenosti. Následně si blíže vymezíme terminologii a klasifikaci zdravotního postižení.

### Terminologie zdravotního postižení

Pojem zdravotní postižení (dále v textu pouze ZP) není zcela jednotným pojmem, protože se v různých resortech jeho význam liší. ZP v České republice vymezuje několik právních předpisů. Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, aktuálně vymezuje §3, odst. G) zdravotně postižené jako *tělesné, mentální, duševní, smyslové nebo kombinované postižení, jehož dopady činí nebo mohou činit osobu závislou na pomoci jiné osoby*. Opatřilová a Procházková (2011) uvádí, že v zákoně č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti, ve znění pozdějších předpisů jsou brány za osoby se zdravotním postižením ti jedinci, kterým byla uznána invalidita prvního, druhého či třetího stupně. Dále autorky (2011) uvádí, že tento zákon pod osoby zdravotně postižené zahrnuje také ty jedince, kteří již nejsou invalidní od posouzení orgánem sociálního zabezpečení, a to po dobu jednoho roku.

### Klasifikace zdravotního postižení

Michalík a kol. (2011) ve své knize uvádějí, že nejběžnějším způsobem vnitřního rozlišení zdravotně postižených se dělí podle převládajícího zdravotního postižení. Autor také uvádí, že nejčastěji se setkáme s postižením tělesným, mentálním, zrakovým, sluchovým a řečovým. Autoři (2011) ke zdravotnímu postižení také přiřazují i další skupiny, které se často opomíjí a jsou jimi kombinovaná postižení (kombinace jednotlivých postižení, např. hluchoslepota) a civilizační choroby. Postižení se nejběžněji dělí podle hloubky na mírné, středně těžké a těžké (Michalík a kol., 2011).

## ***1.2 Mentální postižení – terminologie, klasifikace a etiologie***

Definice a vymezení mentálního postižení (nebo také mentální retardace) je několik, nelze tedy vybrat pouze jednu, která by se dala považovat za správnou, proto si jich následně uvedeme několik.

### **Terminologie, klasifikace**

Bendová (2015) ve své knize uvádí, že problematikou mentálního postižení osob se zabývá speciálně pedagogická disciplína psychopedie. Dále autorka popisuje, že psychopedie v širším kontextu se považuje se interdisciplinární obor, zabývající se prognostikou a prevencí mentální retardace, popřípadě jiných duševních poruch.

### **Etiologie mentálního postižení**

Michalík a kol. (2011) uvádí, že příčiny mentální retardace se kategorizují dle určitých typů a hovoří se o příčinách endogenních (vnitřních) a exogenních (vnějších) nebo také o mentální retardaci vrozené či získané. Dále autoři uvádí, že nejčastějším dělením postižení bývá členění podle časového hlediska na **prenatální, perinatální a postnatální** období. **Prenatální období** Michalík a kol. (2011) zařazují do období vývoje plodu matky v těle, na které působí celá řada vlivů, které mohou způsobit mentální retardaci a mezi nejdůležitější zařazují především **dědičné** vlivy. Autoři (tytéž) do těchto vlivů řadí zděděné nemoci nejen po předcích, ale také nedostatek vloh k určité činnosti, které dítě dědí po svých rodičích. Autoři (2011) k mentální retardaci dodávají, že největší skupinu příčin tvoří syndromy, které jsou způsobené změnou chromozomů (např. Downův syndrom, Praderův-Wiliho syndrom, Williamsův syndrom, Angelmanův syndrom, Edwardsův syndrom, Patauův syndrom apod.). Do **perinatální** etiologie se zařazuje perinatální encefalopatie (tzn. organické poškození mozku), které bývá udáváno jako příčina potíží označované dřívějším termínem lehká mozková dysfunkce – v případě, kdy nedošlo k rozsáhlejšímu poškození mozku (např. dětská mozková obrna) a které asi v dvacetině až desetině případů způsobují i mentální retardaci (Michalík a kol., 2011). Dále se autoři (2011) zmiňují, že mezi další perinatální faktory poškození mozku patří při porodu nedostatek kyslíku, předčasný porod, nízká porodní váha dítěte a mimo jiné také těžká novorozenecká žloutenka, při které z těla neodchází bilirubin a z tohoto důvodu na nervovou soustavu působí toxicky. Posledním obdobím podle autorů (2011) se stává doba

po narození neboli **postnatální období**, ve kterém může způsobit mentální retardaci více vlivů, mezi něž mimo jiné patří zánět mozku způsobený mikroorganismy (meningitida, meningoencefalitida, klíšťová encefalitida). Jinými mechanickými vlivy dle autorů (2011) mohou být také traumata, mozkové léze při nádorovém onemocnění, krvácení do mozku a v pozdějším věku se jedná o onemocnění, která vedou k poškození inteligence typu Alzheimerovy a Parkinsonovy choroby, schizofrenie, epileptické demence, alkoholové demence apod. Autoři (2011, s. 122) poznamenávají, že *snížení intelektových schopností může zapříčinit i senzorická, citová a sociokulturní deprivace dětí vyrůstajících v nepřátelském, odcizeném, nepodnětném rodinném prostředí či dětí v institucionální péči. Pokud ovšem dojde včas k saturaci (nasycení) těchto potřeb, intelektový deficit se může upravit (proto nelze definovat mentální retardaci jako trvalou poruchu).*

### **1.3 Kombinované postižení – terminologie, klasifikace a charakteristika**

Slowík (2007, s. 147) uvádí o kombinovaném postižení, že *jde o natolik různorodou skupinu znevýhodnění, že prakticky není možné vytvořit jednotný klasifikační systém, a není dokonce ani ustálena terminologie používaná při deskripci případů takto handicapovaných osob: používají se pojmy kombinované postižení, postižení více vadami, vícenásobné postižení apod.*

#### **Terminologie, klasifikace a charakteristika kombinovaného postižení**

Autorky Ludíková a Rénotiérová (2006) se shodují, že synonymně jsou používány pojmy kombinované postižení, kombinovaná vada, mnohonásobné postižení, vícenásobné postižení a multihandicap.

Ludíková (2005, s. 10) uvádí ve své knize rozdělení dle Jesenského, který pro přehlednost dělí kombinované postižení následně:

- 1. slepohluchoněmota a lehčí smyslové postižení,*
- 2. mentální postižení s tělesným postižením,*
- 3. mentální postižení se sluchovým postižením,*
- 4. mentální postižení s chorobou,*
- 5. mentální postižení se zrakovým postižením,*
- 6. mentální postižení s obtížnou vychovatelností,*

7. *smyslové a tělesné postižení,*

8. *postižení řeči se smyslovým, tělesným a mentálním postižením a chronickou chorobou.*

Renotiérová a Ludíková (2006) hovoří o vícenásobném, (kombinovaném) postižení jako o multikauzálním, multifaktoriálním a multisymptomatologicky podmíněnému jevu, který manifestuje důležitými nedostatky v kognitivní, psychosociální, motorické nebo komunikační oblasti u nositele postižení. Autorky také popisují, že nedostatky jsou vždy spojeny s aktuálním výskytem alespoň dvou rozdílných postižení, narušení nebo jejich kombinací. Dále se vzájemně shodují, že kombinovat lze nejen závažnější stupně postižení, poruch či narušení, ale také jejich lehčí stupně vzájemně nebo s těžšími stupni postižení.

Mezi poměrně často vyskytující se postižení patří kombinace mentálního postižení s tělesnými, popřípadě smyslovými vadami (Pátá, 2008). Autorka popisuje, že u jedinců s mentálním postižením se téměř vždy vyskytuje narušená komunikační schopnost, která má za příčiny symptomatické vady řeči. Dále autorka (2008) upozorňuje, že s tělesným postižením se postižení mentální nejčastěji vyskytuje u dětské mozkové obrny a tuto kombinaci mimo jiné také provází i další poruchy, kterými jsou například dysartrie (vada řeči) a diagnóza autismus, která je jednou z nejzávažnějších poruch dětského mentálního vývoje a vzniká na neurobiologickém podkladě. Důsledkem autismu je fakt, že dítě špatně rozumí tomu, co vidí, slyší a prožívá (Pátá, 2008).

Franiok (2011) a Jankovský (2006) ve svých publikacích popisují, jak sdružené vady jedince omezují v běžném životě: dochází ke změnám psychiky, k problémům v sociální oblasti (v řeči a špatné komunikaci), poruchám motoriky, neuropsychický a somatický vývoj je velmi narušen.

#### ***1.4 Volný čas – obecné charakteristiky a dělení volného času***

Při zamyšlení se nad pojmem volný čas si může každý z nás představit něco jiného, například Pávková et al. (2002) vymezují volný čas jako protějšek nutné práce a povinností. Dále popisují, že v době volného času si můžeme své činnosti svobodně vybrat, děláme je rádi a dobrovolně, přinášejí nám pocit uvolnění a uspokojení.

Newman et al. (2014) vymezují volný čas jako vícerozměrnou myšlenku, která zahrnuje strukturální a subjektivní aspekty. Respektive autoři (2014) říkají, že to je množství aktivit stráveného času po povinném pracovním čase. Ovšem Vážanský (2001)

poukazuje, že volným časem se zabývá mnoho odborných publikací a existuje pro něj také mnoho různých definic. Autor (2001) rozděluje volný čas do dvou hlavních směrů, kterými jsou negativní a pozitivní pojetí volného času. **Negativní pojetí volného času** Vážanský (2001) charakterizuje jako dobu, která nám zbyla po pracovní nebo studijně podmíněném čase, po úkolech v domácnosti a také po uspokojení základních fyziologických potřeb. O **pozitivním pojetí volného času** hovoří autor (2001) jako o časovém prostoru, v rámci něhož se může jedinec nezávisle podílet na jakýchkoliv povinnostech, svobodně je realizovat a dělat vše, k čemu není jakkoliv nucen (samozřejmě ani podvědomě).

Němec a kol. (2002) hovoří o volném čase jako o okamžiku, v němž je možnost věnovat se **činnostem, které máme rádi, baví nás a** vykonáváme je zcela svobodně, dobrovolně a s nadšením. Dále uvádí, že volný čas je čas, který obnovuje a rozvíjí tělesné, duševní popřípadě tvůrčí schopnosti. Autoři (2002) mezi činnostmi, které nám přinášejí pocit spokojenosti, radosti a uvolnění řadí odpočinek, rekreaci, zábavu a zájmovou činnost

### **Rozdělení volného času**

Podle Čadilové et al. (2007) se volný čas může rozdělit na **strukturovaný a nestrukturovaný**. **Strukturovaný volný čas** autoři (2007) popisují jako chvíle, které jsou organizované personálem, ale i přesto klienti musí mít možnosti výběru a pocit volby. Autoři (2007) dále poukazují na fakt, že velmi důležité je brát ohled na individualitu osobnosti, která se vztahuje k formě postižení jedince. Mezi tyto činnosti zařazují většinou činnosti, kde spolupracuje více klientů pohromadě, což může být pro některé osoby s mentálním postižením problém (Čadilová et al., 2007). Autoři (2007) jako příklad trávení strukturovaného volného času uvádí zájmové kroužky, výlety, vycházky či rekreační pobyt. U osob s postižením je velmi důležité plánovat jednotlivé činnosti předem, aby byly na činnosti předem připraveny chápaly jejich využití, upozorňují autoři Čadilová et al. (2007). Další formou trávení volného času autoři (2007) uvádějí **nestrukturovaný volný čas**, při kterém si člověk volí formu využití volného času sám. U osob s postižením Čadilová et al. (2007) zdůrazňují, že osoby s postižením se často uchylují k aktivitám, které mohou působit stereotypně až rigidně. Musíme však respektovat jejich volbu výběru činnosti a snažit se je nenásilnou formou

posouvat směrem vpřed, snažit se jejich oblíbené činnosti více přibližovat jejich úrovni fyzického věku (Čadilová et al., 2007).

Tuček (2003) čas jedince dělí na čas pracovní, kterým se rozumí zaměstnání a čas mimopracovní, který se dále může rozdělit na vázaný a volný. Přičemž autor (2003) popisuje, že vázaný čas obsahuje rutinní činnosti, které se opakují a mimo jiné také souvisí se zachováním biofyzické existence jedince související s uchováním jeho psychiky, chodu rodiny nebo domácnosti. Vážanský (2001) dodává, že volný čas u každého jedince slouží pro vzdělávání se a také k získávání nových informací a životního zaměření. Dále autor (2001) popisuje, že lidé mohou ve své podstatě trávit svůj volný čas jakkoliv, příkladem může být sledování televize, návštěva divadla nebo kina, koncertů či výstav, dále mohou sportovat, číst své oblíbené knihy, nebo mohou upřednostňovat posezení s přáteli v kavárně a podobně.

### **Funkce volného času**

Za podnětné můžeme považovat přístupy německé pedagogiky, kde H.W.Opaschowski vystihl požadavky člověka volného času, dovolené nebo zdraví a zároveň také poukázal na jejich vzájemné prolínání se, přičemž sepsal souhrn osmi důležitých potřeb analyzovaných z tohoto výzkumu:

- *potřeba zotavení, osvěžení, zdraví a dobrého pocitu (REKREACE)*
- *potřeba vyrovnání, rozptýlení a potěšení (KOMPENZACE)*
- *potřeba poznání, učebního podněcování a dalšího učení (EDUKACE)*
- *potřeba klidu, pohody, rozjímání a sebevědomí (KONTEMPLACE)*
- *potřeba sdělní, kontaktu a družnosti (KOMUNIKACE)*
- *potřeba společnosti, kolektivního vztahu a tvoření skupin (INTEGRACE)*
- *potřeba účastenství, angažovanosti a sociálního sebepojetí (PARTICIPACE)*
- *potřeba kreativního rozvoje, produktivního uplatnění a účasti na kulturním životě (ENKULTURACE)* (Vážanský 2001, s. 36-38).

Přímo na tuzemské prostředí a jeho srovnání s vybranými zahraničními zeměmi se zaměřili Šafr a Patočková (2010) a společně provedli výzkum na téma *Trávení volného času v České Republice ve srovnání s evropskými zeměmi*. Výsledek této práce vyšel velmi zajímavě, přičemž Češi ve svém volném čase nejvíce sledují televizi, poslouchají hudbu, tráví mnoho času na PC a v mnohem menší míře nakupují, chodí na procházky, čtou knihy a sportují. Autoři (2010) dále uvádí, že pod pojmem volný čas si lidé, kteří se

výzkumu účastnili, představují především relaxaci, či odpočinek. Dále poukazují na fakt, že podrobnější rozbor ukázal ve struktuře volnočasových aktivit tři nejzákladnější typy dle životních etap a genderu. Autoři (2010) popisují, že se jedná především o typ mladé generace, který je charakteristický aktivitám mimo domov (kulturní akce, sport, kino, internet a PC) a dále svět „ženské“ kultury (nakupování, čtení knih, sledování TV, setkávání s přáteli). Jako třetí a poslední typ je svět „domácí“ který se týká především pasivní kultury (kutilství, ruční práce a zčásti i sportovní diváctví) (Šafr a Patočková, 2010).

### **Různé pohledy na volný čas**

Pávková et al. (2002) ve své knize popisují, že na volný čas a jeho problematiku je možné se dívat z několika různých pohledů. První pohled zmiňují z **ekonomického hlediska**, kde je především důležité, kolik společnost investuje do prostředků zařízení pro volný čas a také zda a jakým způsobem se vrátí alespoň část nákladů. Dále autoři (2002) zmiňují **hledisko sociologické a sociálně psychologické**, v němž je zapotřebí sledovat ve volném čase činnosti, které zejména přispívají k utváření mezilidských vztahů, zda pomáhají tyto vztahy kultivovat. Dále uvádí Pávková et al. (2002) **politické** hledisko, při kterém je nutné uvážit, zda a do jaké míry bude svými orgány stát do volného času obyvatelstva zasahovat (např. jaká bude školská politika a zda v rámci školského systému bude vyšší pozornost také věnována i zařízením pro ovlivňování volného času). Mimo jiné také poukazují na **zdravotně-hygienický pohled** využívání volného času, kterým se především sleduje, jak lze podporovat zdravý duševní i tělesný vývoj člověka. Poslední pohled na volný čas autoři (2002) pojmají z **hlediska pedagogicko-psychologického**, ve kterém v úvahu berou individuální a věkové zvláštnosti, jejich respektování ve volném čase a také uvážení, jakým způsobem činnosti přispívají k uspokojování psychických i biologických potřeb života.

Oproti Pávkové et al. (2002) pohlíží na volný čas Šerák (2009) jako na *pravidelné střídání aktivity a odpočinku, které je součástí biologického rytmu všech živočichů, nabylo u člověka podoby střídání práce a volného času*. Dále Šerák (2009) hovoří o volném čase jako o čase, který patří k hodnotám, které jsou lidmi nejvíce oceňovány (samozřejmě také spolu s rodinou, zdravím, partnerstvím, přátelstvím nebo zaměstnáním) a jako takovým se jím zabývají různé společenské vědy. Autor (2009) podotýká, že pro volný čas je především typická dobrovolnost a hlavně možnost individuálního



hierarchického uspořádání vlastní upotřebitelné doby, tj. svobodná volba, pružný časový režim a nenucenost (šance být přirozený a nechat vyniknout vlastní zájmy a schopnosti).

Kratochvílová (2004) považuje volný čas za velmi důležitou a specifickou součást lidského života u dětí, mládeže a dospělých. Dodává, že je to mimo jiné čas na odpočinek, oddech, rekreaci, relaxaci, zregenerování psychických, ale i fyzických sil, uvolnění po práci a k celkové činnosti, podle vlastních potřeb, zájmů a hodnot. Přičemž Žumárová (2001) dodává, že volný čas se také považuje za fenomén, který je velice významný pro zdokonalování osobnosti jedince, rozvoj jeho vloh, talentu a nadání.

### **Míra organizovanosti ve volném čase**

Hofbauer (2004) dělí míru organizovaného působení ve volném čase na činnost spontánní, zájmovou činnost příležitostnou a zájmovou činnost pravidelnou. **Činnost spontánní** autor (2004) vyznačuje individuálně nebo ve skupině, podle aktuálního zájmu účastníků a zahrnuje zde spontánní aktivity. Upozorňuje, že spontánní činnosti nemají stanovený čas začátku ani konce a jsou zpřístupněné všem zájemcům. Další skupinu autor (2004) popisuje jako **zájmovou činnost příležitostnou**, která zahrnuje organizované, jednorázové, cyklické, oddechové, vzdělávací nebo rekreační činnosti. Do poslední skupiny Hofbauer (2004) zařazuje **činnost pravidelnou**, která bývá vykonávána v pravidelných intervalech a uskutečňuje se celoročně. Hlavním cílem pravidelné zájmové činnosti autor (2004) uvádí osvojení si nových vědomostí, dovedností, ale také prohloubení vztahu k předmětu zájmu.

### **Volný čas a životní styl**

Způsob, kterým využíváme volný čas je jedním z důležitých ukazatelů životního stylu a životní styl je velmi komplikovaný (Pávková et al., 2002). Autoři definují životní styl jako *souhrn životních forem, které jedinec aktivně prosazuje*. Zdůrazňují, že každý člověk má svůj individuální systém hodnot, který se utváří aktivitou jedince a vlivem životních podmínek (Pávková et al., 2002).

Hodnotová orientace člověka se projevuje v protikladu mít, či být, přičemž Pávková et al. (2002) člení z hlediska volného času osoby podle určitých hodnot, které volnému času přisuzují.

Prakticky stejný pohled překládá Sak a Kolesárová (2012), kteří hovoří o životním stylu jako o systému činností, vztahů, životních projevů a zvyklostí, které jsou typické a charakteristické pro živý objekt nebo subjekt. Mimo jiné autoři (2012) popisují, že se jedná o každodenní praktiky, způsoby realizace činností a způsobů chování. Dále autoři (2012) poukazují, že životní styl mohou výrazně ovlivnit také hromadné sdělovací prostředky. Pávková et al. (2002) dodávají, že někteří lidé ve svém životním stylu upřednostňují práci a volný čas posuzují a chápou jako něco nesprávného, či nepatřičného. Tito lidé plnění povinností dle Pávkové et al. (2002) chápou jako své životní poslání, často nedokáží odpočívat bez výčitek svědomí a sami sebe přetěžují. Autoři (2002) upozorňují, že za optimální stav se považuje uvedení do rovnováhy sféry povinností a sféry volného času. Podotýkají, že velký podíl jak na utváření životního stylu, tak i na způsobu hospodaření s volným časem se významně účastní rodina. Nicméně autoři (2002) především považují za důležité naučit člověka rozumně využívat svůj volný čas, adekvátně formovat zájmy a v neposlední řadě podporovat centrální, hluboký a celoživotní zájem.

## ***1.5 Volnočasové aktivity***

### ***1.5.1 Vymezení pojmu volnočasové aktivity***

Pojem volnočasové aktivity se v dnešní době stává stále více užívaným, najít ovšem jednoznačné vyjádření je opět nesnadné. Hambálek (2005, s. 11) jednoduše a srozumitelně definuje volnočasové aktivity jako *způsob bytí (žití, prožívání) lidí v jejich volném čase*.

### ***1.5.2 Druhy volnočasových aktivit***

Stejně tak, jako se mohou dělit funkce volného času, lze dělit také volnočasové aktivity, přičemž Šerák (2009) volnočasové aktivity orientačně dělí do třech základních skupin. První skupinu autor nazývá **odpočinkovou**, druhou **rekreační** a třetí skupinu **zájmovou**. Do odpočinkové skupiny spadají aktivity psychicky i pohybově nenáročné, pro rekreační skupinu jsou typické pohybové aktivity, které lidé vykonávají pouze rekreačně a poslední skupinou volnočasových aktivit je skupina zájmová, ve které jsou zařazené aktivity zaměřené na rozvoj schopností a zájmů (Šerák, 2009). Dále autor (2009)

ve své knize zdůrazňuje členění volnočasových aktivit dle Filipcové, která jej dělí následně:

- **Manuální aktivity** – jedná se o činnosti, kterými mimo jiné jsou zahradničení, modelářství, či kutilství
- **Fyzické aktivity** – do těchto aktivit spadá např. sport, houbaření, rybolov nebo také turistika
- **Kulturně umělecké aktivity typu tvořivého a interpretačního** – zde se mohou zařadit aktivity jako zpěv, hra na hudební nástroj, turistika, fotografování nebo malování
- **Kulturně racionální aktivity** – do těchto aktivit se zařazují například vzdělávání se, luštění křížovek a četba
- **Společensky formální aktivity** – aktivity, které jsou zaměřené na členství v různých spolcích, zapojení se do politiky nebo také společenská angažovanost
- **Společensky neformální aktivit** – těmito aktivitami může být vzájemné setkávání se s přáteli, návštěvy kina, klubu či restaurace
- Hry, divácké aktivity, sběratelství
- **Pasivní odpočinek.**

Podobné členění volnočasových aktivit zastává i Duffková (2008). Do první skupiny autorka (2008) zařazuje **kulturní aktivity**, které se dělí na činnosti receptivní, kde člověk přijímá určité kulturní hodnoty (galerie, návštěva divadla, poslech hudby, sledování televize) a činnosti perceptivní, kdy jedinec je aktivní sám a vytváří tyto hodnoty (hraní na hudební nástroj, malování). Dále autorka (2008) zmiňuje, že v poslední době stoupá význam vzdělávání a z důvodu oddělení vzdělávacích aktivit od kulturních vznikla samostatná skupina. Ve sféře **vzdělávacích aktivit** lze navštěvovat různé přednášky, kroužky, hledat informace na internetu apod. (Duffková, 2008). Dále autorka (2008) uvádí **sportovní aktivity**, které nejčastěji provozují mladší lidé a zařazuje sem všechny sportovní činnosti včetně adrenalinových sportů a procházek. Také Duffková (2008) doplňuje, že se sportovními aktivitami také částečně souvisí **cestovatelské a rekreační aktivity**. Další skupinou jsou dle autorky (2008) **sociální aktivity**, které slouží k rozvíjení mezilidských a sociálních vztahů a z tohoto důvodu je můžeme také nazývat společenskými aktivitami, mezi které se nejčastěji řadí návštěvy, posezení v kavárnách, barech a podobně. Předposlední skupinu Duffková (2008) nazývá **manuálními aktivitami**, které souvisí hlavně s koníčky, do kterých spadá velké množství činností a to například rybaření, rukodělné činnosti, tancování aj. Poslední skupinu tvoří **veřejné**

**aktivity**, kdy se jedinec angažuje na jakýchkoliv veřejných záležitostech (veřejné vystoupení, demonstrace aj.) (Duffková, 2008).

### ***1.5.3 Motivace osob s postižením i bez postižení***

Teorie motivace dle Armstronga (2009, s. 109) se zabývá tím, *co vede lidi k tomu, aby něco dělali-co ovlivňuje lidi, aby se určitým způsobem chovali. Objasňuje faktory, které ovlivňují úsilí, které lidé vkládají do své práce, jejich míru angažovanosti a přispění a jejich spontánní, dobrovolné chování.* Autor (2009) dále o motivu píše jako o důvodu něco dělat a dát se určitým směrem. Dále zdůrazňuje, že lidé jsou více motivováni, když očekávají, že jejich kroky a činnosti povedou pravděpodobně k dosažení určitého cíle. Autor (2009) dodává, že dobře motivovaní lidé jsou lidé, kteří mají jasně definované cíle a podnikají kroky, od nichž očekávají dosažení těchto cílů. Armstrong (2009) a Pecina (2009) se vzájemně shodují na tom, že hlavním cílem motivace bývá vyvolání zájmu k určité činnosti, z tohoto důvodu lidé s postižením potřebují velkou podporu a motivaci od svého okolí a společnosti. V porovnání s Homolou (1997) je pro lidskou motivaci typické tíhnutí k určitým cílům, jichž jsme si více, či méně vědomi. Uvádí, že naše motivy jsou v různých prostředích zaměřené na různé objekty a cíle, které si zvolíme a zároveň spojíme s cíli naší sociální skupiny. Vážanský (2001) dodává, že hodnocení činností závisí nejen na časovém rozpětí (potenciálním volném čase), nýbrž také na prožívání této doby. Autor (2001) zdůrazňuje, že motivace, identifikace nebo postoj znamenají podstatné, ba dokonce rozhodující stěžejní ukazatele.

Motivy, z nichž motivace vychází, se dají dělit dle Nakonečného (1998) na motivy vnitřní a motivy vnější. Autor (1988) popisuje, že vnitřní motivy vycházejí z potřeb, které člověk má, ať už se jedná o potřeby vrozené (primární), nebo získané (sekundární). Vnější motivy bývají spojené s odměnou, kterou člověk získává za určitý druh jednání a takovou odměnou se může stát například uznání od druhých (Nakonečný, 1998).

Nejsilnější motiv dle Vážanského (2001) mají lidé, kteří jsou velmi ambiciózní, chtějí uspět, a lidé s přirozeným zájmem o okolí a společnost. Autor (2001) popisuje, že motivace volného času nejvíce závisí na situacích v životě a zároveň označuje procesy, které spouštějí jednotlivé vzorce chování a směřují k určenému cíli. Vztahuje se například na provozování sportovních, tělovýchovných a herních činností a překvapivě se také označuje zdraví a zábava (Vážanský, 2001).

#### ***1.5.4 Poskytovatelé volnočasových aktivit***

Z hlediska poskytovatelů volnočasových aktivit poukazují ve svém článku Janto a Jantová (2012) na pozorování rozdílů mezi velkými městy a venkovem. Autoři se shodují na tom, že ve velkých městech bývá k využití mnoho poskytovatelů volnočasových aktivit. Příkladem dle autorů (2012) mohou být různá zařízení, organizace, instituce, nadace, či centra volného času. Opakem bývá využití volnočasových aktivit v menších městech nebo na vesnicích, kde převažují spíše místní spolky, které fungují pouze regionálně, například sbor dobrovolných hasičů, či folklórní soubory (Janto a Jantová, 2012).

#### ***1.5.5 Organizace (instituce) zajišťující volnočasové aktivity pro osoby s postižením***

Komárková (2014) píše ve své práci o správné náplni volného času, která je velmi důležitá pro pozitivní rozvoj osobnosti jedince zdravého i s postižením. Činnosti, kterými vyplňujeme svůj volný čas, autorka (2014) nazývá volnočasovými aktivitami, mezi které mimo jiné zařazuje sport, hudbu, televizi, kulturu, umění, hry, rukodělné činnosti, ale také relaxaci a odpočinek.

V České republice se nachází v současnosti několik různých sdružení, ta jsou určena pro osoby s postižením (Valenta, Müller, 2003). Podle autorů Valenty a Müllera (2003) je specifické, že se v těchto organizacích nejčastěji sdružují jedinci s určitým typem postižení. Dále autoři popisují, že se převážně věnují spolkové činnosti (pod kterou spadá osvětová činnost), kvalitní a aktivní využívání volného času, vytváření publikací nebo činnosti v oblasti zaměřené na tvorbu legislativních norem a zakládání, či provoz různých zařízení, stacionářů apod. Autoři Valenta a Müller (2003) jako příklad uvádí organizaci zastřešující uvedené aktivity v nestátním sektoru, která se nazývá Národní rada zdravotně postižených České Republiky. Z dalších známých organizací, asociací, klubů a spolků autoři publikují ve své knize například Asociaci rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR, Sdružení pro pomoc mentálně postiženým v ČR, DUHA, Společenství Dobromysl, Nadace Vize 97, Nadace integrace a podobně.

Kissow (2015) zdůrazňuje, že schopnosti k vykonávání kvalitní volnočasové aktivity u osob s postižením může být dosaženo také prostřednictvím fyzických aktivit současně s lidmi bez postižení a zároveň mohou částečně napomocet ke společenskému zapojení se. Podobný názor také zaujímají autoři Zganec et al. (2011), kteří si myslí, že

je vhodné, aby se na volnočasových aktivitách účastnily jak osoby s postižením, tak i bez postižení, z důvodu navazování nových sociálních vztahů, při nichž mohou pociťovat pozitivní emoce, získávat nové dovednosti a znalosti, které zlepšují kvalitu jejich života. Hofbauer (2014) dodává, že díky zapojení se do volnočasových aktivit mohou osoby s postižením mimo jiné také pociťovat kompenzaci nedostatků, emocionální vyžití, zvyšování sebedůvěry a také pocit relaxace.

### ***1.5.6 Zaměření volnočasových aktivit dle postižení***

Kaplánek (2006) tvrdí, že pokud chceme zmínit některé ze specifických volnočasových aktivit určené pro osoby s tělesným postižením, je vhodné je rozčlenit do několika skupin. Autor (2006) popisuje, že nejrozsáhlejší skupinou jsou specifické sportovní aktivity, umělecké aktivity (terapie) a další vzdělávání. Dále autor (2006) dodává, že se také v životě můžeme setkat s aktivitami, které se pod žádnou z kategorií nezařazují. Jako příklady autor (2006) uvádí cestování, návštěvy výstav, posezení s přáteli a podobně.

Internetový portál ([www.scjupraha.eu](http://www.scjupraha.eu)) uvádí, že nejširší nabídku pro osoby s tělesným postižením převážně nalezneme v oblasti sportovních aktivit. Popisují zde, že sportovní aktivity osob s tělesným postižením můžeme rozdělovat do několika kategorií. Jako první z nich internetový portál uvádí vrcholový sport, jehož cílem se stává reprezentace, která se zaměřuje na maximální výkon a realizuje se na profesionální úrovni (paraolympiádě). Do druhé kategorie zařazuje výkonnostní sport, který probíhá nejčastěji pod ochranou některého ze sportovních klubů a je také zaměřen na výkon, ovšem ne na tak vysoké úrovni jako vrcholový sport ([www.scjupraha.eu](http://www.scjupraha.eu)). Třetí druh zmiňuje internetový portál rekreační sport, který probíhá často nepravidelně, ve volném čase individua. Cílem sportovních aktivit bývá zlepšení fyzické kondice, ale také prožívání a odreagování se a do poslední kategorie zařazuje pohybovou činnost, která má stejné cíle jako předchozí kategorie, ale charakter bývá spíše rehabilitační ([www.scjupraha.eu](http://www.scjupraha.eu)).

Autor Wan (2015), který se zabývá trávením volného času osob s postižením si myslí, že by bylo vhodné a zároveň prospěšné dát těmto lidem spravedlivou šanci k rovnému přístupu a účastnění se volnočasových aktivit ve vztahu ke svému osobnímu rozvoji, stejně jako u osob bez postižení.

### ***1.5.7 Bariéry v možnostech trávení volného času***

Mezi bariéry motivace pro volný čas zařazuje Knotová (2011) převážně nedostatek financí, času, motivace (lenost), nízkou informovanost o nabídce, náročnost a nedůvěru v efektivnost. Autorka (2011) potvrzuje, že ohroženými skupinami především jsou osoby sociálně slabé, kteří pocítují nedostatek motivace a financí. Dále mezi ohrožené skupiny patří zdravotně postižené osoby, národnostní menšiny, mentálně postižení, osoby v seniorském věku a matky na mateřské dovolené (Knotová, 2011)

### ***1.5.8 Odlišnosti volnočasových aktivit osob s postižením a zdravých osob***

Odlišnosti volnočasových aktivit u zdravých a postižených jedinců jsou dle Vágnerové et al. (2004) vždy závislé na možnostech a dispozicích konkrétního jedince, jeho postižení a omezení. Autoři (2004) podotýkají, že nejčastěji se jedná o prostorové řešení a uspořádání určité aktivity z hlediska bezbariérovosti a přístupu k ní. Mezi další odlišnosti také autoři (tytéž) zařazují společenské pojetí a informovanost společnosti, která bývá mnohdy větším problémem než bezbariérovost. V závěru podotýkají, že se také může objevovat diskriminace v důsledku postižení osoby či neochota ze strany společnosti (Vágnerová et al., 2004).

## **2 CÍL PRÁCE A VÝZKUMNÁ OTÁZKA**

### **2.1 Cíl práce**

Hlavním cílem bakalářské práce je zjistit, jakým způsobem tráví svůj volný (mimopracovní) čas dospělí lidé s mentálním a kombinovaným postižením. Práce je následně rozdělena na dílčí cíle, které se zabývají třemi okruhy:

- Jaké volnočasové aktivity a v jaké míře využívají lidé s mentálním a kombinovaným postižením v organizacích zabývajících se volnočasovými aktivitami.
- Jaké volnočasové aktivity a v jaké míře využívají lidé s mentálním a kombinovaným postižením mimo organizace (v domácím prostředí).
- Porovnání způsobu využití volného času lidmi z cílové skupiny v porovnání se stejnou skupinou dospělých lidí bez zdravotního postižení.

### **2.2 Výzkumná otázka**

Pro naplnění výše uvedených cílů byla stanovena výzkumná otázka: Jaké volnočasové aktivity a jejich poskytovatele či organizátory, (např. organizace, centra speciálně zaměřená na volnočasové aktivity nebo domácí prostředí) upřednostňují dospělé osoby s mentálním a kombinovaným postižením a osoby bez zdravotního postižení?



## 3 METODIKA

### 3.1 Strategie, metoda, technika

Pro tuto práci byl zvolen kvalitativně orientovaný výzkum, který se podle Hendla (2005, s. 51) provádí *pomocí delšího a intenzivního kontaktu s terénem nebo situací, jedince či skupiny. Tyto situace jsou obvykle banální nebo normální reflektují každodennost jedinců, skupin, společností nebo organizací.* Disman (1993, s. 285) doplňuje, že *kvalitativní výzkum je nenumerické šetření a interpretace sociální reality, jehož cílem je odkrývat význam podkládaný sdělovanými informacemi.*

Švaříček a Šed'ová (2007) vysvětlují, že rozdíl mezi kvalitativním a kvantitativním výzkumem je ve formě sbírání dat. Autoři popisují, že pro kvantitativní výzkum je typický dotazník a kvalitativní výzkumníci používají především rozhovor. Kvalitativně orientovaný výzkum dle autorů (2007) se dokáže nejlépe vystihnout slovní formu a popis aktuální situace, kterou informant uvádí. Gavora (2000) doplňuje, že pokud bychom srovnali výzkum kvalitativní s výzkumem kvantitativním, dojdeme k závěru, že jde především o rozdíl v jeho intenzivním a hlubokém zkoumání.

Na kvalitativní výzkum byla zvolena metoda dotazování a technika polořizeného (polostrukurovaného) rozhovoru. Metoda dotazování dle Hendla (2005) tvoří hlavní skupinu sběru dat v empirickém výzkumu. Tvoří ji vyprávění, kladení otázek a získávání jejich odpovědí. Cílem dotazování je dle autora (2005) získat co nejdůvěryhodnější údaje.

Zvolená technika se dle Reichela (2009) odvíjí na základě předem utvořených souborů témat, u kterých není nutné dodržet přesné pořadí. Tazatel může témata dle potřeby obměňovat, klást doplňující otázky a sám informant může tyto otázky rozvíjet (Reichel, 2009). Miovský (2006) dodává, že otázky mohou být jinak formulovány na základě znalostí respondenta. Hendl (2005) dodává, že samotný plán výzkumu má mít pružný charakter, což znamená, že by se měl rozvíjet a také přizpůsobovat dle doposud získaných výsledků.

Informanti byli při rozhovoru ponecháni plynule odpovídat na předem připravený okruh otázek, přičemž pořadí otázek a struktura byla měněna dle charakteru polostrukurovaného rozhovoru. Doplňující otázky sloužily k ověření, zda informanti rozumí zadanému tématu, a také z důvodu potřeby obohacení potřebných informací. Pro větší přesnost zaznamenávání informací byl zvolen detailní zápis informací do počítače.

Detailní přepis byl pořízen až po písemném souhlasu informanta, který má autorka uložený ve svém osobním archivu. Okruhy kladených otázek jsou přiloženy v příloze (příloha 1.). Z důvodu naprosté anonymity nejsou v práci uvedena žádná jména ani jiné osobní údaje. Informantům byl poskytnut informovaný souhlas k vedení rozhovoru, který je přiložen do příloh (příloha 2.).

Pro analýzu dat byla zvolena metoda vytváření trsů (clustering). Tato metoda dle Miovskeho (2006) slouží převážně k seskupení a konceptualizaci určitých výroků skupin, například podle rozlišení určitých případů, jevů místa apod. Autor popisuje, že trsy by měly vznikat na základě vzájemné podobnosti mezi ztotožněnými jednotkami. Autor (2006) doplňuje, že vytvářením trsů se překrývají shrnuté dílčí prvky do obecnější kategorie, přičemž shrnutí přispěje k systematictější podobě výsledků.

### **3.2 Realizace výzkumu**

Základním souborem pro výzkum byly osoby s mentálním a kombinovaným postižením. Výzkum byl realizován se dvěma skupinami komunikačních partnerů. První skupina byla tvořena dospělými osobami s mentálním a kombinovaným postižením a druhá skupina z osob bez zdravotního postižení.

Výzkum u osob s postižením probíhal ve dvou zařízeních. První zařízení nese název Denní a týdenní stacionář Duha - Chráněné bydlení Duha Písek, které oficiálně spadá pod organizaci Domov pro osoby se zdravotním postižením Zběšičky. Druhým zařízením byl Domov sv. Anežky, o.p.s. – Čihovice v Týně nad Vltavou.

Blíže jsem se zaměřila na deset osob s postižením ve věku 18 až 45 let, mezi nimiž se vyskytovali také uživatelé chráněného bydlení. Ten samý vzorek osob byl využit u osob bez postižení, ve stejném věkovém rozpětí. U osob s postižením bylo přizpůsobené zadání otázek tak, aby byly srozumitelné a lehce pochopitelné.

Účastníci tohoto výzkumu byli předem seznámeni s cílem rozhovoru a tím, že bude zcela anonymní. Rozhovory probíhaly v klidné místnosti každého ze zařízení v časovém rozpětí 15 až 20 minut.

## 4 VÝSLEDKY ŠETŘENÍ

### 4.1 *Charakteristika komunikačních partnerů*

Následující dvě tabulky se zaměřují na osoby bez postižení a osoby s postižením, ve kterých jsou popsány informace týkající se věku, pohlaví, rodinného stavu, zájmů, dětí a postižení. Informace jsou znázorněny u každé osoby zvlášť, jak z důvodu dobré orientace mezi jednotlivými informanty, tak z důvodu dobré organizační struktury. V tabulce u osob s postižením z důvodu úspory místa bude využívána pro lehké mentální postižení zkratka „LMP“. Zvolila jsem 20 komunikačních partnerů (dále jen KP), které jsem označila následně: od 1 do 10 jsou jimi osoby bez postižení a od 11 do 20 jsou označeny osoby s postižením.

**Tabulka 1: Charakteristika komunikačních partnerů bez postižení**

|       | Věk    | Pohlaví | Rodinný stav | Zájmy                                 | Děti |
|-------|--------|---------|--------------|---------------------------------------|------|
| KP 1  | 25 let | Žena    | Svobodná     | Sport, zábava, rodina, odpočinek      | 0    |
| KP 2  | 43 let | Muž     | Ženatý       | Sport                                 | 2    |
| KP 3  | 20 let | Žena    | Svobodná     | Zvířata, procházky, přátelé           | 0    |
| KP 4  | 21 let | Žena    | Svobodná     | Sport, práce, kultura, procházky      | 0    |
| KP 5  | 24 let | Žena    | Svobodná     | Procházka, příroda, zvířata, kamarádi | 0    |
| KP 6  | 30 let | Muž     | Svobodný     | Motorcky                              | 0    |
| KP 7  | 22 let | Žena    | Svobodná     | Sport                                 | 0    |
| KP 8  | 38 let | Žena    | Vdaná        | Relaxační aktivity                    | 3    |
| KP 9  | 26 let | Muž     | Svobodný     | Posilovna, zvířata                    | 0    |
| KP 10 | 29 let | Žena    | Svobodná     | Jóga, relaxační aktivity              | 0    |

*Zdroj: Vlastní výzkum*

**Tabulka 2:** Charakteristika komunikačních partnerů s postižením

|       | Věk    | Pohlaví | Rodinný stav | Zájmy                             | Postižení   |
|-------|--------|---------|--------------|-----------------------------------|-------------|
| KP 11 | 26 let | Žena    | Svobodná     | Sport, společenské hry, procházky | Zdravotní   |
| KP 12 | 35 let | Muž     | Svobodný     | Procházky, kultura                | Kombinované |
| KP 13 | 40 let | Žena    | Svobodná     | Zvířata, úklid a cestování        | LMP         |
| KP 14 | 39 let | Žena    | Svobodná     | Procházky, zvířata                | LMP         |
| KP 15 | 39 let | Muž     | Svobodný     | Sport, práce                      | LMP         |
| KP 16 | 37 let | Muž     | Svobodný     | Sport, Kultura, procházky         | Zdravotní   |
| KP 17 | 35 let | Žena    | Svobodná     | Keramika,                         | LMP         |
| KP 18 | 33 let | Muž     | Svobodný     | Keramika, televize                | Zdravotní   |
| KP 19 | 38 let | Muž     | Svobodný     | Doprava, sledování novinek        | LMP         |
| KP 20 | 33 let | Žena    | Svobodná     | Procházky, zvířata, přátelé       | Zdravotní   |

Zdroj: Vlastní výzkum

### **Komunikační partner 1**

Jedná se o ženu ve věku 25 let. Tato žena se před několika měsíci osamostatnila od rodičů a nastěhovala se do bytu svého přítele. KP je studentem VŠ, ale po studiu s partnerem plánují svatbu, z důvodu těhotenství. Mezi její zájmy patří sport, zábava, rodina a odpočinek.

Komunikační partnerka jako volný čas bere chvíle, kdy se může věnovat sama sobě a tomu, co má doopravdy ráda a tvrdí, že v současné době bohužel tento čas hlavně sama pro sebe postrádá. Ve volném čase by KP by chtěla zkusit aktivitu, která se zaměřuje na plavání a běh, což si zřejmě splní až po porodu. Aktuálně navštěvuje po příchodu domů jednou až dvakrát týdně kino, bazén nebo posilovnu.

Informace o možnostech trávení volného času má KP dostatek a bariéry u využívání volnočasových aktivit prozatím neexistují.

### **Komunikační partner 2**

Dalším KP je muž, který před několika měsíci oslavil své 43 narozeniny a bydlí se svou ženou a dvěma dětmi. Mezi své zájmy zařazuje běhání a cvičení.

O volném čase KP říká, že od té doby, co má ženu a děti volný čas nemá a silně ho postrádá. Dále popisuje, že když už nějaký minimální volný čas zůstane, tak ho stejně využije k uspokojení potřeb své rodiny. V současné době nepřemýšlel, která nová volnočasová aktivita by ho zajímala nebo alespoň zaujala. Po příchodu domů, převážně v hokejové sezóně alespoň navštěvuje se svými dětmi pravidelně 3x týdně hokej HC Motor.

Informace o možnostech trávení volného času má KP dostatek a říká, že v dnešní době jsou informace velice snadno dostupné nebo se mohou lehce vyhledat. Bariérami u KP pro trávení volného času je hlavně rodina a práce.

### **Komunikační partner 3**

Dalším KP je žena ve věku 20ti let. Tato žena má krátce partnera a bydlí prozatím se svými rodiči a psem. Prvním rokem studuje VŠTE v Českých Budějovicích a navštěvuje příležitostné brigády. Mezi své zájmy zařazuje venčení psa, procházky a posezení s přáteli.

KP si představuje pod pojmem volný čas chvíle, které může trávit tak, jak sama doopravdy chce. Také si myslí, že volného času není nikdy dost a nebylo by na škodu, kdyby den šel prodloužit alespoň o 5 hodin. Volný čas KP má vyhrazený pro své přátele, partnera, k návštěvám kaváren, ale nejvíce času investuje do brouzdání na internetu a sportovních aktivit. Ve svém volném čase nepocítuje zájem o novou aktivitu pro trávení volného času a je spokojená s tím, co aktuálně dělá. Dále tvrdí, že od té doby, co začala studovat na VŠ ani nenavštěvuje žádnou volnočasovou organizaci, ale ještě na střední škole je navštěvovala v pravidelných intervalech.

KP informací o možnostech trávení volného času má dost a když něco neví, vše si zjistí lehce na internetu nebo se zeptá svých přátel.

Bariéry, kvůli kterým by KP nemohla využívat jiných nabízených možností trávení volného času, prozatím neexistují.

#### **Komunikační partner 4**

Komunikační partnerka č. 4 je pohlavím žena ve věku 21 let. Studuje Zdravotně sociální fakultu v Českých Budějovicích a již druhým rokem žije se svým partnerem ve společném bytě. Mezi své zájmy zahrnuje sport, práci, kulturní akce a procházky.

Pod pojmem volný čas si představuje čas, ve kterém může dělat vše, co jí napadne a také co si sama naplánuje. Dále poukazuje na fakt, že volného času příliš nemá a pokud se nějaká volná chvílka najde, tak si najde činnost, kterou volné chvíle aktivně vyplní. Svůj volný čas se snaží komunikační partnerka strávit podle svých představ, ale ne vždy to prý vyjde a někdy jí plány naruší velké pracovní vytížení. Volný čas převážně využívá k návštěvě přátel, rodiny nebo vypomáhá svému partnerovi v práci, při opravách automobilů a motocyklů. Dále by ve svém volném čase měla zájem o cvičení na Powerplate.

Informací o volném čase má tato žena dostatek a tvrdí, že nejlépe se získávají informace z internetu, od přátel nebo z letáků.

U KP se v nynější době vyskytly bariéry v možnosti trávení volného času a volnočasových aktivit z důvodu onemocnění kolene, ale těší se, až bude mít po operaci a vyzkouší aktivitu již výše zmíněnou Powerplate.

## **Komunikační partner 5**

Komunikační partnerka č. 5 je pohlavím žena ve věku 24 let. Tato žena bydlí stále se svými rodiči z důvodu péče o postiženou sestru, protože nechce nikdy dopustit, aby se dostala do jakékoliv ústavní péče. Do práce začala chodit ihned po maturitě. V nynější době mezi své zájmy zahrnuje procházky do přírody se psem a partnerem nebo trávení času se svými přáteli.

Pod pojmem volný čas si představuje chvíle, které využije pro své koníčky a zájmy nebo setkání se svými přáteli. Dále uvádí, že dostatek času bohužel nemá, ale i přes to všechno se přeci jen nějaká volná chvílka najde. Svůj volný čas KP netráví podle svých představ, jejím přáním by bylo mít času mnohem víc. Nejvíce by KP zajímalo a lákalo naučit se v zimě na snowboardu. KP říká, že po příchodu domů žádnou organizaci, která se zaměřuje na trávení volného času, nenavštěvuje. Hlavním důvodem je fakt, že bydlí na vesnici a takové možnosti zde nejsou dostupné. Dříve navštěvovala sbor dobrovolných hasičů, ale z časových důvodů ze sboru vystoupila.

KP si myslí, že informací o možnostech trávení volného času má dost a pokud chce najít nějaké bližší informace, dohledá si je na internetu.

Bariéry, kvůli kterým nemůže využívat jiných nabízených možností trávení volného času, tato žena pocítuje z důvodu své postižené sestry, u které musí téměř pořád být z důvodu epileptických záchvatů.

## **Komunikační partner 6**

Komunikační partner č. 6 je muž ve věku 30ti let. Aktuálně není ženatý, ale má delší partnerský vztah. Společné bydlení s partnerkou plánují až po přestavbě rodinného domu. KP pracuje jako řidič kamionu a tato práce ho velmi baví. Mezi své oblíbené zájmy zahrnuje vše, co se zrovna naskytne, ale nejraději jezdí na závody motorek.

Pod pojmem volný čas si KP představí pohodu, kterou tráví se svými přáteli a rodinou. Pocítuje, že má vcelku dostatek volného času, ale nemůže ho prožívat tak, jak by chtěl. Volný čas má KP v čase, když má pauzu v kamionu, ale bohužel tyto chvíle využívá pouze ke spánku. Svůj volný čas o víkendu využívá k návštěvě kamarádů, trávení času s partnerkou a její nemocnou sestrou. KP by si přál mezi své aktivity v budoucnu zařadit jízdu na motorce nebo nějaký aktivnější a pravidelný sport. Po příjezdu domů KP žádnou volnočasovou organizaci nenavštěvuje, z důvodu časového vytížení.



KP si myslí, že informací o možnostech trávení volného času má dostatek a když nějakou informaci postrádá, dohledá si jí na internetu nebo od svých přátel.

KP nepocítuje žádné překážky v možnostech trávení volného času a je připravený na nové volnočasové aktivity.

### **Komunikační partner 7**

Komunikační partnerka č. 7 je pohlavím žena ve věku 22 let. Má stálého přítele, ale prozatím spolu nebydlí z důvodu studia VŠ. KP navštěvuje příležitostné brigády. Mezi své zájmy zahrnuje hlavně sport.

Pod pojmem volný čas si představí čas, který netráví ve škole nebo v práci. Dále o sobě říká, že volného času nemá mnoho z důvodu chození na brigády a do školy. Volný čas podle svých představ KP netráví, její představa o volném čase je aktivní sport, častější schůzky s přáteli a rodinou. V budoucnu plánuje častější cvičení, relaxování v přírodě a meditování. Ve volném čase navštěvuje KP nepravidelně posilovnu, ale nevyužívá žádné pomoci trenéra při cvičení. Někdy také zajde v místě svého bydliště do bazénu, ale pouze výjimečně.

KP si myslí, že nějaké informace o možnostech trávení volného času má, ale tvrdí, že by to mohlo být i lepší. Informace získává většinou ústní formou od svých přátel, někdy z internetu, ale nejraději dá na rady člověka, který už něco takového zažil nebo podnikl.

U KP č. 7 žádné bariéry v možnostech trávení volného času neexistují.

### **Komunikační partner 8**

KP č. 8 je žena ve věku 38 let. Její rodinu tvoří manžel a 3 děti. V nynější době KP pracuje se seniory. Mezi své zájmy aktuálně zahrnuje pohodu na gauči.

Pod pojmem volný čas si KP představuje hlavně relaxování a své přátelé. V poslední době si uvědomuje, že z důvodu velké rodiny nemá v podstatě žádný volný čas a je díky nim velmi vytížená. Dále uvádí, že svůj volný čas podle svých představ spíše netráví, než tráví. KP využívá svůj volný čas převážně k odpočinku na gauči nebo ke koukání na televizi. Nejvíce by jí zajímalo fitness, ale to nastane až poté, co děti vyrostou a budou více soběstačnější. Po příchodu domů nenavštěvuje žádné organizace, které se zabývají volnočasovými aktivitami, protože bydlí na vesnici a do těchto zařízení by musela dojíždět a to bohužel nestíhá.

Informací o možnostech trávení volného času má plno a získává je především z internetu nebo z televize.

U KP existují bariéry pouze v oblasti pečování o rodinu a chození do práce, jinak zdravotní, či jiné komplikace ji neomezují.

### **Komunikační partner 9**

KP č. 9 je muž ve věku 26 let, který žije prozatím se svými rodiči a mladším bratrem v panelovém bytě z důvodu rekonstrukce rodinného domku, do kterého se poté nastěhují se svou partnerkou. Zaměstnaný je již 4 rokem na Jaderné Elektrárně Temelín, kde je spokojený. Mezi své zájmy zahrnuje posilovnu a venčení svého psa.

Pod svůj volný čas zahrnuje víceméně posilovnu a sport. KP si myslí, že volný čas vcelku pozbývá a potřeboval by ho více, ale snaží se ho i tak trávit podle svých představ. KP by zajímala v budoucnu jako nová aktivita kickbox. Dodává, že bohužel bydlí v malém městě, kde takové možnosti nejsou a musel by dojíždět do Českých Budějovic, což je minimálně 50 km od místa bydliště. Po příchodu domů nenavštěvuje žádné volnočasové organizace, pouze posilovnu, kterou si vybavil KP sám. Myslí si, že posilovny jsou zbytečně předražené a pořízení vlastní posilovny ho vyšlo levněji než každodenní návštěva. Také dodává, že mimo jiné si může určit svojí vlastní dobu posilování a nemusí být závislý na denní otevírací době.

KP si myslí, že informovaný o možnostech, jak lidé mohou trávit volný čas je dostatečně a pokud neví, může si vše dohledat na internetu nebo z jiných dostupných zdrojů.

Nevýhody, které by pociťoval v možnostech trávení volného času, pro něj nejsou známé.

### **Komunikační partner 10**

KP č. 10 je žena ve věku 29 let a žije se svým partnerem a prozatím žádné děti společně nemají. Tato žena studuje VŠ a zároveň také pracuje. Mezi své zájmy řadí jógu nebo relaxační aktivity.

Pod pojmem volný čas si představí chvíle, kdy si odpočine, může číst knihy nebo relaxovat. Dále si myslí, že volného času není nikdy dost, ale záleží na každém, jak si svůj čas zorganizuje. Tento čas převážně využívá k sebevzdělávání se, čtení knih,

sportovním aktivitám a podobně. V budoucnu by měla zájem o power jógu. Po příchodu domů KP navštěvuje ve volnočasových centrech 2x týdně jógu a 1x týdně spinning. Motivací pro návštěvu těchto center bylo udržení si postavy ve formě. KP má sedavou práci a větší sklony k přibírání kilogramů, proto se rozhodla věnovat se pravidelným aktivitám s instruktorem, který jí pomáhá, jak aktivity správně vykonávat.

O možnostech trávení volného času se dozvídá především hledáním na internetu, časopisech nebo letácích.

Žádné bariéry u této KP žádné neexistují.

### **Komunikační partner 11**

Komunikační partner č. 11 je muž ve věku 26, který se narodil se zdravotním postižením, které se projevuje nestabilní chůzí, proto musí chodit s pomocí chodítka. KP bydlí o víkendy se svojí matkou a přes týden pobývá na týdenním stacionáři. Mezi své zájmy zařazuje hlavně fandění fotbalu, hraní společenských her a procházky do přírody.

Pod volným časem si představuje hraní karet a společenských her, koukání na TV, fandění fotbalu a relaxování v hospodě na pivo. Také si myslí, že volného času má někdy až příliš, hlavně v týdnu. Jako důvod uvádí fakt, že když je přes týden ubytovaný na stacionáři, tak se o ně starají pracovníci v soc. službách a v odpoledních hodinách s nimi neprovozují téměř žádné aktivity, proto se nudí a volným časem převážně oplývá. KP svůj volný čas tráví podle svých představ převážně o víkendy. V týdnu se musí držet programu, který stacionář nabízí. Svůj volný čas převážně využívá ke hraní karet, společenských her, procházkám, fandění fotbalu a jednou za čas chodí na trénink ve florbalu s kamarádem, který se ho snaží trénovat jako brankáře. KP by zajímalo více nových aktivit, ale nemůže je kvůli postižení vykonávat. Po příchodu (příjezdu) domů o víkendy žádnou volnočasovou organizaci nenavštěvuje a v týdnu také ne. V domácím prostředí má dostatek prostoru pro trávení volného času, protože bratr se před několika lety odstěhoval a rodiče mu nechávají prostoru tolik, kolik sám potřebuje.

Informací o možnostech trávení volného času má KP dostatek a nejčastěji si informace získává z internetu, novin, ale nejvíce z televize.

Bariéry si komunikační partner č. 9 v možnostech trávení volného času nepřipouští a říká, že i když musí pro chůzi používat chodítka, není to pro něj až tak velká překážka.

## **Komunikační partner 12**

Dvanáctým komunikačním partnerem je muž ve věku 35 let. Tento muž má kombinované postižení, které se projevuje více vadami současně. KP bydlí s matkou a jejím přítelem. Do svých zájmů zahrnuje plavání, jízdu na tříkolce, procházky, návštěvy přátel a kina.

Volný čas bere jako chvíle pohody, kdy se nepracuje, nenavštěvují se žádné kroužky a podobně. KP se domnívá, že má volného času dost, ale i tak je spokojený. Dále popisuje, že svůj volný čas tráví také podle toho, jak se domluví s matkou. Někdy se ale také stává, že KP není dobře a raději odpočívá. Jinak svůj volný čas převážně využívá k malování obrazů, plavání, pečení a podobně, všechno si prý ani nepamatuje. V budoucnu by měl zájem o kroužek keramiky, i když ví, že není zcela zručný. Po příchodu domů navštěvuje pravidelně 3x v týdne knihovnu v Písku, kde knihovnice připravují zajímavé programy nebo aktivity a o víkendu navštěvuje koně, na kterých s oblibou jezdí.

KP si přijde informovaný o možnostech trávení volného času. Informace převážně získává od sociální pracovnice a své rodiny. Nemůže si je dohledat na internetu nebo v novinách, protože neumí číst.

Své postižení KP řadí do bariér, kvůli kterým nemůže využívat jiných nabízených možností trávení volného času.

## **Komunikační partner 13**

Komunikační partnerkou č. 3 je žena ve věku 40 let a narodila se s diagnózou mentální retardace (v lehké formě). KP chodí do práce na zkrácený úvazek, jako uklízečka v jedné firmě. KP bydlí s matkou a jejím přítelem, protože otec se od nich odstěhoval před několika lety. Mezi své zájmy zařazuje práci se zvířaty, uklízení, posezení s přáteli, cestování, ale nejvíce času se snaží věnovat svému partnerovi, kterého má velmi ráda.

Pod pojmem volný čas si KP představí volno, kdy nemusí chodit do práce. Myslí si, že volného času má ve své podstatě dost, ale nevdá jí to. Komunikační partnerka č. 13 svůj volný čas tráví převážně podle svých představ, jak chce sama nebo její partner a to jí zcela vyhovuje. Jinak tento čas také využívá k procházkám do přírody, ke hraní společenských her, k návštěvě bazénu v Písku, kreslí obrazy a velmi ráda vaří nebo peče. KP je spokojena se svými aktivitami, které ve svém volném čase vykonává a nic nového

by jí prozatím nezajímalo. Po příchodu domů nenavštěvuje žádnou organizaci, kde by se účastnila organizovaných volnočasových aktivit, protože bydlí na samotě a raději upřednostňuje návštěvu lesa a přírody.

Informací KP o možnostech trávení volného času má dostatek od svých přátel, či z internetu.

Komplikace, kvůli kterým by KP nemohla využívat nabízených možností trávení volného času, prozatím žádné nepocituje.

#### **Komunikační partner 14**

Komunikační partner č. 14 je žena ve věku 39 let a narodila se s diagnózou mentální retardace (v lehké formě). Bydlí na chráněném bydlení, kde je velmi spokojená. Mezi zájmy zahrnuje téměř všechny aktivity, ale ze všeho nejraději chodí do lesa na procházky a ráda pečuje o zvířata.

Pod volným časem si představí volno, kdy se pěkně oblékne a prochází se po městě nebo navštíví kostel. KP si myslí, že dostatek volného času opravdu nemá, protože nemá ráda, když lidé časem marní a z tohoto důvodu se ho snaží co nejaktivněji využít. Aktuálně svůj čas tráví podle svých představ, ale dříve tomu tak prý nebyvalo. Tento čas převážně využívá k návštěvě kostela, obchodů, zpíváním ve sboru, výletům a fotografování. V budoucnu by jejím největším přáním bylo, aby mohla zkusit pomáhat seniorům anebo pracovat v útulku pro psy. Ráda pomáhá lidem a o tuto činnost by měla opravdový zájem například v rámci dobrovolnické činnosti. KP navštěvuje 1x měsíčně kino nebo divadlo. Dále navštěvuje pravidelně pěvecký sbor v Písku, se kterým vystupují v kostele.

Informací o možnostech trávení volného času má KP mnoho, ale ne vždy se jí nabídka aktivit líbí.

U této ženy neexistují žádné bariéry v možnostech trávení volného času, spíše naopak tvrdí, že aktuálně opravdu tráví svůj čas tak, jak si vždy přála.

#### **Komunikační partner 15**

Komunikační partner č. 15 je muž ve věku 39 let a narodil se s diagnózou mentální retardace (v lehké formě). KP bydlí již několik měsíců na chráněném bydlení. Mezi své zájmy zahrnuje jízdu na kole a zaměstnání, které ho doopravdy baví.

Za volný čas bere chvíle, kdy může odpočívat. KP volného času moc nemá, ale je spokojený, protože si svůj volný čas plánuje sám, tak jak potřebuje. Také ve svém volném čase nejraději spí, chodí na návštěvu za přáteli, poslouchá hudbu a chodí rád na pivo. V budoucnu by KP zajímala nová aktivita, která by byla spojená s vyřezáváním dřeva, ale momentálně na tuto činnost nemá téměř žádný čas. Dříve KP chodil do posilovny na chráněném bydlení každou středu, ale nyní návštěvy omezil z důvodu časového vytížení. Jinak žádnou jinou volnočasovou organizaci nenavštěvuje.

Informací o možnostech trávení volného času KP. č 15 má dostatek. Převážně si je zjišťuje z televize nebo rádia. KP se nenaučil číst a z tohoto důvodu nemůže využívat hledání informací na internetu, či v novinách.

KP nemá žádné tělesné bariéry, ale spíš finanční.

### **Komunikační partner 16**

Komunikačním partnerem č. 16 je muž ve věku 37. Od narození prošel 12ti operacemi Achillových šlach a trpí skoliózou páteře. KP bydlí již 2 roky na chráněném bydlení a je zde velmi spokojený. Mezi své zájmy zařazuje chození na procházky, sport, kino, stolní tenis, fotbal, házenou, hokejbal, hokej a fandění na sportovních utkáních.

Za volný čas považuje procházky a věnování se jakýmkoliv aktivitám, které nejsou v rámci práce. KP volného času příliš nemá, protože ho vyplňuje sportovními aktivitami a odpočinkem. Jinak svůj volný čas tráví podle svých představ. V budoucnu by měl zájem znova začít hrát aktivně hokejbal nebo trénovat mladší žáky. Po příchodu domů z práce v odpoledních hodinách navštěvuje volnočasové organizace, například zimní stadion, sportovní halu, kde se věnuje florbalu, či stolnímu tenisu se svým trenérem a také dochází na plavecký stadion.

O možnostech trávení volného času je KP informován velmi dobře buď od svých trenérů nebo z novin, či internetu.

KP nepocítuje žádné závažné komplikace v možnostech trávení volného času. Momentálně čeká na operaci kolene, která ho omezuje v hraní florbalu.

## **Komunikační partner 17**

Dalším komunikačním partnerem je žena ve věku 35ti let. Tato komunikační partnerka se narodila jako zdravé dítě, ale měla se svým partnerem tragickou autonehodu a od té doby má diagnózu získané mentální retardace. Bydlí se svou matkou, jejím přítelem, bratrem a jeho rodinou. Mezi své zájmy zařazuje výrobu keramiky, která je zároveň i jejím zaměstnáním v chráněných dílnách.

Volný čas vymezuje jako chvíle, kdy má volno jen sama pro sebe. KP tvrdí, že má dostatek volného času, ale vůbec jí to nevádí, protože v tomto čase ráda odpočívá. Ve volném čase nejraději plete, vaří a chodí na procházky. V budoucnu by jí zajímala nová aktivita zaměřená na jógu nebo florbal. Po příjezdu domů (o víkendu) navštěvuje volnočasovou organizaci, která se zabývá posilováním a trenér jí zde pomáhá se cvičením.

KP je spokojená s informacemi o možnostech trávení volného času a informace získává především z televize a od přátel.

KP nepocituje žádné bariéry nebo komplikace v možnostech trávení volného času.

## **Komunikační partner 18**

Komunikační partner č. 8 je muž starý 33 let a má již od narození zdravotní postižení. KP bydlí se svou matkou, ale chodí do práce do chráněných dílen a doma bývá minimálně. Mezi své záliby zařazuje keramiku, procházky v přírodě a sledování televize.

Pod pojmem volný čas si představuje chvíle, kdy nemusí chodit do práce. Volný čas má KP vyrovnaný, někdy má času více, někdy méně, ale dokáže si ho sám kvalitně rozvrhnout, či vyplnit. Také je spokojený, že svůj volný čas tráví podle sebe a nikdo ho do činností netlačí, ani nenutí. Tento čas využívá převážně k výletům po České republice, k odpočinku a stavění modelů letadel. V budoucnu prozatím KP nemá zájem o žádnou novou aktivitu, která by ho zajímala. Po příchodu domů žádnou volnočasovou organizaci KP nenavštěvuje, protože se setkal s několika situacemi, kdy se mu lidé bez postižení posmívali, a proto si raději vymýšlí aktivity sám nebo se svými přáteli.

Informace o možnostech trávení volného času získává nejvíce z časopisu ABC a z televize.

Žádné zdravotní bariéry KP nepocítuje v možnostech trávení volného času, pouze ho mrzí, že většina lidí bez postižení se povyšuje nad lidmi s postižením. S touto negativní situací se KP č. 18 setkal prý již několikrát.

### **Komunikační partner 19**

Komunikační partner je muž ve věku 38 let a od narození má diagnózu mentální retardace (v lehké formě). Bydlí s matkou a otec nedávno zemřel na rakovinu. Mezi své zájmy zahrnuje sledování novinek, vlaky a městskou hromadnou dopravu.

Pod volným časem si představí své volné, samostatné činnosti, které chce sám vykonávat a nikdo ho do nich netlačí. Myslí si, že v odpoledních hodinách má volného času příliš, s čímž není zcela spokojený. Jinak volný čas také využívá k procházkám ve městě a k nákupům. V budoucnu by měl zájem o plavání, pokud se najde někdo, kdo na něj prý bude mít trpělivost. Po příchodu domů žádné volnočasové organizace nenavštěvuje, protože v místě jeho bydliště jsou zařízení spíše zaměřena na děti, než na dospělé. V domácím prostředí má hodně prostoru pro trávení volného času, někdy až příliš.

KP je dostatečně informován o možnostech trávení volného času. Především informace získává z internetu.

Pro KP je největší bariéra strach z lidí. Myslí si, že je odlišný a zdraví lidé se mu prý často posmívají, proto je nejraději doma v bezpečí.

### **Komunikační partner 20**

Komunikačním partnerkou č. 20 je žena stará 33 let, která od narození prošla několika operacemi Achillových šlach, tudíž její postižení je zdravotní. Bydlí se svojí matkou a jejím přítelem a přes týden je ubytovaná na týdenním stacionáři, navštěvuje zaměstnání v chráněných dílnách v odvětví výroby keramiky. Mezi své zájmy zařazuje procházky do přírody se svým partnerem nebo psem.

Pod volným časem si představí chvíle, kdy může chodit na procházky a nechodí do zaměstnání. KP říká, že v dopoledních hodinách volný čas nemá, protože pracuje. Ovšem v odpoledních hodinách volný čas mívá, ale převážně ho využívá k odpočinku, přemýšlení, procházkám okolo řeky a návštěvám svého partnera. Když o víkendu přijede domů, tak volný čas tráví podle plánů své matky. V budoucnu by měla zájem o kroužek,



kde se vyrábí výrobky z korálků. Komunikační partnerka č. 20 navštěvuje 3x do měsíce knihovnu a 1x měsíčně navštěvuje kino nebo divadlo.

KP tvrdí, že informace o možnostech trávení volného času má a získává je především od své matky nebo z různých časopisů.

KP říká, že když o víkendu jede domů za svou matkou, tak jí moc nepouští ven, protože se o ni bojí z důvodu posměšků mladších dětí.

#### 4.2 Výsledky výzkumu

**Tabulka 3 - Trs 1:** Odpovědi osob **bez postižení** na otázku: *Co si představíte pod pojmem volný čas?*

|       | Relaxace, odpočinek | Hraní společenských her | Věnování se svým potřebám | Žádný volný čas KP nemá | Koníčky, zájmy nebo sportovní aktivity | Čas s přáteli a rodinou | Čas po práci, či škole |
|-------|---------------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|--|-------------------------|------------------------|
| KP 1  |                     |                         | X                         |                         | X                                      |                         |                        |
| KP 2  |                     |                         |                           | X                       |  |                         |                        |
| KP 3  |                     |                         | X                         |                         |  |                         |                        |
| KP 4  |                     |                         | X                         |                         | X                                      |                         |                        |
| KP 5  |                     |                         |                           |                         | X                                      | X                       |                        |
| KP 6  |                     |                         |                           |                         |  | X                       |                        |
| KP 7  |                     |                         |                           |                         |  |                         | X                      |
| KP 8  | X                   |                         |                           |                         |  | X                       |                        |
| KP 9  |                     |                         |                           |                         | X                                      |                         |                        |
| KP 10 | X                   |                         | X                         |                         | X                                      |                         |                        |

Zdroj: *Vlastní Výzkum 3*

**Tabulka 4 - Trs 2:** Odpovědi osob s postižením na otázku: *Co si představíte pod pojmem volný čas?*

|       | Relaxaci a odpočinek | Hraní společenských her | Věnování se svým potřebám | Žádný volný čas KP nemá | Koníčky, zájmy nebo sportovní aktivity | Čas s přáteli a rodinou | Čas po práci, škole apod. |
|-------|----------------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|--|-------------------------|---------------------------|
| KP 11 | X                    | X                       |                           |                         | X                                      |                         |                           |
| KP 12 |                      |                         | X                         |                         |  |                         | X                         |
| KP 13 |                      |                         |                           |                         |  |                         | X                         |
| KP 14 |                      |                         | X                         |                         | X                                      |                         |                           |
| KP 15 | X                    |                         |                           |                         |  |                         |                           |
| KP 16 |                      |                         |                           |                         | X                                      |                         | X                         |
| KP 17 |                      |                         | X                         |                         |  |                         |                           |
| KP 18 |                      |                         |                           |                         |  |                         | X                         |
| KP 19 |                      |                         | X                         |                         | X                                      |                         |                           |
| KP 20 |                      |                         |                           |                         | X                                      |                         | X                         |

*Zdroj: Vlastní výzkum 4*

Z uvedených dvou tabulek je očividné, že všichni komunikační partneři, kromě KP č. 2 uvedli, že volný čas mají a tráví ho podle svých časově dostupných možností.

Ovšem zajímavé je, že jen šest osob uvedlo, že jako volný čas si představují čas po práci, či škole, z toho 5 osob bylo s postižením a pouze 1 osoba bez postižení. Například KP č. 13 si doslovně pod pojmem volný čas představuje *volno a čas, kdy nemusím chodit*

*do práce, to je pro mě volný čas, prostě nic nedělám*, oproti KP č. 7, který si pod tímto pojmem představí *čas, který netrávím ve škole nebo v práci* (vlastní výzkum). Dalším zajímavým výsledkem je fakt u KP č. 2, který uvádí, že pod pojmem volný čas již neví, co si má představit od té doby, co má se svou ženou děti.

Ostatní komunikační partneři bez postižení i s postižením si v podstatě představují svůj volný čas podobně bez větších rozdílů.

**Tabulka 5 – Trs 3:** Odpovědi osob **bez postižení** na otázku: *Myslíte si, že máte dostatek volného času?*

|       | Ano, mám dostatek volného času | Volný čas někdy mám, někdy nemám / podle toho, jak si ho naplánuji | Volný čas spíše nemám | Volný čas žádný nemám |
|-------|--------------------------------|--|-----------------------|-----------------------|
| KP 1  |                                |  | X                     |                       |
| KP 2  |                                |  | X                     |                       |
| KP 3  |                                |  | X                     |                       |
| KP 4  |                                |  | X                     |                       |
| KP 5  |                                | X  |                       |                       |
| KP 6  | X                              |  |                       |                       |
| KP 7  |                                |  | X                     |                       |
| KP 8  |                                |  |                       | X                     |
| KP 9  |                                |  |                       | X                     |
| KP 10 |                                | X  |                       |                       |

Zdroj: *Vlastní výzkum 5*

Na otázku o dostatku volného času odpověděli KP 1, 2, 3, 4 a 7, že volný čas spíše nemají. Důvody, které především uváděli, byly zaměstnání nebo vytížení v domácnosti. Například KP č. 3 si myslí, že *volného času není nikdy dost. Prodloužit den o 5 hodin by nebylo vůbec na škodu, hlavně u mě* (vlastní výzkum). V rámci zvolené skupiny specifickým výsledkem je fakt, že KP č. 7 nemá dostatek volného času z důvodu chození do školy nebo na brigády, aby si finančně přilepšila ke svému studiu.

Pouze jeden KP č. 6 má příliš volného času a na otázku odpověděl následně: *mám dostatek volného času, ale nemohu ho prožít tak, jak bych chtěl. Důvod je prostý, jezdím kamionem a jezdím domů v pátek v noci a nastanou samé povinnosti. Volný čas mám tehdy, když točím pauzu v kamionu, ale nějak adekvátně ho využít nemohu, pouze ke spánku (vlastní výzkum).*

KP č. 5 a KP č. 10 odpověděli, že volný čas někdy mají, někdy také ne, záleží na tom, jak si svůj volný čas naplánují. Například KP č. 5 doslovně odpověděl: *dostatek času úplně nemám, ale někdy se přece jen nějaká volná skulinka najde (vlastní výzkum).* Také zajímavou odpověď na otázku o dostatku volného času řekl KP č. 10: *no, tak volného času není přeci nikdy dost, ale na každém záleží, jak si svůj čas zorganizuje, já si ho organizuji podle svých možností a schopností, takže nemohu říct, jestli ho mám hodně nebo málo, spíš tak akorát (vlastní výzkum).* Zajímavé je, že i když si KP č. 10 myslí, že by nebylo na škodu den prodloužit, tak i přesto si volný čas najde a snaží se ho smysluplně naplánovat a využít.

**Tabulka 6 – Trs 4:** Odpovědi osob s postižením na otázku: *Myslíte si, že máte dostatek volného času?*

|       | Ano, mám dostatek volného času | Volný čas někdy mám, někdy nemám / podle toho, jak si ho naplánuji | Volný čas spíše nemám | Volný čas žádný nemám |
|-------|--------------------------------|--|-----------------------|-----------------------|
| KP 11 | <b>X</b>                       |  |                       |                       |
| KP 12 | <b>X</b>                       |  |                       |                       |
| KP 13 | <b>X</b>                       |  |                       |                       |
| KP 14 |                                |  | <b>X</b>              |                       |
| KP 15 |                                | <b>X</b>   |                       |                       |
| KP 16 |                                | <b>X</b>   |                       |                       |
| KP 17 | <b>X</b>                       |  |                       |                       |
| KP 18 |                                | <b>X</b>   |                       |                       |
| KP 19 | <b>X</b>                       |  |                       |                       |
| KP 20 | <b>X</b>                       |  |                       |                       |

Zdroj: *Vlastní výzkum 6*

Z tabulky je očividné, že u osob s postižením odpovědělo šest KP, kteří mají dostatek volného času oproti třem KP, kteří volný čas mají podle toho, jak si ho naplánují a pouze jeden KP spíše volný čas nemá. Například KP č. 11 odpověděl na danou otázku následně: *ano, myslím si, že mám hodně volného času, někdy až moc a proč? No protože přes týden jsem na pobytu v týdenním stacionáři a tety, které se o nás tady starají, pro nás odpoledne nemají nějak moc aktivit, tak mám hodně volného času. Ale někdy jdeme třeba na procházku za muflonama nebo se procházíme ve městě a zajdeme do kavárny, ale není to každý den, tak mívám v týdnu často hodně volného času. Někdy se nudím, někdy si najdu činnost a je to v pohodě, ale doma je doma (vlastní výzkum).* Dále KP č. 12,13,17,19 a 20 uvedli, že volného času mají dostatek, ale nevdí jim to, protože tento čas využívají k odpočinku po návratu ze zaměstnání.

KP č. 15,16, a 18 uvedli, že volný čas mají podle toho, jak si ho naplánují. Například zajímavou odpověď uvedl KP č. 16: *no ani moc volný čas nemám, zaplňuji volno hlavně sportovníma aktivitama, a když nesportuji nebo se na sport nedívám, tak odpočívám (vlastní výzkum).* Ostatní KP se o sportovních aktivitách téměř nezmiňovali.

KP č. 14 jako jediná ze vzorku 10ti osob uvedla: *nemyslím si, že mám hodně volného času, protože když nějaký čas navíc mám, tak se nějak zabavím, abych se nenudila, protože mi přijde zbytečný, když lidi časem marní (vlastní výzkum).*

**Tabulka 7 – Trs 5:** Odpovědi osob **bez postižení** na otázku: *Trávíte svůj volný čas podle vašich představ?*

|       | Ano, trávím ho podle svých představ nebo se alespoň snažím | Pouze někdy volný čas trávím podle svých představ | Netrávím svůj volný čas podle představ. Přál/a bych si ho trávit jiným způsobem |
|-------|--|---|---|
| KP 1  |  | <b>X</b>  |   |
| KP 2  |  |   | <b>X</b>  |
| KP 3  | <b>X</b>   |   |   |
| KP 4  | <b>X</b>   |   |   |
| KP 5  |  |   | <b>X</b>  |
| KP 6  |  | <b>X</b>  |   |
| KP 7  |  |   | <b>X</b>  |
| KP 8  |  | <b>X</b>  |   |
| KP 9  |  | <b>X</b>  |   |
| KP 10 | <b>X</b>   |   |   |

Zdroj: *Vlastní výzkum 7*

V tabulce, která byla zaměřená na odpovědi KP zda tráví svůj čas podle svých představ, odpověděl KP č. 3, 4 a 10, že ho tak tráví nebo se alespoň snaží. Dále KP č. 1,6,8 a 9 odpověděli, že pouze někdy tráví svůj čas podle svých představ, například KP č. 6 odpověděl: *přes týden moc čas podle sebe, tak jak bych chtěl netrávím, ale o víkendy si to snažím nějak vynahradit* (vlastní výzkum). Tento muž nemůže trávit svůj volný čas podle sebe v týdnu z důvodu zaměstnání. Jezdí kamionem a volný čas využívá ke spánku při točení pauz v kamionu.

Zbylí KP č. 2, 5 a 7 uvedli, že svůj volný čas netráví podle představ a přáli by si ho trávit jiným způsobem. Například KP. Č 7 uvádí: *má představa o volném čase by byla aktivně sportovat, častěji se stýkat s mými přáteli a rodinou. Bohužel z důvodu studia a brigády se má představa volného času velmi silně liší od reality. V budoucnu bych se ale chtěla více věnovat cvičení a relaxu třeba v přírodě* (vlastní výzkum).

**Tabulka 8 – Trs 6:** Odpovědi osob s **postížením** na otázku: *Trávíte svůj volný čas podle vašich představ?*

|       | Ano, trávím ho podle svých představ nebo se alespoň snažím | Pouze někdy volný čas trávím podle svých představ | Netrávím svůj volný čas podle představ. Přál/a bych si ho trávit jiným způsobem |
|-------|--|---|---|
| KP 11 |  | <b>X</b>  |   |
| KP 12 |  | <b>X</b>  |   |
| KP 13 | <b>X</b>   |   |   |
| KP 14 | <b>X</b>   |   |   |
| KP 15 | <b>X</b>   |   |   |
| KP 16 | <b>X</b>   |   |   |
| KP 17 | <b>X</b>   |   |   |
| KP 18 | <b>X</b>   |   |   |
| KP 19 |  |   | <b>X</b>  |
| KP 20 |  | <b>X</b>  |   |

Zdroj: *Vlastní výzkum 8*

Zajímavé je, že oproti předešlé tabulce, která se zaměřovala na spokojenost v trávení volného času u osob bez postižení, vyšlo o ½ méně komunikačních partnerů, než u osob s postižením. U osob s postižením uvedlo šest KP ( KP č. 13,14,15,16,17 a 18), že volný čas tráví podle svých představ nebo se alespoň snaží ho trávit.

KP č. 11,12 a 20 uvedli, že pouze někdy volný čas tráví podle svých představ. Příkladem je KP č. 11 říká: *no, svůj volný čas trávím podle sebe spíš když jsem doma o víkendu. V týdnu máme daný nějaký program ve stacionáři, tak se mu snažím přizpůsobit, ale když jsem o víkendu doma, tak tam ten čas trávím tak, jak chci já a baví mě to* (vlastní výzkum).

Pouze KP č. 19 uvedl, že většinou netráví svůj volný čas podle svých představ.

**Tabulka 9 – Trs 7:** Odpovědi osob **bez postižení** na otázku: *Jaká nová aktivita/y by vás ve svém volném čase nejvíce zajímala/y?*

|       | Jakákoliv pravidelná sportovní aktivita | Power plate, fitness nebo power jóga | Snowboard | Meditace | Kickbox  | Žádná nová aktivita/y by mě nezajímala/y |
|-------|---|--------------------------------------|-----------|----------|----------|--|
| KP 1  | <b>X</b>                                |                                      |           |          |          |  |
| KP 2  |   |                                      |           |          |          | <b>X</b>                                 |
| KP 3  |   |                                      |           |          |          | <b>X</b>                                 |
| KP 4  |   | <b>X</b>                             |           |          |          |  |
| KP 5  |   |                                      | <b>X</b>  |          |          |  |
| KP 6  | <b>X</b>                                |                                      |           |          |          |  |
| KP 7  |   |                                      |           | <b>X</b> |          |  |
| KP 8  |   | <b>X</b>                             |           |          |          |  |
| KP 9  |   |                                      |           |          | <b>X</b> |  |
| KP 10 |   | <b>X</b>                             |           |          |          |  |

*Zdroj: Vlastní výzkum 9*

Výsledky odpovědí na otázku jaká nová aktivita/y by komunikační partnery ve svém volném čase nejvíce zajímala/y, téměř všichni z vybraného souboru projevíli zájem o sportovní aktivitu, kromě KP č. 2 a 3, kteří uvedli, že o žádnou novou aktivitu zájem prozatím nemají a KP č. 7 by nejvíce zajímala meditace.



**Tabulka 10 – Trs 8:** Odpovědi osob s postižením na otázku: *Jaká nová aktivita / aktivity by vás ve svém volném čase nejvíce zajímaly?*

|       | Relaxační aktivita | Sportovní aktivita/y | Ruční práce (keramika, truhlářství, korálky) | Dobrovolnictví | Žádná nová aktivita/y by mě nezajímala/y |
|-------|--------------------|----------------------|--|----------------|--|
| KP 11 |                    | <b>X</b>             |  |                |  |
| KP 12 |                    |                      | <b>X</b>                                     |                |  |
| KP 13 |                    |                      |  |                | <b>X</b>                                 |
| KP 14 |                    |                      |  | <b>X</b>       |  |
| KP 15 |                    |                      | <b>X</b>                                     |                |  |
| KP 16 |                    | <b>X</b>             |  |                |  |
| KP 17 | <b>X</b>           | <b>X</b>             |  |                |  |
| KP 18 |                    |                      |  |                | <b>X</b>                                 |
| KP19  |                    | <b>X</b>             |  |                |  |
| KP 20 |                    |                      | <b>X</b>                                     |                |  |

*Zdroj: Vlastní výzkum 10*

Ze souboru osob s postižením odpověděly 4 osoby, že mají zájem o novou aktivitu se zaměřením na sport. Z těchto čtyř osob odpověděl KP č. 17 následně: *hlavně by mě zajímala jóga a nebo taky florbal* a jako jediný z uvedeného souboru lidí má ve svém volném čase zájem o dvě aktivity současně, ostatní by se spokojili pouze s jednou (vlastní výzkum).

KP č. 12,15 a 20 by se zajímali o ruční práce, přičemž KP č. 12 by zajímala keramika, KP č. 15 by se zajímal spíše o vyřezávání nábytku ze dřeva a KP č. 20 by se chtěla věnovat výrobkům z korálků.

KP č. 14 jako jediná projevila zájem o pomoc jiným lidem v rámci dobrovolnické činnosti, přesněji řečeno: *chtěla bych pomáhat lidem, hlavně seniorům. Nebo taky v útulku pro psy. Mám opravdu ráda zvířata a lidi a proto bych chtěla pomáhat aspoň jim, protože všem pomoci nemůžu* (vlastní výzkum). KP č. 13 a 18 nemají zájem o žádnou novou aktivitu v nynější době ani v budoucnosti.

**Tabulka 11 – Trs 8:** Odpovědi osob **bez postižení** na otázku: *Navštěvujete po příchodu domů nějakou organizaci, ve které se účastníte organizovaných volnočasových aktivit?*

|       | Navštěvuji pravidelně volnočasové organizace | Navštěvuji nepravidelně volnočasové organizace | Nenavštěvuji žádné volnočasové organizace |
|-------|--|--|---|
| KP 1  | <b>X</b>                                     |  |   |
| KP 2  | <b>X</b>                                     |  |   |
| KP 3  |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 4  |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 5  |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 6  |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 7  |  | <b>X</b>                                       |   |
| KP 8  |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 9  |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 10 | <b>X</b>                                     |  |   |

*Zdroj: Vlastní výzkum 11*

V otázce zaměřené na trávení volného času ve volnočasových organizacích odpovědělo šest KP že tyto organizace vůbec nenavštěvují. Důvod, kvůli kterému tyto organizace nenavštěvují, spočívá v časové vytíženosti nebo také z důvodu bydliště na vesnici, kde se takové organizace převážně nevyskytují. Dalším důvodem bývá také málo finančních prostředků, které pro návštěvu volnočasových organizací jsou převážně potřebné. Například KP č. 9 odpověděl: *nenavštěvuji, chodím do vlastní posilovny, protože placení posilovny je v celku finančně náročné a ně každý má tolik peněz na vyhazování, proto se mi vyplatilo zřídit si vlastní malou posilovnu pro mojí potřebu* (vlastní výzkum).

KP č. 1, 2 a 10 navštěvují pravidelně volnočasové organizace. KP č. 1 volnočasové organizace navštěvuje 1x až 2x týdně, KP č. 3x týdně, ale pouze v sezóně, kdy hraje HC Motor hokej a KP č. 10 navštěvuje 2x týdně jógu a 1x týdně spinning.

KP č. 7 jako jediný navštěvuje volnočasové organizace v nepravidelných intervalech a odpověděl následně: *navštěvuji pouze posilovnu, ale ne pravidelně a nemám ani*

žádného trenéra, cvičím podle svých možností a schopností. Někdy také zajdu u nás ve městě do bazénu, ale to se stává opravdu jen výjimečně (vlastní výzkum).

**Tabulka 12 – Trs 9:** Odpovědi osob s **postížením** na otázku: *Navštěvujete po příchodu domů nějakou organizaci, ve které se účastníte organizovaných volnočasových aktivit?*

|       | Navštěvuji pravidelně volnočasové organizace | Navštěvuji nepravidelně volnočasové organizace | Nenavštěvuji žádné volnočasové organizace |
|-------|--|--|---|
| KP 11 |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 12 | <b>X</b>                                     |  |   |
| KP 13 |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 14 | <b>X</b>                                     |  |   |
| KP 15 |  | <b>X</b>                                       |   |
| KP 16 |  | <b>X</b>                                       |   |
| KP 17 | <b>X</b>                                     |  |   |
| KP 18 |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 19 |  |  | <b>X</b>                                  |
| KP 20 |  | <b>X</b>                                       |   |

Zdroj: *Vlastní výzkum 12*

U vzorku osob s postižením opověděl KP č. 12, 14, a 17, že navštěvují pravidelně volnočasové organizace. Převážně tyto osoby navštěvují knihovnu, pěvecký sbor, posilovnu a divadlo nebo kino.

KP č. 15,16 a 20 odpověděli, že volnočasové organizace navštěvují v nepravidelných intervalech, přičemž KP č. 16 odpověděl: *podle toho, jak jsem unavený z práce, tak pak i někam jdu. Když nejsem unavený nebo je víkend, tak chodím na zimní stadion hrát hokej, nebo do bazénu v Písku, někdy hraju florbal ve sportovní hale, stolní tenis* (vlastní výzkum).

KP č. 11,13,18 a 19 uvedli, že nenavštěvují žádné volnočasové organizace. Přičemž KP č. 11 a 13 uvedli, že tyto organizace nenavštěvují, protože přes týden jsou ubytovaní na týdenním stacionáři a o víkendu se spíše věnují svým zálibám a rodině. Velmi zajímavé odpovědi uvedli KP č. 18 a 19, které jsou si obsahem velmi podobné. KP č. 18 odpověděl:

*nenavštěvují tyhle organizace, štvě mě, že všichni na nás postižený koukají tak jinak, proto tyto organizace nenavštěvují a vymýšlím si aktivity sám nebo s kamarádama. Jinak po práci se stavím rychle doma, převleču se a jdu do Domova sv. Anežky za kamarádama a v 7:30 odcházím domů, tak to dělám každý den, kromě víkendu. Jinak také navštěvují někdy hospodu, kam si zajdu na jedno nebo dvě piva“ a podobnou odpověď uvedl také KP č. 19: *nenavštěvují, protože většina zařízení a organizací v místě mého bydliště je zaměřená na aktivity pro malé děti a stejně jsem převážně sám, tak ani si nemám jít třeba s kým kopnout míčem nebo zahrát tenis, tak bohužel. A taky mi vadí, že na mě lidi koukají divně, protože sem postižený, proto je možná i lepší zůstat doma a nikam nechodit (vlastní výzkum).**

**Tabulka 13 - Trs 10:** Odpovědi osob **bez postižení** na otázku: *Existují nějaké bariéry (nevýhody, komplikace), kvůli kterým nemůžete využívat jiných nabízených možností trávení volného času?*

|       | Existují bariéry | Neexistují žádné bariéry |
|-------|------------------|--------------------------|
| KP 1  |                  | <b>X</b>                 |
| KP 2  | <b>X</b>         |                          |
| KP 3  |                  | <b>X</b>                 |
| KP 4  | <b>X</b>         |                          |
| KP 5  | <b>X</b>         |                          |
| KP 6  |                  | <b>X</b>                 |
| KP 7  |                  | <b>X</b>                 |
| KP 8  | <b>X</b>         |                          |
| KP 9  |                  | <b>X</b>                 |
| KP 10 |                  | <b>X</b>                 |

*Zdroj: Vlastní výzkum 13*

U vzorku osob bez postižení uvedl KP č. 2,4,5 a 8, že u nich existují bariéry v nabízených možnostech trávení volného času. Například KP č. 2 uvedl, že bariérou je pro něj *rodina, práce a podobně“*. U KP č. 4 a 8 se stává bariérou rodina, práce nebo zdravotní stav. U KP č. 5 se stává bariérou úplně jiný fakt: *mám postiženou sestru, o kterou se chci starat a u které se musí pořád být (aby se jí například při epileptickém záchvatu něco nestalo). Také musím brát ohledy na to, jestli by třeba moji rodiče nechtěli*

vyrazit někam ven. Pokud chtějí někam vyrazit, plná péče o mojí sestru spadá na mě a prostě nezůstává téměř žádný čas věnovat se jakýmkoliv aktivitám volného času (vlastní výzkum).

KP č. 1,3,6,7,9 a 10 uvedli, že u nich neexistují žádné bariéry, které by je mohly omezovat v nabízených možnostech trávení volného času. Například KP č. 6 říká: *Nemám žádné překážky a jsem připravený na nové volnočasové aktivity*“ a KP č. 7 si myslí, že: *vyloženě žádné bariéry nemám, asi je to špatná koordinace času nebo to, že si chci něco vydělat na brigádu a mám školu do pozdních hodin* (vlastní výzkum).

**Tabulka 14 - Trs 11:** Odpovědi osob s postižením na otázku: *Existují nějaké bariéry (nevýhody, komplikace), kvůli kterým nemůžete využívat jiných nabízených možností trávení volného času?*

|       | Existují bariéry | Neexistují žádné bariéry |
|-------|------------------|--------------------------|
| KP 11 |                  | <b>X</b>                 |
| KP 12 | <b>X</b>         |                          |
| KP 13 |                  | <b>X</b>                 |
| KP 14 |                  | <b>X</b>                 |
| KP 15 | <b>X</b>         |                          |
| KP 16 | <b>X</b>         |                          |
| KP 17 |                  | <b>X</b>                 |
| KP 18 |                  | <b>X</b>                 |
| KP 19 | <b>X</b>         |                          |
| KP 20 | <b>X</b>         |                          |

Zdroj: *Vlastní výzkum 14*

U vzorku osob s postižením odpověděli KP. Č 12, 15, 16, 19 a 20, že u nich existují bariéry v nabízených možnostech trávení volného času. KP č. 12 a 16 mají bariéry z důvodu svého postižení, které spočívá ve zdravotní stránce. Ovšem KP č. 15 uvedl bariéru z důvodu finanční stránky: *tělesné bariéry nemám, ale spíš jde o ty finanční, všechno je moc drahé a jsem rád, že si vydělám nějaké peníze na jídlo a bydlení* (vlastní výzkum). Ovšem KP č. 19 a 20 odpověděli téměř shodně, že mají bariéru z důvodu postižení a aktivity by vykonávat klidně mohli, ale nechtějí, protože se jim lidé posmívají, resp. KP č. 19 uvádí: *u mě existují komplikace, mám strach z lidí, myslí si, že jsem odlišný*

a ti, co jsou zdraví, se mi i dost často posmívají a velmi podobnou (téměř identickou) odpověď má také KP č. 20: *ano, existují komplikace. Mamka mě ven samotnou moc nepouští, protože se o mě bojí z důvodu, že se mi ostatní lidé většinou posmívají (převážně mladší děti)* (vlastní výzkum).

**Tabulka 15 – Trs 12:** Odpovědi osob **bez postižení i s postižením** na otázku: *K čemu převážně využíváte svůj volný čas?*

|       | Nákupy<br>kavárny | Rodina,<br>přátelé | Procházky,<br>výlety | Odpocínek,<br>televize,<br>hudba a<br>internet | Ruční<br>práce<br>a<br>vaření | Knihy,<br>malování,<br>společenské<br>hry | Péče<br>o<br>zvířata |
|-------|-------------------|--------------------|----------------------|--|-------------------------------|---|----------------------|
| KP 1  |                   | X                  |                      |  |                               |   |                      |
| KP 2  |                   | X                  |                      |  |                               |   |                      |
| KP 3  | X                 | X                  |                      | X  |                               |   |                      |
| KP 4  |                   | X                  |                      |  |                               |   |                      |
| KP 5  |                   | X                  | X                    |  |                               | X   | X                    |
| KP 6  |                   | X                  |                      |  |                               |   |                      |
| KP 7  |                   |                    |                      | X  |                               |   |                      |
| KP 8  |                   |                    |                      | X  |                               |   |                      |
| KP 9  |                   |                    |                      |  |                               |   | X                    |
| KP 10 |                   |                    |                      |  |                               | X   |                      |
| KP 11 |                   |                    | X                    |  |                               | X   |                      |
| KP 12 |                   |                    |                      |  | X                             | X   |                      |
| KP 13 |                   |                    | X                    |  | X                             | X   |                      |
| KP 14 | X                 |                    | X                    |  | X                             |   | X                    |
| KP 15 | X                 | X                  |                      | X  |                               |   |                      |
| KP 16 |                   |                    |                      | X  |                               |   |                      |
| KP 17 |                   |                    | X                    |  | X                             |   |                      |
| KP 18 |                   |                    | X                    | X  | X                             |   |                      |
| KP 19 | X                 |                    | X                    |  |                               |   |                      |
| KP 20 |                   | X                  | X                    |  |                               |   |                      |

*Zdroj: Vlastní výzkum 15*

V tabulce, která se zaměřuje na vyhodnocení aktivit ve volném čase u osob s postižením i bez postižení nejvíce komunikačních partnerů odpovědělo, že svůj volný čas nejčastěji věnují rodině, přátelům, procházkám do přírody a výletům. Zajímavostí je fakt, že pouze KP. č. 5 ze souboru osob bez postižení, se ve volném čase věnuje procházkám do přírody a výletům. Přičemž u osob s postižením se věnuje procházkám do přírody a výletům komunikačních partnerů celkem sedm.

Pět KP se věnuje čtení knih, malování a hraní společenských her a ve stejném počtu se také věnují ruční práci a vaření.

Nakupování a návštěvě kaváren se věnují čtyři KP a pouze KP č. 5, 9 a 14 odpověděli, že se ve svém volném čase starají o zvířata.

## 5 DISKUZE

V bakalářské práci jsem se snažila nahlédnout do problematiky využívání volného času a volnočasových aktivit u dospělých osob s postižením a zároveň zjistit, nakolik se jejich aktivity liší od osob bez postižení. Také byla tato práce utvořena za účelem porovnat, zda se osoby s postižením začleňují do běžných volnočasových aktivit mezi osoby bez postižení nebo raději ne. Nutností je dodat, že volný čas v životě každého člověka hraje velmi důležitou roli, díky které se rozvíjí naše osobnost jak ze sociální, tak i praktické stránky. Hofbauer (2004) hovoří o faktu, že volný čas je v životech lidí velmi důležitou stránkou, do které člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svobodného rozhodnutí a přináší mu příjemné zážitky, či uspokojení. Autor poukazuje na funkce volného času, kterými jsou odpočinek, zábava a rozvoj osobnosti člověka.

Hlavním výzkumným cílem bylo zjistit, jak lidé s mentálním a kombinovaným postižením využívají svůj volný čas. Tento hlavní cíl zahrnoval tři dílčí výzkumné cíle, které jsem se snažila naplnit pomocí předem stanovených výzkumných metod.

Výzkumu se zúčastnilo pouze 20 komunikačních partnerů, přičemž ½ tvořily osoby s postižením a druhou ½ lidé bez postižení a je třeba brát v úvahu, že ve větším množství komunikačních partnerů by se výsledky mohly zcela lišit.

Aplikace vybraného kvalitativního výzkumu zaměřená na zvolenou cílovou skupinu byla velmi zajímavým poznatkem. Mohla jsem komunikovat s lidmi, kteří se s postižením narodili nebo ho také v průběhu svého života získali, například z důvodu dopravní autonehody a zároveň porovnávat odlišnosti v možnostech trávení volného času oproti zdravým lidem. Například jedna z komunikačních partnerek se mi v průběhu rozhovoru svěřila s touto informací: *moje postižení je získané, protože jsem byla do svých 28 let zdravá, ale potom jsme s přítelem měli tragickou autonehodu a už nemohu dělat to, co dřív.*

Polostrukturovaný rozhovor, který byl zvolen pro vytváření výzkumu byl velmi vhodný, protože jsem díky němu získala velkou řadu zajímavých faktů týkajících se začleňování osob s postižením mezi zdravé jedince. Také si myslím, že cílová skupina osob s postižením byla dobře zvolená, protože jsou velmi přátelští, mají úplně jiný pohled na svět a jsou ochotni mluvit otevřeně bez větších přetvářek.

Provedený výzkum odhalil, že zájmy u osob s postižením i bez postižení se od sebe vcelku nelišily. Téměř všichni komunikační partneři mezi své zájmy zařazovali především sport, procházky, přátelé, rodinu, kulturu, ruční práce a odpočinek. Němec a



kol. (2002) popisuje, že určité zájmy člověka charakterizují osobnostní vlastnost, která vyjadřuje vztah k předmětům, či jevům, kterým člověk připisuje vlastní význam. Dále tvrdí, že zájem vzbuzuje snahu po aktivním kontaktu s předmětem zájmu a zároveň jeho poznávání. Mohu potvrdit, že lidé, kteří měli více zájmů, byli více vstřícní, komunikativní a měli ke zvoleným zájmům opravdový vztah. Opakem byli ti, kteří téměř žádné zájmy neměli a neměli potřebu je ani vyhledávat.

První dílčí výzkumný cíl zjišťoval, jaké volnočasové aktivity a v jaké míře využívají lidé s mentálním a kombinovaným postižením v organizacích zabývajících se volnočasovými aktivitami v porovnání s lidmi bez postižení. Z výzkumu vyplývá, že tři komunikační partneři s postižením pravidelně navštěvují organizace zaměřené na volnočasové aktivity. Nepravidelně navštěvují z vybraného souboru osob bez postižení volnočasové organizace tři KP, přičemž důvod nepravidelných návštěv bývá především únava po práci. Vůbec žádné volnočasové organizace nenavštěvují čtyři komunikační partneři. Zajímavý je fakt, že KP č. 18 a 19 tyto organizace nenavštěvují z důvodu strachu zesměšňování od lidí bez postižení, s čímž se již několikrát setkali. Daňková (2006) zveřejnila na internetovém portálu ([www.demografie.cz](http://www.demografie.cz)) výzkum *Jak se u nás žije lidem s postižením?*, který realizovalo sdružení *Máme otevřeno?*, se zaměřením na finance, bydlení, volný čas, sociální služby a jejich využívání u osob s postižením. Výzkum se realizoval v 18ti pražských organizacích se vzorkem 100 informantů ve věkovém rozmezí 18 – 64 let. Výsledky, které byly ve výzkumu zveřejněné v oblasti trávení volného času a sociálních kontaktů, se příliš nelišili od výzkumu této bakalářské práce. Více než 90% informantů uvedlo v uveřejněném výzkumu, že mají celkem dost volného času a pouze jedné třetině se někdy stává, že neví, jak svůj volný čas má kvalitně vyplnit ([www.demografie.cz](http://www.demografie.cz)). Do oblasti trávení volného času osob s postižením se promítá také celá řada skutečností. Značná část z nich neví, jaké aktivity mohou ve volném čase provozovat, a často se jim také stává, že neví, jak a čím svůj volný čas mají vůbec vyplnit. Především mají také obavy, aby je lidé bez postižení nezesměšňovali. Musíme brát v potaz, že v možnostech kvalitního trávení volného času hrají velmi důležitou funkci mimo jiné také osoby v okolí postiženého, které mu mohou pomoci.

U osob bez postižení vyšly ve výsledcích výzkumu této práce podobné hodnoty jako u osob s postižením. Tři KP navštěvují volnočasové organizace pravidelně, pouze jeden KP je navštěvuje nepravidelně a šest osob nenavštěvuje vůbec žádné organizace zaměřené na volný čas. Důvody, kvůli kterým převážně nemohou navštěvovat volnočasové organizace, bývají především rodina, pracovní vytíženost, bydliště na

vesnici, kde je špatná dostupnost těchto organizací, ale také finanční důvody. Když porovnám všechny komunikační partnery, kteří pravidelně i nepravidelně navštěvují volnočasové organizace, tak jsou vcelku stejné. Převážně se jedná o volnočasové organizace a aktivity typu: kino, bazén, knihovna, pěvecký sbor a různá sportovní volnočasová centra zaměřená na sportovní aktivity.

Druhý výzkumný cíl sledoval jaké volnočasové aktivity a v jaké míře využívají lidé s mentálním a kombinovaným postižením mimo organizace (v domácím prostředí). Zde nebyly shledány značné rozdíly mezi trávením volného času zdravých osob a osob s postižením. Jediný patřičný rozdíl uvádí pouze jeden komunikační partner bez postižení, který nejraději ve svém volném čase chodí na procházky, či výlety. Přičemž u osob s postižením uvedlo sedm KP, že svůj volný čas aktivně využívají k procházkám do přírody a výletům, což je značný rozdíl v porovnání s uvedenými osobami bez postižení. Z výzkumu vyplývá, že v domácím prostředí lidé s postižením i bez postižení věnují nejvíce svého volného času především rodinným příslušníkům, přátelům, cestování, či výletům, sledování televize nebo internetu a v menší míře se věnují ruční práci, hraní společenských her, malování, péči o zvířata, nakupování a návštěvám kaváren, či restaurací. Šafr a Patočková (2010) zveřejnili ve svém článku o výzkumu *Trávení volného času v České republice ve srovnání s 18ti evropskými zeměmi*, který zprostředkoval výzkum ISSP 2007 velmi zajímavé výsledky. Autoři (2010) popsali, že lidé bez postižení v České republice výrazně nejvíce volného času tráví nakupováním v obchodech, více se věnují ručním pracím, či kutilství a také čtou rádi knihy. Dále uvádí, že méně času tráví na internetu, méně hrají společenské hry a také tolik neposlouchají hudbu. V porovnání s výzkumem autorky práce se výsledky příliš nelišily, až na fakt, že ve výzkumu ISSP (2007) vyšlo nakupování v obchodech v nejvyšších hodnotách a ve výzkumu autorky práce kleslo na hodnoty nižší.

Třetí výzkumný cíl porovnával způsob využití volného času lidmi z cílové skupiny v porovnání se stejnou skupinou dospělých lidí bez postižení. Výzkum ukázal, že v porovnání souboru osob s postižením a osob bez postižení na otázku jak by si představovali svůj volný čas, odpověděli KP ve stejném poměru. Pod volným časem by si KP s postižením i bez postižení představovali hlavně relaxaci, odpočinek, věnování se svým potřebám, koníčkům, zájmům, sportovním aktivitám, trávení času s přáteli a čas strávený po práci, či škole. Zajímavé je zjištění, že pouze KP č. 11 z celého vybraného souboru lidí si pod volným časem představí hraní společenských her. Z tohoto zjištění

vyplývá fakt, že osoby s postižením i bez postižení mají téměř identické představy o volném čase.

Na otázku, zda si KP myslí, že mají dostatek volného času, odpověděli obě dvě cílové skupiny následně: pouze KP č. 6 odpověděl, že má dostatek volného času, dva KP odpověděli, že volný čas mají podle toho, jak si ho sami naplánují, dále pět KP volný čas dle výzkumu téměř nemají a dva KP nemají volný čas vůbec žádný. V porovnání se souborem osob s postižením odpovědělo šest KP, že mají dostatek volného času, další tři KP mají volný čas podle toho, jak si ho sami naplánují a pouze KP č. 14 volný čas spíše nemá. Z výsledků vyplývá, že osoby s postižením mají více nevyplněného volného času v porovnání s osobami bez postižení, které spíše odpovídaly, že volný čas postrádají.

Další otázka byla zaměřená na to, zda KP tráví volný čas podle svých představ. Z vybraného souboru osob bez postižení odpověděli tři KP, že volný čas tráví zcela podle svých představ, čtyři tento čas tráví pouze někdy podle svých představ a poslední tři KP tvrdí, že ho netráví zcela vůbec podle svých představ a přáli by si ho trávit jiným způsobem. V porovnání s osobami s postižením vyšly výsledky lépe než u prvního souboru. Přičemž šest KP s postižením odpovědělo, že svůj volný čas tráví zcela podle svých představ a jsou spokojeni, tři KP tento čas tráví podle svých představ pouze někdy. Svůj volný čas netráví vůbec podle svých představ pouze tři KP, kteří by si ho přáli trávit jiným způsobem a lépe. Z porovnání obou dvou souborů osob vyplývá zjištění, že osoby s postižením se snaží trávit svůj volný čas více podle svých představ, než osoby bez postižení.

Další otázka se zaměřovala na účast organizovaných volnočasových aktivit, například ve volnočasových centrech a podobně. Pravidelně tráví svůj volný čas tři komunikační partneři bez postižení ve volnočasových organizacích a KP č. 7 tyto organizace navštěvuje nepravidelně. Zajímavé je, že šest lidí ze stejného souboru odpovědělo, že žádné volnočasové organizace nenavštěvuje, přičemž jako důvody především uváděli velké časové vytížení nebo nezáměr. V porovnání se souborem osob s postižením, vyšly výsledky lépe. Z šesti komunikačních partnerů navštěvuje volnočasové organizace  $\frac{1}{2}$  pravidelně a  $\frac{1}{2}$  nepravidelně. Pouze čtyři KP nenavštěvují žádné volnočasové organizace a jako důvody, kvůli kterým nemohou tyto organizace navštěvovat, uvedly bydliště na vesnici, finanční důvody nebo fakt, že lidé bez postižení se k lidem s postižením chovají negativně a posmívají se jim. Při porovnání těchto dvou souborů osob vyšlo, že osoby s postižením navštěvují volnočasové organizace aktivněji, než lidé bez postižení. Jediné, nad čím by bylo vhodné se opravdu zamyslet je fakt, že

ačkoliv žijeme v 21. století a lidé s postižením se více začleňují do společnosti, tak se stále můžeme setkat s negativními zkušenostmi a šikanou od lidí bez zdravotního postižení na lidech s postižením.

Předposlední otázka byla zaměřena na zjištění, zda existují u osob vybraného souboru bariéry (nevýhody, komplikace), kvůli kterým by nemohly využívat jiných nabízených možností trávení volného času a odpovědi vyšly následovně. Ze souboru osob bez postižení odpovědělo šest KP, že žádné bariéry neshledávají a zbylí čtyři KP bariéry bohužel pociťují. Důvodem bariér u těchto čtyř KP se stává především rodina. V porovnání odpovědí se souborem osob s postižením vyšly výsledky na ½. Pět KP uvedlo, že bariéry v jiných nabízených možnostech trávení volného času pociťuje a hlavním důvodem uvedli své postižení. Druhá ½ žádné bariéry nepociťuje, i přesto, že mají závažnější postižení. Ze zjištění vyplývá fakt, že jak u osob s postižením, tak i bez postižení nastávají bariéry a nemusí se především jednat o zdravotní postižení, ale například o finanční bariéry apod.

Poslední otázka se zaměřovala na faktické každodenní činnosti využívání volného času komunikačních partnerů. Ze souboru osob bez postižení nejvíce KP odpovědělo, že svůj volný čas fakticky využívá k návštěvě rodiny a přátel, na druhém místě tento čas také věnují odpočinku, dívání se na televizi, či hledání informací na internetu. A nejméně se věnují návštěvám obchodů, či kaváren, procházkám nebo výletům, čtení knih, malování, hraní společenských her a věnování se zvířatům. V porovnání se souborem osob s postižením výsledky byly rozdílné. Nejvíce KP se fakticky věnuje procházkám a výletům. V menším počtu se KP věnují ručním pracím a vaření, přičemž ani jeden KP bez postižení tuto činnost neuvedl. Dále se také rádi ve svém volném čase věnují čtení knih, malování a hraní společenských her. V nejmenším počtu uváděli nákupy a návštěvy kaváren, věnování se rodině a přátelům, odpočinek, televizi, hudbu, internet a péči o zvířata.

Poslední zjištění je fakt, že po dotázání se, kde komunikační partneři dohledávají informace o možnostech trávení volného času, nejvíce odpovídali, že v televizi, novinách či na internetu.

## 6 ZÁVĚR

Tato práce je věnována osobám s postižením, které jsou velmi diskutovaným tématem dnešní společnosti. Téma zaměřené na osoby s postižením jsem si vybrala nejen díky jeho aktuálnosti, ale také z důvodu, že mě toto téma vnitřně zajímá a je mi velmi blízké.

Bakalářská práce má teoreticko – empirický charakter, přičemž v praktické části byla uplatněna kvalitativní výzkumná strategie. Teoretická část se skládá z obecné charakteristiky druhů postižení a také z představení možností trávení volného času a volnočasových aktivit.

Druhá, tedy praktická část práce, je vytvořena pomocí kvalitativního výzkumného šetření, ve kterém jsem použila polostrukturovaný rozhovor pro možnost obsáhlejších odpovědí komunikačních partnerů. Sběr dat probíhal formou rozhovoru se dvěma skupinami osob. První skupinu deseti osob tvořili lidé s postižením a druhou skupinu tvořil ten samý počet osob bez postižení. Analýza dat byla provedena pomocí techniky trsů. Rozhovory nebyly nahrávány na diktafon z důvodu nesouhlasu sociálních pracovníků v zařízeních, kde výzkum probíhal, proto byla zvolena forma detailního zápisu informací do počítače.

Cíl bakalářské práce spočíval v nahlédnutí do problematiky způsobu využívání volného času a volnočasových aktivit dospělých osob s mentálním a kombinovaným postižením, v porovnání se souborem lidí bez zdravotního postižení. Tato práce měla také tři dílčí cíle, přičemž dílčí cíl č. 1 se zaměřoval na volnočasové aktivity osob s mentálním a kombinovaným postižením v organizacích zabývajících se volnočasovými aktivitami. Dílčí cíl č. 2 byl zaměřen na míru volnočasových aktivit osob s mentálním a kombinovaným postižením v domácím prostředí. Poslední dílčí cíl č. 3 směřoval ke zjištění způsobu využití volného času lidmi z cílové skupiny v porovnání se stejnou skupinou dospělých lidí bez zdravotního postižení. Dále jsem hledala odpověď na tuto výzkumnou otázku: Jaké volnočasové aktivity a jejich poskytovatelé či organizátory, (např. organizace, centra speciálně zaměřená na volnočasové aktivity nebo domácí prostředí) upřednostňují dospělé osoby s mentálním a kombinovaným postižením a osoby bez zdravotního postižení?

Podle mého názoru bylo stanovených cílů dosaženo. Z výsledků výzkumu vyplývá, že kvalitní trávení volného času hraje velmi důležitou roli v životech lidí s postižením i bez postižení. Všichni dotazovaní informanti vnímají volný čas především jako chvíle,

při kterých nemusí vykonávat aktivity povinně, ale z vlastní vůle a v tomto čase se mohou věnovat svým zájmům, koníčkům a podobně. Zajímavým zjištěním výzkumu je fakt, že lidé s postižením mají sice více nevyplněného volného času v porovnání s osobami bez postižení, ale častěji a také aktivněji se věnují volnočasovým aktivitám ve volnočasových organizacích, ručním pracím a upřednostňují raději procházky do přírody, či výlety před sledováním televize nebo internetu. Dalším zajímavým poznatkem z výzkumu je zjištění, že téměř každý informant svůj volný čas především věnuje své rodině a přátelům.

Studium získaných materiálů, jeho vyhodnocování a následná úvaha nad nasbíranými daty byly důležitou součástí pro mé sebeuvědomění důležitosti a závažnosti problematiky týkající se možností trávení volného času a volnočasových aktivit v porovnání s lidmi bez zdravotního postižení.

Výsledky této práce mohou sloužit jako informační materiál v praxi při volbě určitých volnočasových aktivit u osob s postižením. Tato Bakalářská práce také může sloužit jako podpůrný materiál pro laickou veřejnost, poskytovatele sociálních služeb nebo pro vzdělávací a volnočasové aktivity.

## 7 SEZNAM LITERATURY

1. ARMSTRONG, M., 2009. *Odměňování pracovníků*. Praha: Grada. 442 s. ISBN 978-80-247-2890-2.
2. BARTOŇOVÁ, M., BAZALOVÁ, B., PIPEKOVÁ, J., 2007. *Psychopedie: texty k distančnímu vzdělávání*. 2. vydání. Brno: Paido. 150 s. ISBN 978-80-7315-161-4.
3. BENDOVIČ, P., 2011. *Dítě s narušenou komunikační schopností ve škole*. Praha: Grada. 152 s. ISBN 978-80-247-3853-6.
4. ČADILOVÁ, V., JŮN, H., THOROVÁ, K., 2007. *Agrese u lidí s mentální retardací a s autismem: edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Portál. 248 s. ISBN 978-80-7367-319-2.
5. DISMAN, M., 2000. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. 3. vydání. Praha: Karolinum. 374 s. ISBN 80-246-0139-7.
6. DUFFKOVÁ, J., URBAN, L., DUBSKÝ, J., 2008. *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk. 240 s. ISBN 978-80-7380-123-6.
7. FRANIOK, P., 2011. Muzikoterapie v hudební a pohybové výchově v edukaci žáků s kombinovaným postižením. In: KALEJA, M., ZEZULKOVÁ, E., FRANIOK, P. *Žák se speciálními vzdělávacími potřebami v pedagogické komunikaci*. Ostrava: Pedagogická fakulta Ostravské univerzity, s. 55-74. ISBN 978-80-7464-022-3.
8. FISCHER, S., ŠKODA, J., 2008. *Speciální pedagogika: edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Triton. 208 s. ISBN 978-80-7387-014-0.
9. GAVORA, P., 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido. 208 s. ISBN 80-859-3179-6.
10. HAMBÁLEK, V., 2005. *Úvod do volnočasových aktivit s klientskými skupinami sociální práce*. Bratislava: Občianske združenie Sociálna práca. 79 s. ISBN 80-891-8511-8.
11. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J., 2011. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. 2. vydání. Praha: Portál. 240 s. ISBN 978-80-262-0030-7.

12. HENDL, J., 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál. 408 s. ISBN 80-736-7040-2.
13. HOFBAUER, B., 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál. ISBN 80-717-8927-5.
14. HOMOLA, M., 1977. *Motivace lidského chování*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. 359 s.
15. Hrebenar.eu: nezávislý server, který věří v humanismus, lidská práva, demokracii. *Zdravotně postižení jsou největší a zároveň nejohroženější minoritou světa* [online]. 2012 [cit. 2016-08-09]. Dostupné z: <http://www.hrebenar.eu/>
16. JANTOVÁ, Alžbeta a Pavol JANTO. Volný čas dětí s mentálním postižením. In: *Šance dětem: Pomáháme dětem, které neměly v životě štěstí* [online]. Sirius o.p.s., 2012 [cit. 2016-08-14]. Dostupné z: <http://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/deti-se-zdravotnim-postizenim/volny-cas-deti-se-zdravotnim-postizenim/volny-cas-deti-s-mentalnim-postizenim.shtml>
17. JANKOVSKÝ, J., 2006. *Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením: somatopedická a psychologický hlediska*. 2. vydání. Praha: Triton. 176 s. ISBN 80-725-4730-5.
18. JEŠINA, O., HAMŘÍK, Z., LEČBYCH, M., 2011. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času: v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*. Olomouc: Grada. 150 s. ISBN 978-80-244-2946-5.
19. KAPLÁNEK, M., 2012. *Čas volnosti-čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Praha: Portál. 175 s. ISBN 978-80-262-0450-3.
20. KISSOW, A., 2016. Participation in physical activity and the everyday life of people with physical disabilities: a review of the literature. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 17(2), 144-166. DOI: 10.1080/15017419.2013.787369. ISSN 1501-7419.
21. KNOTOVÁ, D., 2011. *Pedagogické dimenze volného času*. Grada. 101 s. ISBN 978-80-7315223-9.
22. KOLÁŘOVÁ, K., 2012. *Jinakost - postižení - kritika: společenské konstrukty nezpůsobilosti a hendikepu: antologie textů z oboru disability studies*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON). 581 s. ISBN 978-80-7419-050-6.
23. KOMÁRKOVÁ, H. 2014. *Způsoby trávení volného času u mladých dospělých jedinců s mentálním postižením*. Brno. Diplomová práce. MU



24. KRATOCHVÍLOVÁ, E., 2010. *Pedagogika voľného času: výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a v praxi*. Bratislava: Univerzita Komenského. 307 s. ISBN 80-223-1930-9.
25. KUBÁTOVÁ, M., 2013. *Volnočasové aktivity jedinců s mentálním postížením a kombinovanými vadami v zařízení SPMP ÚSVIT v Havlíčkově Brodě*. České Budějovice. Bakalářská práce. ZSF JČU.
26. LECHTA, V. (ed), 2010. *Základy inkluzivní pedagogiky: dítě s postižením, narušením a ohrožením ve škole*. Praha: Portál. 435 s. ISBN 978-80-7367-679-7.
27. LUDÍKOVÁ, L., 2005. *Kombinované vady*. Olomouc: Univerzita Palackého. 140 s. ISBN 80-244-1154-7.
28. MIOVSKÝ, M., 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu: základní metody a aplikace*. Praha: Grada. 332 s. ISBN 80-247-1362-4.
29. MICHALÍK, J., a kol., 2011. *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Praha: Portál. 512 s. ISBN 978-80-7367-859-3.
30. MOULISOVÁ, E., 2013. *Kvalita využívání volného času u osob s mentálním a kombinovaným postižením v Plzni*. Plzeň. Bakalářská práce. ZCU
31. NAKONEČNÝ, M., 1998. *Psychologie osobnosti*. 2. vydání. Praha: Academia. 340 s. ISBN 80-200-0628-1.
32. NEWMAN, D., TAY, L., DIENER, E., 2014. Leisure and Subjective Well-Being: A Model of Psychological Mechanisms as Mediating Factors. *Journal of Happiness Studies*, 15(3), 555-578. DOI: 10,1007 / s10902-013-9435-x. ISSN 1573-7780.
33. Němec, J., Ludíková, L., 2002. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. 4. vydání. Brno: Paido. ISBN 80-731-5012-3.
34. OPACHOWSKI, H., 2000. *Kathedralen des 21. Jahrhunderts: Erlebniswelten im Zeitalter der Eventkultur*. Hamburg: Germa Press. 130 s. ISBN 39-248-6532-9.
35. OPATŘILOVÁ, D., PROCHÁZKOVÁ L., 2011. *Předprofesní a profesní příprava jedinců se zdravotním postižením*. Brno: Masarykova univerzita. 159 s. ISBN 978-80-210-5536-0.
36. PAL' A, G., JENČO, J., 2008. *Voľný čas dospelých na počiatku 21. staročia: zborník prednášok z medzinárodnej vedeckej konferencie*, Prešov: Prešovská univerzita, Gréckokatolícka bohoslovecká fakulta. 268 s. ISBN 978-80-8068-877-6.

37. PÁTÁ, P., 2008. *Mé dítě má autismus: příběh pokračuje*. Praha: Grada. 128 s. ISBN 978-80-247-2683-0.
38. PÁVKOVÁ, Jiřina. *Výchova a volný čas: sborník příspěvků .. mezinárodní konference o výchově a volném čase*. Vyd. 3., aktualiz. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 2006-^^^^. Sborníky. ISBN 80-704-0849-9.
39. PÁVKOVÁ, J., 2002. *Pedagogika volného času: teoretické základy a metodika*. Praha: Portál. ISBN 80-717-8711-6.
40. PIPEKOVÁ, J., 2006. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 2. vydání. Brno: Paido. 404 s. ISBN 80-731-5120-0.
41. PIPEKOVÁ, J. (ed), 2010. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprac. a rozš. vyd. Brno: Paido. 401 s. ISBN 978-80-7315-198-0.
42. PROKEŠOVÁ, M., 2008. *Volný čas z hlediska kvality života*. 2. vydání. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě. 68 s. ISBN 978-80-7368-555-3.
43. REICHEL, J., 2009. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada. 192 s. ISBN 978-80-247-3006-6.
44. RENOTIÉROVÁ, M., LUDÍKOVÁ, L., 2006. *Speciální pedagogika: edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. 4. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 313 s. ISBN 80-244-1475-9.
45. SAK, P., KOLESÁROVÁ, K., 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada. 225 s. ISBN 978-80-247-3850-5.
46. ŠERÁK, M., 2009. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál. 208 s. ISBN 978-80-7367-551-6.
47. SILVERMAN, D., 2005. *Jako robiť kvalitatívny výskum: praktický príručka*. Bratislava: Ikar. 327 s. ISBN 80-551-0904-4.
48. SLOWÍK, J., 2007. *Speciální pedagogika*. Praha: Grada. 160 s. ISBN 978-80-247-1733-3.
49. Sportovní Club Jedličkova ústavu Praha, z.s. *Sportovní Club Jedličkova ústavu Praha, z.s.* [online]. Praha [cit. 2016-08-09]. Dostupné z: <http://www.scjupraha.eu>.
50. ŠVARCOVÁ-SLABINOVÁ, I., JŮN, H., THOROVÁ, K., 2006. *Mentální retardace*. 3. vydání. Praha: Portál. 198 s. ISBN 80-736-7060-7.
51. ŠVARŤÍČEK, R., ŠEĐOVÁ, K., 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách..* Praha: Portál. 384 s. ISBN 80-7367-313-0.

52. TOUŠEK, Z., 2013. *Krajský plán vyrovnávání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením: 2013-2016: Jihočeský kraj*. České Budějovice: Design studio, s.r.o. 42 s. ISBN 978-80-87500-07-9.
53. Trávení volného času v České republice ve srovnání s evropskými zeměmi. *Centrum pro výzkum veřejného mínění* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2010 [cit. 2016-08-10]. Dostupné z: <http://cvvm.soc.cas.cz/2010-2/traveni-volneho-casu-v-ceske-republice-ve-srovnani-s-evropskymi-zememi>
54. TYAGI, A., MATTU, S., 2016. A survey of disabled persons about their physical activity. *International Journal on Disability and Human Development* , 15(1), 05-18. DOI: 10.1515/ijdh-2014-0014. ISSN 2191-0367.
55. TUČEK M., 2003. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. Praha: Sociologické nakladatelství. 429 s. ISBN 80-86429-22-9.
56. VALENTA, M., MICHALÍK, J., LEČBYCH, M., 2012. *Mentální postižení v pedagogickém a sociálně- právním kontextu*. Praha: Grada. 352 s. ISBN 978-80-247-3829-1.
57. VALENTA, M., MÜLLER, O., 2003. *Psychopedie*. Praha: Parta. 386 s. ISBN 978-80-7320-137-1.
58. VÁGNEROVÁ, M., HADJ-MOUSSOVÁ, Z., ŠTĚCH, S. 1999. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum. 230 s. ISBN 80-718-4929-4.
59. VALENTA, M., 2003. *Přehled speciální pedagogiky a školská integrace*. Olomouc: Univerzita Palackého. 322 s. ISBN 80-244-0698-5.
60. VALENTA, M., a kol., 2014. *Přehled speciální pedagogiky*. Praha: Portál. 272 s. ISBN 978-80-262-0602-6.
61. VOTAVA, J., 2005. *Ucelená rehabilitace osob se zdravotním postižením*. Praha: Karolinum. 207 s. ISBN 80-246-0708-5.
62. VÝZKUM: Jak se u nás žije lidem s postižením? *Demografie* [online]. Občanské sdružení - demografické informační centrum, 2006 [cit. 2016-08-10]. Dostupné z: [http://www.demografie.info/?cz\\_detail\\_clanku&artclID=397](http://www.demografie.info/?cz_detail_clanku&artclID=397).
63. WAN, Y., 2015. Equal Access to Integrated Resort Amenities for People With Disabilities. *International Journal of Hospitality & Tourism Administration*. 16(3), 251-274. DOI: 10.1080/15256480.2015.1054755. ISSN 1525-6480.
64. WORLD HEALTH ORGANIZATION GENEVA, 2008. *Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: MKN 10*.

Aktualizovaná 2. verze k 1.1.2009. Praha: Bomton agency.862 s. ISBN 978-80-904259-0-3.

65. Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, 2006. In: *Sbírka zákonů České republiky*, částka 37, s. 1257 – 1289. ISSN: 1211 – 1244.
66. ZGANEC, A., MERKAŠ, M., ŠVERKO, I., 2011. Quality of Life and Leisure Activities: How do Leisure Activities Contribute to Subjective Well-Being? *Social Indicators Research*, 102(1), 81-91. DOI: 10,1007 / s11205-010-9724-2. ISSN 1573-0921.
67. ŽUMÁROVÁ, M., 2001. Životní styl a jeho utváření. In: KRAUS, B., POLÁČKOVÁ, V., *Člověk-prostředí-výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido. 199 s. ISBN 80-731-5004-2

## **8 SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha 1: Seznam otázek pokládaných k rozhovoru

Příloha 2: Informovaný souhlas

## **Příloha 1: Seznam otázek pokládaných k rozhovoru**

1. Řekněte mi prosím o sobě nějaké základní údaje (věk, pohlaví, druh postižení, rodina, zájmy)
2. Můžete mi říci, co si představíte pod pojmem volný čas?
3. Myslíte si, že máte dostatek volného času
4. Trávíte svůj volný čas podle vašich představ?
5. K čemu převážně využíváte svůj volný čas?
6. Jaká nová aktivita/y by vás ve svém volném čase nejvíce zajímala/y?
7. Navštěvujete po příchodu domů nějakou organizaci, ve které se účastníte organizovaných volnočasových aktivit? / Pokud ano, můžete mi říci, co vás k účasti motivovalo?
8. Máte v domácím prostředí dostatek prostoru pro trávení volného času?
9. Myslíte si, že máte dostatek informací o možnostech trávení volného času?
10. Existují nějaké bariéry (nevýhody, překážky, komplikace), kvůli kterým nemůžete využívat jiných nabízených možností trávení volného času?

## **Příloha 2: Informovaný souhlas**

Souhlasím s vedením rozhovoru pro účely výzkumu, který bude popsán v bakalářské práci Lenky Novotné s názvem *Způsoby využití volného času dospělými lidmi s mentálním a kombinovaným postižením*. V bakalářské práci nebudou uváděna jména informantů, bude uveden pouze výsledek, z důvodu zachování anonymity.

V..... Dne.....

Podpis:.....

## **9 SEZNAM ZKRATEK**

ZP – zdravotní postižení

KP – komunikační partner (komunikační partneři)

LMP – lehké mentální postižení

MP – mentální postižení