

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ FAKULTA

VLIV TYFLOPEDICKÉ PRAXE NA TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU
OSOB SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Zpracovala: Bc. Jitka Tlapová DiS.

České Budějovice, 3. 5. 2008

Vedoucí práce: Mgr. Petr Jánský, Ph.D.

ABSTRACT

Typhlopaedic practice and its influence on leisure time activities in persons with impaired vision

My thesis gives a brief insight both into the history and the present-day approach to people with impaired vision (diminished eyesight). I describe troubles caused by the vision impairment, the Early Care Center, possibilities of verbal and nonverbal communication of visually impaired persons with other people, guidance and reading services and some low vision aids, including guide dogs.

The thesis focuses on visually impaired persons' leisure time spending. I am concerned mainly about sport and cultural activities of persons with impaired vision. Specific kinds of sports suitable for these persons are presented in this study. I also mention the experience of intuitive drawing and the possibility to employ this activity in persons' with impaired vision leisure time spending. This activity proved to work well in the primary school and kindergarten for visually disadvantaged (impaired) children in Plzeň. I also deal with computer usage as a leisure time activity.

The objective of my thesis was to compare persons' with impaired vision and persons' with no visual impairment opinions on the life of persons' with impaired vision. The data collected by the questionnaire method were analyzed and discussed.

The conclusions of my thesis could be used as information resource for TyphloCenters to provide education on the need of a regardful approach to persons with impaired vision.

Key words: blind person – person with impaired vision – person without impaired vision – TyphloCentre – Typhlopaedia – Typhlopaedic – leisure time – guide dog.

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Vliv tyflopedické praxe na trávení volného času osob se zrakovým postižením“ vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

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

České Budějovice, 3. 5. 2008

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji vedoucímu práce Mgr. Petru Jánskému, Ph.D. za podněty při zpracovávání bakalářské práce. Dále děkuji zaměstnancům všech pracovišť, kteří mi poskytli přístup a umožnili získávání dat pro výzkum a též všem ostatním, kteří mi dotazníky vyplnili či spolupracovali na řízeném rozhovoru.

„Správně vidíme jen srdcem. Co je důležité, je očím neviditelné.“

A.S. Exupéry

OBSAH

ÚVOD	8
1 SOUČASNÝ STAV	10
1.1 Krátký pohled do historie	10
1.2 Současnost	12
1.3 Zrakové postižení	13
1.4 Středisko rané péče	19
1.5 Komunikace osob se zrakovým postižením	21
1.5.1 Verbální komunikace	21
1.5.2 Neverbální komunikace	22
1.5.3 Příklady usnadnění komunikace osobám se zrakovým postižením	23
1.5.4 Možná náprava nevhodných projevů komunikace osob se zrakovým postižením	23
1.6 Průvodcovské a předčitatelské služby	23
1.6.1 Zákon o sociálních službách	24
1.6.2 Průvodcovské služby u zrakově postižených	25
1.6.3 Předčitatelské služby u zrakově postižených	26
1.6.4 Průvodcovské služby pro nevidomé, poskytované pracovníky ČD	27
1.7 Kompenzační pomůcky	27
1.8 Volný čas osob se zrakovým postižením	29
1.9 Kulturní aktivity osob se zrakovým postižením	30
1.9.1 Společenská setkání	30
1.9.2 Knihy a časopisy	31
1.9.3 Společenské hry	33
1.9.4 Klub vodících psů	33
1.10 Sportovní aktivity osob se zrakovým postižením	34
1.10.1 Show—down	34
1.10.2 Goalball	35
1.10.3 Simulovaná laserová střelba	36
1.10.4 Plavání	37
1.10.5 Cvičení při slabozrakosti	37

1.11	Ruční práce	38
1.12	Intuitivní kresba	38
1.12.1	Vliv intuitivní kresby	38
1.12.2	Rozvoj intuitivní kresby u osob se zrakovým postižením	39
1.13	Počítače	41
2	CÍL PRÁCE A HYPOTÉZY	43
2.1	Cíl práce	43
2.2	Hypotézy	43
3	METODIKA	44
3.1	Použitá metoda	44
3.2	Charakteristika výzkumného souboru	45
4	VÝSLEDKY	49
4.1	Výsledky řízeného rozhovoru s osobami se zrakovým postižením	49
4.2	Výsledky dotazníků pro osoby bez zrakového postižení	55
4.3	Některé vzájemné závislosti	58
5	DISKUSE	60
5.1	Diskuse k výsledkům	60
5.2	Diskuse k hypotézám	62
6	ZÁVĚR	64
7	KLÍČOVÁ SLOVA	66
8	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	67
9	PŘÍLOHY	72

ÚVOD

Člověk má pět smyslů. S tímto tvrzením se setkáváme velmi často. Je však vždy pravdivé? Jsou mezi námi lidé, kterým některý smysl částečně a nebo úplně chybí – od narození, nebo o něj přišli během života. Některé smysly se dají postrádat snadněji, jiné ale velmi obtížně. Snad nejtěžší je přijít o zrak. Zrak je neúčinnějším nástrojem získávání informací o okolním světě.

Během svého života jsem se již setkala s různými lidmi s různým stupněm zrakového postižení. Jejich přístup k okolí a naopak přístup okolí k nim byl velmi různorodý. Někteří „založí ruce v klín“, téměř nic nedělají, nechají se okolím „opečovávat“, a na druhé straně jiní, s daleko těžším postižením, dokáží žít aktivní a plnohodnotný život, jsou oporou pro své okolí a dokáží se třeba dopracovat až na paralympiádu.

To vše mě donutilo k přemýšlení a začala jsem se o problematiku lidí se zrakovým postižením více zajímat. Nejen teoreticky jsem pátrala a hledala v odborné literatuře, ale i v rámci školní odborné praxe jsem se zapojila do práce se zrakově postiženými v plzeňském Středisku rané péče, Speciálně pedagogickém centru pro zrakově postižené, v Základní škole a Mateřské škole pro zrakově postižené děti a také v TyfloCentru.

Hlubší studium mě dovedlo tak daleko, že jsem se odvážila problematiku zpracovat formou bakalářské práce, i když jsem si vědoma, že je to oblast velice složitá a rozsáhlá. Proto jsem se rozhodla věnovat jen užší části dané problematiky, a to trávení volného času osob se zrakovým postižením. Domnívám se totiž, že zde se rozhodujícím způsobem projeví vztah člověka se zrakovým postižením nejen k sobě samému, ale i k jeho okolí a naopak též vztah okolí k němu.

Práci jsem nazvala „Vliv tyflopeditické praxe na trávení volného času osob se zrakovým postižením“. Cílem práce je porovnání názorů osob se zrakovým postižením a ostatní společnosti na život osob se zrakovým postižením.

Kvalita života člověka se zrakovým postižením totiž závisí především na tom, jak ona osoba na svůj život pohlíží, jak se dokáže vyrovnat se svým postižením.

Tyflopedická centra a jejich pracovníci, sociální pracovníci a speciální pedagogové, mohou napomoci k smysluplnému a bohatě naplněnému volnému času osob se zrakovým postižením. Sociální pracovník, který takovému člověku na jeho žádost poskytuje například průvodcovské a předčitatelské služby, může napomoci k odbourání sociální izolace.

Uvedenou bakalářskou práci bude možno využít v TyfloCentrech jako podklad pro osvětu na školách o přístupu ke zrakově postiženým a též k zhodnocení volnočasových aktivit osob se zrakovým postižením.

1 SOUČASNÝ STAV

1.1 Krátký pohled do historie

„Již staří Římané“ – je obvyklé rčení, které má zdůraznit velmi starý původ některých aktivit. Bylo by použitelné i v tomto případě. Ovšem problémy osob se zrakovým postižením jsou starší, jsou staré jako lidstvo samo.

Přístup k osobám se zrakovým postižením se vyvíjel celá historická období. Zejména v dávnověku byl poměrně krutý, tito lidé byli na okraji společnosti, byli považováni za přítěž, společnost se jich zbavovala, nebo je zneužívala. Později se přístup sice zlepšoval, nabýval spíše charitativní podoby, ale až do dnešní doby překvapivě přetrvává řada předsudků, které osobám se zrakovým postižením komplikují život.

První zmínky o pomoci nevidomým jsou známy z r. 206 př.n. l. (9), kdy vznikla v Číně nejstarší organizace nevidomých hudebníků.

Do Evropy se péče o nevidomé rozšířila s křesťanstvím, vznikají charitativní ústavy, kde je jim poskytována základní péče, zatím bez výchovy a vzdělání.

První výchovně vzdělávací ústav pro nevidomé na světě založil v Paříži v roce 1784 Valentin Haüy (1745 – 1822) (9). Dokázal, že i tyto osoby lze úspěšně skupinově vzdělávat a tím prolomil mýtus o méněcennosti těchto lidí.

V českých zemích byl první ústav pro nevidomé založen v roce 1807 v Praze na Hradčanech (9). Dostal název „Hradčanský ústav pro slepce a na oči choré“.

V roce 1811 vyšla ve Vídni první kniha pro nevidomé, která byla tištěna propichovanou latinkou, jejímž autorem byl Johann Wilhelm Klein (1765 – 1848). Ten také v roce 1836 založil první poradnu pro rodiče nevidomých dětí a v roce 1837 vzniklo ve Vídni z jeho iniciativy slepecké muzeum (9).

V roce 1825 vytvořil Louis Braille (1809 – 1852) (9) v pařížské chlapecké škole pro slepce šestibodové reliéfní písmo pro nevidomé (bod – ideální prvek pro vnímání hmatem). Za základ vzal systém noční komunikace, který Francouzi používali za války. Dvacet pět let pak čekal na jeho uznání vedením Národního ústavu pro mladé slepce v Paříži, ve kterém byl sám nevidomým žákem. Potom se jeho písmo začalo rozšiřovat do celého světa a bylo modifikováno na všechny světové jazyky.

Braillova písmena jsou vytvořena ze dvou vertikálních sloupců o třech bodech. Podle toho, které ze šesti bodů jsou vyznačeny tečkami, se vytvářejí různé znaky. Rozměry písmen zhruba odpovídají rozměrům ukazováků, kterými se čte. Písmo se plnohodnotně uplatňuje dodnes.

Braillovým plastickým písmem jde vyjádřit téměř vše. Dá se použít v různých jazycích. K jeho čtení je ale zapotřebí cit v prstech rukou.

Braille svůj systém postupně zdokonaloval. Vymyslel rozdílné kódy pro záznamy matematických údajů i hudby. V roce 1827, když mu bylo 18 let, vyšla první knížka v Braillově písmu (3).

Dodnes nikdo nevymyslel jiný systém, který by mohl Braillovo písmo nahradit.

Péče o slabozraké začíná až mnohem později, než o nevidomé, protože činnost slabozrakých nebyla převážně hmatová, ale zraková. Těžce zrakově postižení se nejdříve vychovávali a vzdělávali s nevidomými ve slepeckých ústavech. Zrakově postižení s lehčím postižením navštěvovali školy společně se zdravými, ale z důvodu zrakové vady měli většinou v běžné škole problémy.

První škola pro slabozraké byla založena v roce 1908 v Mülhausenu, další v roce 1911 ve Štrasburku (9).

V Praze vznikly první třídy pro šetření zraku v roce 1943 při škole ve Štěpánské ulici (12).

1.2 Současnost

Povšimněme si současného pohledu na osoby se zrakovým postižením. Napoví nám to, že k dnešním přístupům je třeba hledat i další nové možnosti.

Ideálem dneška je jakýsi „superčlověk“, nezdolný, vše zvládající, pracovně supervýkonný a výkonný i v soukromém životě. Superčlověk stále funguje a odpovídá všem požadavkům své profese. Takový člověk má být nezničitelný, ale ztrácí vitalitu, každý se mu vyhne a nikdo ho nemá rád. Následky se dříve nebo později dostaví. Existuje dokonce syndrom tak zvané nemožnosti onemocnět. Přestože by tělo potřebovalo vysadit, bránit se, neonemocní, a to tak dlouho, až dojde k úplnému zhroucení.

Do tohoto modelu „ideálu“ však člověk s jakýmkoliv postižením nezapadá, většinou k němu ostatní společnost zaujímá postoj ovlivněný předsudky.

Předsudky mají kořeny historické, sociologické, psychologické a úlohu zde hraje i faktor reality. Jejich zdroji jsou neinformovanost, emoce, historicky zavedená tvrzení, názory a podobně.

Takovým předsudkem je například tvrzení, že zrakově postižení jsou zahořklí, zatrpklí, nešťastní. Ve společnosti přetrvává stereotyp „nevidomého žebráka“ a zrakově postižení jsou obvykle „házeni do jednoho pytle“ a nečiní se mezi nimi žádné rozdíly. Dalším předsudkem je „kdo vidí, je lepší člověk“. To jsou příklady záporných předsudků.

Existují ale (mnohého to překvapí) i tak zvané kladné předsudky. Ty naopak osoby se zrakovým postižením idealizují, nabádají k tomu, aby jim byla poskytována maximální péče vedoucí až k tomu, že jsou zbaveni jakékoliv samostatnosti. I tyto předsudky jsou však škodlivé.

Sociální pracovník má možnost projevit svůj kvalifikovaný a především etický přístup k dané problematice.

Některé z těchto názorů jsou obsaženy v "Chartě práv tělesně postižených" (8):

"... má každá tělesně postižená osoba stejná práva a povinnosti jako kdokoliv jiný. ... Je proto povinností společnosti napomáhat při integraci těchto našich spoluobčanů do normálního života". A dále zde stojí: "Je tedy potřebné podporovat každou ekonomickou a sociální politiku, která k právům a povinnostem postižených osob přihlíží." Chartu práv a povinností tělesně postižených vydala francouzská Organizace tělesně postižených (Association des Paralysés de France – APF).

Problém z hlediska společnosti však může být v posunu těchto ušlechtilých zájmů do pozadí. V dnešní době je totiž více kladen důraz na materiální stránku života, na úspěch, vysoký výdělek, značkové oblečení a další (dle mého názoru) méně podstatné, leč v současné době velice uznávané, hodnoty. V hierarchii těchto zájmů pak jistě pomoc potřebným stojí až na posledních místech. Lidé se o tuto oblast většinou začínou zajímat až ve chvíli, kdy jim samotným se stane nějaký úraz s trvalými následky, nebo se jim narodí dítě s postižením. Pak stojí před radikální změnou svých hodnot. Ale to je jen menší část, která ještě uvažuje nad změnou.

V "Etickém kodexu sociálních pracovníků České republiky" (6) mě nejvíce oslovily tyto myšlenky: "Sociální pracovník respektuje jedinečnost každého člověka bez ohledu na jeho původ, etnickou příslušnost, rasu, či barvu pleti, mateřský jazyk, věk, zdravotní stav, sexuální orientaci, ekonomickou situaci, náboženské a politické přesvědčení a bez ohledu na to, jak se podílí na životě celé společnosti." A dále: "Působí na rozšíření možnosti a příležitosti ke zlepšení kvality života pro všechny lidi, a to se zvláštním zřetelem ke znevýhodněným a postiženým jedincům a skupinám".

1.3 Zrakové postižení

Podle údajů Světové zdravotnické organizace se ve světě počet osob s nějakým zrakovým postižením pohybuje kolem 135 milionů (22).

Národní plán opatření pro snížení negativních důsledků postižení uvádí, že v ČR je 60 000 osob se zrakovým postižením všech věkových kategorií, z toho 17 000 osob s velmi těžkým zrakovým postižením (15).

Situace osob se zrakovým postižením je závislá na tom, kdy došlo k postižení, nebo ztrátě zraku. Rozeznáváme případy:

- a) k zrakovému postižení došlo již při narození, případně těsně po něm,
- b) k postižení došlo až v pozdějším věku.

Situace postiženého je závislá i na stupni postižení:

- a) zda jde o úplnou ztrátu zraku, nebo
- b) jde o částečnou ztrátu zraku

Samo toto dělení již naznačuje, že osoby se zrakovým postižením v různých skupinách mají nejen společné problémy, ale i problémy individuální a také tak se k nim musí přistupovat.

Vědní obory, zkoumající postižené lidi, mají někdy tendenci generalizovat závěry na všechny skupiny postižených bez rozdílu, zda jde o postižené sluchově, zrakově nebo jiné. Tady ale neplatí zásada, že čím větší abstrakce, tím lépe. Jindy se sice zobecňují závěry jen pro skupinu zrakově postižených, ale generalizace je možná jen u některých závěrů.

Jak si totiž vysvětlit, že mezi osobami srovnatelně zrakově postiženými, při podobných podmínkách, jsou značné rozdíly? Někteří jedinci jsou samostatnější než jiní, v životě úspěšnější, jiní naopak jsou plně odkázáni na pomoc okolí, do života se nezapojují a před okolím se uzavírají. Je zřejmé, že zde úlohu hraje několik faktorů.

Prvním z nich je otázka akceptace (přijetí), nebo neakceptace (nepřijetí) vady, a to jednak osobou postiženého, ale i (možná hlavně) jeho okolím.

Cituji z literatury (5) definici akceptace vady: „Akceptace vady je poznávací, citové a jednající osvojení všech životních možností a omezení, které tato vada zanechává“.

Pokud postižený jedinec nepřijme ztrátu nebo zhoršení zraku jako fakt, dochází k problémům. Takový jedinec buď upadne do beznaděje a stane se pasivním, nebo se naopak snaží žít jako normální vidící člověk. Obě alternativy vedou ke zhoršení situace. Nevidomý například odmítá učit se chodit s bílou holí. Dokážeme si jistě představit, že je to pro něj těžké jak technicky, tak psychicky. Výuka má řadu úskalí (co je na chodníku zbytečných překážek, poutačů a podobně, které nemají pevné místo a nedají se předvídat). Bílá hůl vzbuzuje pozornost, ale tato pozornost není jen záporná, je i kladná, postiženému v řadě situací pomůže. Bílá hůl rozhodně vede k určité zvýšené samostatnosti, která má příznivý vliv na psychiku člověka se zrakovým postižením. Cítí se daleko nezávislejší.

Podobný vztah může mít člověk se zrakovým postižením k Braillovu hmatovému písmu.

Vraťme se ale k tvrzení, že ještě důležitější je akceptace vady ze strany okolí postiženého.

Okolí, zejména nejbližší (rodina, přátelé a podobně), do značné míry postiženého ovlivňuje. Akceptují-li jeho vadu, pak ji akceptuje obvykle i on. V opačném případě, kdy okolí vadu nepřijme, je postižený vystaven boji s přesilou a dost často podlehne, nevybojuje si například svoji část samostatnosti. I případ, kdy okolí za postiženého dělá všechno a nedovolí mu nic pod záminkou, že by si třeba ublížil, nebo nemůže sám ven, aby se mu něco nestalo, je jen jiný případ neakceptace vady a stejně škodlivý. Proto se objevuje i tvrzení, že nikoliv ztráta zraku, ale postoje vidících k nevidomým jsou nejtěžším břemenem.

Nepřijetí vady již může pramenit i z lékařských kruhů. Například oční lékař, velký odborník ve své profesi, může být zklamán neúspěchem svého zásahu proti nastupující ztrátě zraku a neakceptovat vadu. Tím nepříznivě ovlivní pacienta. Podobně může dávat pacientovi falešné naděje na uzdravení, což z počátku působí

kladně, později ale nutně dojde ke zlomu. V této situaci by měl oční lékař předat pacienta dalším odborníkům (rehabilitačním střediskům a podobně).

Dostáváme se tak k dalšímu důležitému faktoru a to k otázce výchovy.

Již z předchozích odstavců je zřetelně vidět, že dojde-li ke zrakovému postižení, potřebuje výchovu jak člověk se zrakovým postižením, tak ale i jeho okolí (na což se často zapomíná). Touto problematikou se zabývá tyflopédie.

Tyflopédie (tyflopedagogika) je speciálně pedagogická disciplína – teorie a praxe výchovy a vzdělávání osob se zrakovým postižením, dětí i dospělých (25).

Cílem tyflopédie je maximální rozvoj osobnosti jedince se zrakovým postižením s ohledem na jeho individuální zvláštnosti (9).

Vedle termínu tyflopédie se vyskytují ještě další označení, například oftalmopédie nebo optopédie. Tato označení jsou v současnosti chápána jako synonyma pro jedinou disciplínu (9).

Z hlediska tyflopédie se za osobu se zrakovým postižením považuje takový jedinec, který i po optimální korekci (medikamentózní, chirurgické, brýlové, ...) má problémy v běžném životě se získáváním a zpracováváním informací zrakovou cestou (například čtení černotisku, zraková orientace v prostoru, ...) (13).

Podle literatury (9) lze zrakové postižení definovat jako „absenci nebo nedostatečnost kvality zrakového vnímání“.

Nejlepší pomocí je odborný pedagog – tyflopéd seznámený s problematikou zrakově postižených přímo v terénu. Výhodou může být, jde-li o odborníka, který sám je částečně zrakově postižený. V tomto případě může využívat svého kladného příkladu, což je pedagogicky nejúčinnější.

Výchova musí probíhat tak, aby nedocházelo k přetěžování a velkým nárokům, ale také aby nedošlo k opačnému extrému, aby ze soucitu nebyly nároky příliš malé.

Je zřejmé, že jde o složitou a náročnou činnost, provázenou úspěchy i neúspěchy. Některé neúspěchy mohou pedagoga odradit, znechutit a postupně jeho snahu minimalizovat. V odborné literatuře se používá pojem „vyhořelý odborník“. Jde

o člověka, který ztrácí zájem o lidi, kterým má pomáhat. Proto je třeba i odborníky předem upozornit na možnost vzniku takové situace a tím jí vlastně předcházet.

Zkušenosti pedagogů ukazují, že u osob se zrakovým postižením je většinou patologicky změněno pouze jejich vidění, ne celá osobnost. Tito lidé nemají žádnou zvláštní psychiku a pokud jsou duševně normální, jednají normálně. Složitější situace ovšem je, pokud se u nich kumuluje více vad najednou.

U jedince, u kterého došlo ke ztrátě zraku již při narození, nebo v raném období, dochází k tomu, že si k jednotlivým pojmům nemůže vizualizovat představy jako člověk, který oslepl dodatečně. Jeho zkušenosti vycházejí z poznání světa jinými smysly, případně zprostředkovaně podle líčení jiných. Čím dříve u těchto jedinců ke ztrátě zraku došlo, tím více se postižený naučí používat jiných smyslů jako náhrady (36).

Specifický problém je ve vztahu rodina – dítě. Ve výhodě je rodina, která již má dítě, které vadou netrpí, nebo se jí dodatečně takové zdravé dítě narodí. Snad nejhorší je, když se rodina s postiženým dítětem dostane do izolace.

U dětí nastávají případy:

- a) dítě je jinak normální, matka vadu akceptovala,
- b) dítě je opožděné, matka všechno za dítě dělá a nevede jej k samostatnosti,
- c) dítě má poruchu chování, matka vadu neakceptuje a vychovává dítě jako zdravé,
- d) dítě trpí krajním citovým strádáním, matka jej odmítá, nebo předá do ústavu.

Z uvedeného výčtu je jasné, že pomoc a výchovu potřebují i matky. Ve výchově se totiž objevují i další úskalí. Postižené děti nerady přijímají novoty, ale jejich výchova vyžaduje učení nových věcí. Občas jako každé dítě se snaží prosadit svoji vůli. To nelze zakázat, je vhodné ale provést správné nasměrování, nebo omezení.

V každém případě dítě potřebuje silné citové zázemí a úloha rodiny, zejména matky, je prvořadá. Často je diskutována otázka, zda je pro dítě vhodnější, aby bylo vychováváno ve specializovaných ústavech, nebo školách, nebo zda má chodit do běžné

školy, aby pocítilo vliv ostatních dětí bez postižení. Zejména na západě se preferuje poslední možnost. Dítě ale samozřejmě potřebuje určitou pomoc navíc, například asistenta, doučování a dále i specializované pomůcky. Jde také o finančně náročnou situaci.

Někdy se stává, že ke krizi dochází v době, kdy dítě dospívá. V tomto okamžiku si uvědomí, jak je hendikepováno proti svým vrstevníkům, a navíc zjišťuje, že chráněné rodinné prostředí mu již nemůže poskytovat tak velkou pomoc a musí se přizpůsobit novým podmínkám.

Zrakové postižení v dospělosti má jiná specifika. Důležitou roli hraje věk. Obvyklý průběh má několik stádií. Prvním je šok. Pak nastupuje reaktivní deprese (postižený truchlí nad ztrátou, někdy i tak silně, že dochází k sebevraždám). Pak by mělo nastat období reorganizace, ve kterém se postižený přizpůsobuje nové situaci. Rychlá ztráta zraku je obtížnější než jeho pomalé ubývání. Může se ale stát, že při pomalé ztrátě se postižený o to úporněji orientuje na zbývající zrakové vjemy a odmítá se učit návyky potřebné pro zrakově postižené tak, jak již bylo uvedeno (bílá hůl, písmo ...). Velmi negativně působí falešné naděje.

I zde je důležitá míra akceptace jak ze strany postiženého, tak ze strany jeho okolí. Nastává boj o přijatelnou míru samostatnosti, která může rozhodujícím způsobem postiženému pomoci. Další vítaná pomoc je ze strany podobně postižených, kteří již svůj defekt akceptovali.

Kladně se projevuje skutečnost, že tito postižení si mohou jednotlivé vjemy získané jinými smysly vizualizovat a převést je na své zkušenosti z doby před ztrátou zraku. Tak například při jídle stačí vyličit obsah talíře (vpravo máš maso, vlevo brambory ...) a dotyčný má značně ulehčenou situaci. Někdy v určité situaci ani nepoznáte, že trpí ztrátou zraku.

Seberealizace a společenské uplatnění osob se zrakovým postižením hraje významnou roli jak z praktického, tak psychického hlediska. Měřítkem je zejména soběstačnost při své obsluze, samostatnost v pohybu, prostorová orientace, samostatnost

v práci s informacemi a pracovní uplatnění. Řada zrakově postižených si vede velmi dobře například jako hudebníci, maséři, dokonce i mechanici a podobně.

Mezi zrakově postižené osoby patřili například i významný italský hudebník Landini, anglický básník J. Milton, ale i významné historické osobnosti jako Jan Lucemburský a Jan Žižka.

1.4 Středisko rané péče

Když se rodičům narodí nevidomé či zrakově postižené dítě, velkou pomocí je pro ně nejen při trávení volného času s dítětem, ale i v péči o ně Středisko rané péče.

Vrozené zrakové postižení komplikuje složitý proces rané komunikace. Malé zrakově postižené dítě má malý nebo žádný přístup k dorozumívacím prostředkům zrakového kontaktu, pohledu, výrazu obličeje nebo gesta. Je ohroženo smyslovým a sociálním zanedbáváním. Ve srovnání s vidoucími vrstevníky se jeví jako pasivnější. Přirozený průběh poznávání okolí u dítěte slepého od narození je omezen na manipulaci s předměty, které jsou mu vloženy do ruky (36).

V důsledku svého zrakového postižení dítě trpí informačním deficitem a z něj vyplývající nejistotou a nebo zvýšenou závislostí na osobě, která o něj pečuje (11).

U dítěte, kde se předpokládá alespoň částečná zraková percepce, je důležité co nejdříve započít se zrakovou stimulací. Nevidomé děti jsou rozvíjeny především cestou sluchového a hmatového vnímání (15).

Středisko rané péče poskytuje služby rodinám dětí s postižením zraku od 0 do 4 let a s kombinovaným postižením od 0 do 7 let. Služby jsou poskytovány zdarma a jsou převážně terénní (konzultace v rodinách), ale i ambulantní (zraková stimulace, komplexní posouzení potřeb rodiny, alternativní komunikace) a dále jsou pořádány různé pobytové akce, například jedenkrát ročně týdenní pobytové kurzy pro rodiny, semináře pro rodiče, setkávání rodičů. Dále středisko nabízí půjčování

hraček, pomůcek a literatury, pomoc při výběru předškolního zařízení, odborné instruktáže pracovníků vzdělávacích a rehabilitačních zařízení, kam dochází dítě v péči Střediska rané péče, a základní sociálně–právní poradenství.

Středisko rané péče v Plzni jsem si měla možnost prohlédnout (je velmi hezky zařízené) a viděla jsem speciální pomůcky pro zrakovou stimulaci (černé světlo, „světelné desky“ na prosvěcování barevných obrázků, plazmatickou kouli (válec), pestrobarevné desky bez osvětlení, kontrastní hračky zajímavých tvarů se zvukem a podobně). Mnoho z těchto pomůcek ale není využitelných pro děti trpící epilepsií.

Dále jsem zde viděla speciální židli s popruhy a opěrkami, která je využitelná například zrovna při zrakové stimulaci, ale i jiných aktivitách.

Středisko vychází z předpokladu, že nejdůležitější je péče o dítě s postižením právě v citlivém nejranějším období, kdy dochází k bouřlivému rozvoji mozku a jeho kompenzační schopnosti jsou obrovské i přes vážný nedostatek v některé oblasti. Proto se středisko zaměřuje na vytváření stimulujícího prostředí, které podporuje celkový rozvoj dítěte.

Dozvěděla jsem se ale i o různých přístupech rodičů dětí s postižením – od velké snahy k jakékoli aktivitě, která by dítěti pomohla, a nadšení při sebemenším zlepšení až po pasivitu a fatalismus, kdy rodiče odmítají s dítětem provádět i nejzákladnější činnosti, které by mohly vést ke zlepšení, a tím dítě poškozují a velmi tím snižují jeho další možnosti. Dítě pak zdaleka nevyužije svůj potenciál a nikdy se nedostane na takovou úroveň, na jakou by se dostat mohlo, mělo-li by spolupracující rodiče.

Také jsem se dozvěděla, že se toto středisko vymezuje vůči jiným střediskům, které prý se sice jako raná péče „tváří“, ale skutečnou ranou péči neposkytují.

V plzeňském Středisku rané péče pracují tři zaměstnankyně, středisko svou působností pokrývá Plzeňský a Karlovarský kraj.

1.5 Komunikace osob se zrakovým postižením

Komunikace nás spojuje s okolím. Vyjadřujeme jí potřeby, pocity, pozorování a myšlenky. Bez schopnosti komunikovat, tedy vysílat a přijímat zprávy, se ocitáme v izolaci a nejsme schopni se plnohodnotně zapojit do života ve společnosti, tudíž ani plnohodnotně trávit svůj volný čas.

Zrakem získáváme 80 až 90 % informací o okolním světě (15). Z toho vyplývá, že omezení zrakových schopností snižuje i možnost komunikace. A jak důležitá je právě komunikační schopnost u osob se zrakovým postižením, si jistě dovede každý dost dobře představit.

1.5.1 Verbální komunikace

Co se týče řeči, osoba se zrakovým postižením má se slovem často spojenou jen sluchovou představu. Podle pojmového procesu rozlišujeme osoby se zrakovým postižením na typ hudební a technický. Hudební typ poznává pojmy převážně sluchovou cestou a stejným způsobem si je i uchovává. Technický typ dává přednost manipulaci s předměty, v paměti si uchovává hmatové vjemy.

Při komunikaci má pro osobu se zrakovým postižením velký význam zvuková kulisa prostředí. Sluchem nejenom rozeznává řeč, ale také se orientuje v prostoru. Chybí-li zvuky z okolí, může dojít i k prostorové dezorientaci a nejistotě, což může následně ovlivnit další pohyb.

U osob s těžkým zrakovým postižením je často značně omezena slovní zásoba. Pod některými slovy si představí konkrétní předmět, jiná nemá spojena s reálnou představou, nebo jim nepřikládá žádný význam.

Pro zlepšení přiměřeného spojení mezi pojmem a konkrétní představou je například ve škole při výuce nutné mít k dispozici dostatek trojrozměrných či reliéfních pomůcek, popřípadě nahrazovat neúplné či nepřesné představy slovním komentářem a vysvětlením či přirovnáním.

Také při slovním projevu může docházet k zdlouhavému opisování významu slova, či „ohmatávání předmětu“, komentování dotykového vjemu. Zřídka se vyskytuje i echolálie, kdy osoba se zrakovým postižením opakuje slova po svém komunikačním partnerovi.

Na druhé straně také osoba se zrakovým postižením nemusí správně pochopit význam některých řečených slov, což způsobuje další komplikace a nedorozumění v sociálním kontaktu.

Při rozhovoru s nevidomým není například dobré používat k označení místa výrazy typu "tady" a "tam". Lépe je použít obraty typu "po pravé ruce máte ...".

1.5.2 Neverbální komunikace

Snížení schopnosti použít zrak při komunikaci ochuzuje osobu se zrakovým postižením o neverbální projevy svého komunikačního protějšku. Zejména se jedná o mimiku. Sama osoba se zrakovým postižením ji používá minimálně, dochází u ní k hypomímii či k mimickým automatismům.

Rušivě mohou působit i jiné neverbální projevy osob se zrakovým postižením. Často jde o netypické postavení těla při slovním projevu. Někdy dochází i k různému kývání těla ze strany na stranu.

Osoba se zrakovým postižením si neuvědomuje, že její vlastní neverbální projevy mají pro vidícího určitou informační hodnotu. Nevěnuje jim pozornost, protože neví, že mohou mít význam. Pro ni samou žádný nemají (32).

Zrakové postižení také zbavuje člověka výhod snadné a rychlé orientace v aktuální sociální situaci, která může přinést určité poznatky (32).

1.5.3 Příklady usnadnění komunikace osobám se zrakovým postižením

Při sezení ve společnosti je třeba například člověku s levostranným výpadkem zorného pole umožnit sedět na levé straně, aby mohl nepostiženou pravou stranou přijímat maximální množství zrakových podnětů.

Dále například s komunikací na úradech může pomoci nevidomému průvodce (viz kapitola 1.6).

1.5.4 Možná náprava nevhodných projevů komunikace osob se zrakovým postižením

Jak již bylo výše řečeno, neprobíhá komunikace osob se zrakovým postižením vždy zcela obvyklým způsobem. Aby bylo možné nevhodné komunikační chování upravit, je třeba s nápravou začít co nejdříve. V tom mohou pomoci například TyfloCentra, kde se scházejí osoby se zrakovým postižením a kde nacházejí pomoc.

Zrakově postižený by se měl především trénovat v aktivním naslouchání svému okolí. Tím se u nějlepší i prostorová orientace a schopnost samostatně se pohybovat, čelit překážkám a orientovat se v neznámém prostředí. Sluchový vjem je pro něj využitelný nenápadněji, nebudí jím takovou pozornost, jako u ohmatávání. Sluchové vjemy jsou i dostupnější na větší vzdálenost, než vjemy dotekové. Využitelnost sluchových vjemů je vhodná i pro lepší sociální adaptaci.

1.6 Průvodcovské a předčitatelské služby

V životě člověka se zrakovým postižením zaujímají průvodcovské a předčitatelské služby nezastupitelné místo. Jak se dostat za kulturou, za sportem či

jinam, když si na to nevidomý sám netroufne? V tomto případě stačí zavolat do místně příslušného TyfloCentra a pomoc od sociálního pracovníka je tu. To samé platí i při pomoci získávání informací z běžně tištěného textu.

Toto vše může navíc pomoci k odbourání sociální izolace. Průvodcovské i předčitatelské služby pomáhají zrakově postiženým k začleňování do společnosti, aby mohli prožít plnohodnotný život.

1.6.1 Zákon o sociálních službách

Zákon 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách (31), který nabyl účinnosti dnem 1. ledna 2007, uvádí v části třetí (Sociální služby), hlavě I. (Druhy sociálních služeb a úhrada nákladů za poskytování sociálních služeb), dílu 3 (Služby sociální péče), § 42 (Průvodcovské a předčitatelské služby) toto:

„1. Průvodcovské a předčitatelské služby jsou terénní nebo ambulantní služby poskytované osobám, jejichž schopnosti jsou sníženy z důvodu věku nebo zdravotního postižení v oblasti orientace nebo komunikace, a napomáhá jim osobně si vyřídit vlastní záležitosti. Služby mohou být poskytovány též jako součást jiných služeb.

2. Služba podle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti:

- a) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- b) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí (31).“

Ke zprostředkování kontaktu se společenským prostředím patří:

- 1. doprovázení dětí do předškolního zařízení, školy, školského zařízení, k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity a zpět,
- 2. doprovázení dospělých do školy, zaměstnání, k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity, na úřady, instituce a zpět.

K pomoci při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí patří:

1. pomoc při vyřizování běžných záležitostí,
2. pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů,
3. předčítání nebo jiný způsob zprostředkování informace osobám s poruchami komunikace (18).

1.6.2 Průvodcovské služby u zrakově postižených

Tyto služby jsou zajišťovány sociálními pracovníky TyfloCenter a proškolenými dobrovolníky kdykoli po domluvě.

Průvodce osloví nevidomého jménem, případně se lehce dotkne jeho předloktí a nabídne svou paži. Nevidomý se svého průvodce chytne v místě nad loktem. Při chůzi jde průvodce asi o půl kroku před ním, uvolněně a klidně, vždy na té straně, která je méně schůdná, kde může hrozit nějaké nebezpečí, například silniční provoz, výkop. Po celou dobu mezi sebou udržují kontakt prostřednictvím hmatu. Je-li průvodce nucen na čas se vzdálit, vyhledá doprovázené osobě vhodné místo na čekání, popíše jí okolí a naznačí orientaci vůči prostředí. Při cestě průvodce podává nevidomému informace o okolním prostředí, o nejdůležitějších bodech a událostech.

Mají-li průvodce a nevidomý již více zkušeností ze společných cest, může průvodce informace o některých orientačních bodech (například schody nahoru, dolů, změna směru...) předávat prostřednictvím pohybů své ruky, natáčením celého těla či zrychlováním nebo zpomalováním chůze.

Přichází-li průvodce s klientem ke dveřím, snaží se již předem, aby nevidomý šel po té straně, na které se u dveří nacházejí panty. Průvodce volnou rukou otevírá dveře, kliku pak vezme do ruky, za kterou se jej drží nevidomý. Nevidomý svou volnou rukou sklouzne po průvodcově ruce, za níž se drží. Snadno nalezne kliku a sám poté zavírá.

V dopravních prostředcích průvodce držadlo, madlo nebo opěradlo volného sedadla „ukáže“ svému klientovi tak, že na ně položí ruku, za kterou se jej nevidomý drží, ten pak po jeho paži svou rukou sklouzne až k určenému objektu. Snadno se sám může posadit nebo pevně uchopit držadla. Během celé jízdy by neměl průvodce s nevidomým ztratit kontakt. Je přítomný v jeho blízkosti a udržuje slovní kontakt.

Na WC seznámí průvodce klienta s typem zařízení, ukáže mu místo, kde je toaletní papír, splachovací zařízení, umyvadlo, mýdlo a ručník nebo osušovač.

Na úřadech, u lékaře a v jiných interiérech podá průvodce nevidomému stručné informace o rozmístění nábytku a osobách v místnosti. Při podepisování úředních listin seznámí průvodce klienta nejprve s jejich obsahem. Při vlastním podepisování může průvodce položit podpisovou šablonu přesně na místo podpisu, nebo položí ukazováček volné ruky nevidomého na řádku tak, aby ukazoval na místo, kde se nevidomý může sám podepsat. Také může rovnou položit hrot tužky, kterou drží klient, přesně na místo, kde začíná podpis.

Průvodce nevidomého doprovází, ale nejedná a nerozhoduje za něj. Zrakově postižení lidé jsou svéprávné osoby.

1.6.3 Předčitatelské služby u zrakově postižených

Ačkoli vynálezci pracují na různých čtecích zařízeních, nevidomý je většinou závislý na hlasitém předčítání textů. Braillovo slepecké písmo, magnetofonové kazety a moderní elektronické čtecí pomůcky, jakkoli rozšířené, neřeší problém úplně. Ne vždy tato zařízení plně nahradí čtení zrakem.

Předčítatel pouze nahrazuje oči nevidomého, proto není podstatné, co se zdá při předčítání zajímavé nebo důležité předčítateli. Například při čtení novin je důležité číst všechny titulky, aby si nevidomý mohl vybrat, co chce přečíst. Číst je zapotřebí pomalu a zřetelně, nepřerušovat četbu svými komentáři.

Choulostivou záležitostí je předčítání osobních dopisů nebo finančních dokladů. V těchto situacích je nutná naprostá diskrétnost.

1.6.4 Průvodcovské služby pro nevidomé, poskytované pracovníky ČD

V případě, že nevidomý sám cestuje do neznámého města nebo místa, může si domluvit některou z forem doprovodu, které poskytují pracovníci Českých drah. Služby jsou poskytovány zpravidla pouze v prostorách příslušných železničních stanic Českých drah, případně nejbližšího okolí dopravních cest. Je nutno je objednávat vždy v dostatečném předstihu. Jen ve výjimečných případech, například při zpoždění vlaků a následném přestupu na jiný spoj, je možno kontaktovat příslušné pracovníky přímo z vlaku (19).

1.7 Kompenzační pomůcky

Při volnočasových aktivitách osob se zrakovým postižením je velice důležitá dostupnost kompenzačních pomůcek a zároveň správná znalost jejich využití.

„Kompenzační pomůckou pro postižené rozumíme nástroj, přístroj nebo zařízení speciálně vyrobené nebo speciálně upravené tak, aby svými vlastnostmi a možnostmi použití kompenzovalo nějakou nedostatečnost způsobenou daným postižením (28)“.

Nejrůznější kompenzační pomůcky jsem si měla možnost prohlédnout v plzeňském Tyfloservisu. Například jsem zde viděla různé druhy slepeckých holí a všelijaké pomůcky pro nevidomé – například kalkulačku s hlasovým výstupem, oddělovač žlutku, zápisník – pomocí Braillova písma se do něj zaznamenává a má hlasový výstup pro přečtení zaznamenaného údaje, čtečku barev, dálkový ovladač na semaforey nebo pro vstup do různých budov (které mají nainstalováno zařízení pro nevidomé). Tento ovladač s hlasovým výstupem jim řekne, co je to za budovu, jaké má dveře, kde jsou schody, výtah, recepce, překážky v cestě a podobně. Stejně tak je tomu u prostředků městské hromadné dopravy – dálkový ovladač sdělí číslo tramvaje,

trolejbusu, autobusu, ale zde je problém, že řidič musí mít toto zařízení zapnuté a často se stává, že ho řidiči vypínají.

Dále jsem si zde prohlédla i vyzkoušela pomůcku na výuku Braillova písma (dřevěný kvádr rozdělený na otáčecí krychle s hmatovými body), Pichtův psací stroj, speciální tabulku s „bodátkem“ na ruční psaní Braillova písma (její užití je hlavně časově velmi náročné a příliš se nepoužívá), šablonu na rozpoznání bankovek (založena na nestejně délce bankovek), šablonu na vlastnoruční podpis a jeho nácvik, hodiny s hlasovým výstupem, hmatové hodinky, šicí soupravu pro nevidomé – speciální jehly, navlékátka nitě do jehly a další užitečné pomůcky.

Tyfloservis nabízí ukázkou kompenzačních pomůcek a proškolení v jejich užívání. Snaží se s klientem nalézt pomůcky co nejvíce jemu „ušité na míru“ a poradí, jak je získat. Tyfloservis pomůcky nezajišťuje ani neprodává. Některé jsou velmi drahé, proto se zjišťuje sociální situace klienta a pomůcky mohou být z větší části hrazeny městským úřadem nebo zdravotní pojišťovnou (záleží na jejich typu).

Tyfloservis vyučuje nácvik vlastnoručního podpisu, psaní „všemi deseti“ na klávesnici počítače – což je při užívání speciálních počítačových programů pro osoby se zrakovým postižením nezbytné. Dále Tyfloservis nabízí nácvik sebeobsluhy, vaření, úklidu a podobně. Výcvik v prostorové orientaci – chůze s bílou holí, se provádí v místě bydliště, kde také Tyfloservis pomáhá nalézt nejvhodnější trasy, které bude klient používat, a pak ho trasu učí, dokud ji nezvládá samostatně.

Tyfloservis poskytuje poradenství v odstraňování architektonických bariér (například jsou přizváni i při úpravách křižovatek a podobně). Zájemcům poskytuje i nácvik chování v různých společenských situacích – někteří klienti například mohou nepříjemně odmítnout nabízenou pomoc a tím odradit případnou pomoc pro ostatní nevidomé, kteří by ji uvítali. Kurzy jsou individuální, ambulantní (pro ty, kdo mohou docházet do Tyfloservisu), ale hlavně terénní v místě klientova bydliště. Tyfloservis poskytuje i školení a přednášky pro zájemce z řad studentů, školy (zdravotní) a podobně.

Nejdůležitější pro mě ale byla prohlídka speciálních pomůcek pro čtení a jinou činnost – nepřeberné množství lup (s osvětlením, do ruky, na stojánek a podobně), dále

zde mají televizní lupu, pod kterou je možno dát například novinový text, který se zobrazí v požadovaném zvětšení a kontrastu na obrazovce, pod touto lupou se dá i psát.

Zajímavá je též možnost reliéfního zobrazení například konkrétní křižovatky na papíře, které si klient osahá (aby získal předběžnou představu) pro pozdější nácvik skutečného pohybu na této křižovatce.

Mnohého to zřejmě překvapí, ale mezi kompenzační pomůcky pro osoby se zrakovým postižením patří i vodící psi. Jsou jejich věrným společníkem i v době volnočasových aktivit.

V jednom dokumentárním filmu jsem se dozvěděla, že jejich výcvik se provádí například v Praze – Jinonicích, ale také ve Starém Plzenci. Bylo to zajímavé a připadá mi až neuvěřitelné, co všechno se tito psi dokáží naučit. Například to, že při své výšce dokáže pes rozeznat, že je-li nějaká překážka ve vyšší úrovni než je on sám, nemůže ji jednoduše podlézt, ale s nevidomým člověkem ji musí bezpečně obejít. Pes se také nesmí nechat vyrušovat hlukem a dalšími podněty kolem, ale musí mít pořád na zřeteli nevidomého člověka. Obdivuhodné je také, jak dokáže zvládnout strach z eskalátorů, které pro něj zpočátku vypadají opravdu hroživě. Vodící psi jsou už jako štěňata vybíráni a potom intenzivně, ale s laskavým přístupem, cvičeni. Jejich trenér je pak sám vyzkouší z pozice nevidomého (se zakrytýma očima). Po výcviku následuje asi týdenní soustředění s klienty, kteří si mohou vyzkoušet více psů a potom si vybrat takového, který jim nejlépe vyhovuje. Poté následuje nácvik chůze již s vlastním psem.

1.8 Volný čas osob se zrakovým postižením

Osoby se zrakovým postižením mají kvůli svému hendikepu méně volného času než osoby zdravé. Běžné činnosti jim totiž většinou trvají déle, někdy k nim potřebují i cizí pomoc.

Jak uvádí literatura (34), například vypracování domácích úkolů a příprava na vyučování dětem se zrakovým postižením často trvá déle a také příležitostí, kde a jak provádět zájmovou činnost, může být méně a dítě nemá možnost o náplni volného času samostatně rozhodnout. Program volného času by měl dítě se zrakovým postižením dále formovat a vychovávat, pomáhat mu v získávání širší soběstačnosti, rozvíjet jeho tvůrčí schopnosti a vytvářet společenské vazby.

Neméně důležité je využití volného času u dospělých osob se zrakovým postižením.

Kvalitní využití volného času je současně prevencí negativních sklonů, tedy pasivity, případně alkoholismu a jiných negativních návyků (34).

Protože omezení zrakového vnímání zvyšuje nebezpečí úrazu, je zapotřebí, aby osoby se zrakovým postižením při všech volnočasových aktivitách dodržovaly zásady bezpečnosti (10).

1.9 Kulturní aktivity osob se zrakovým postižením

1.9.1 Společenská setkání

Někteří lidé se zrakovým postižením vyhledávají kulturní aktivity jako ostatní občané, například si zajdou do divadla či kina. Zde stačí, aby jejich průvodce, je-li člověk nevidomý, komentoval děj, kdo a co je na scéně. Pro domácí využití existuje i tak zvaný „komentovaný film“, kde kromě běžné zvukové stopy je ještě další, na kterou například některý známý herec s příjemným hlasem namluví komentář, jak děj probíhá. Tyto filmy získávají mezi nevidomými teprve na popularitě, zejména u mladší generace.

Jiní zrakově postižení vyhledávají jen setkání „mezi svými“, stejně zrakově postiženými. Jedná se o různá setkání u kávy či čaje, většinou v klubovně specializovaného zařízení. V Plzni je to klubovna TyfloCentra.

1.9.2 Knihy a časopisy

Do roku 1915 (35) neměli nevidomí u nás žádný časopis. Proto ve zmíněném roce byl ustaven spolek „Český slepecký tisk“, který v roce 1916 vydal svou první českou knihu nazvanou „Jitřenka“ a v roce 1917 začal vydávat první česky psaný časopis, tištěný v Braillově písmu, „Zora“ (vychází dodnes).

Texty psané v Braillově písmu si lze zapůjčit v knihovnách pro zrakově postižené. Vyhotovuje je tiskárna pro nevidomé K. E. Macana v Praze. Speciální oddělení bodových knih existuje například v Kyjově. Též je nevidomým k dispozici BrailNet knihovna digitalizovaných textů (35).

Vychází například i čtvrtletní zpravodaj pro rodiče dětí se zrakovým postižením „Rolnička“.

Mě osobně se do rukou dostala Ročenka 2005 Sjedenocené organizace nevidomých a slabozrakých (SONS) (21).

Ročenka poskytuje velmi ucelené informace o SONS. Základním posláním této organizace je vyhledávání a kontaktování občanů s těžkým zrakovým postižením včetně osob v akutním stádiu po ztrátě zraku, sociálně–právní poradenství pro občany s těžkým zrakovým postižením, dále prevence nezaměstnanosti a podpora pracovního uplatnění občanů s těžkým zrakovým postižením, průvodcovské a předčitatelské služby pro občany se zrakovým i kombinovaným postižením, podpora setkávání, navazování kontaktů a vzájemná motivace v aktivizačních klubech a hlavně také odstraňování architektonických a informačních bariér pro osoby s těžkým zrakovým postižením (například zhotovování varovných pruhů na chodnících před vstupem do vozovky, u přechodů pro chodce, semaforů se zvukem). Za tímto účelem existuje Centrum odstraňování architektonických bariér pro nevidomé a slabozraké občany s působností v ČR.

Ročenka také informuje o dalších organizacích působících pod SONS, přibližuje jednotlivé projekty, například Zapojování ČR do evropských a světových struktur

pomoci zrakově postiženým osobám, dále Tyfloart 2005 – přehlídka zájmové a umělecké činnosti a další kulturní a osvětovou činnost nevidomých a slabozrakých, propaguje a prezentuje umělce se zrakovým postižením a informuje o rozšiřování možností jejich uplatnění v kulturním dění. Z dalších článků stojí za to zmínit „O nás nejen pro nás“ – o informování veřejnosti, „Můžeme si pomáhat“ – svépomocné kluby. Důležité je také metodické centrum informatiky SONS „Blind Friendly Web“, které se zabývá zpřístupňováním webových stránek uživatelům se specifickými potřebami, zpřístupňování informací nevidomým a slabozrakým formou digitalizace černotiskových textů (převedení textu dle přání klienta do digitální podoby tak, aby mohl být klientovi předán na jím užívaném datovém médiu (flash disk, CD, ZIP–drive, disketa, nebo zaslán e-mailem).

Ročenka informuje dále o Tyflokabinetu, což je Metodické centrum tyfletechnických pomůcek – převážně na bázi výpočetní techniky (program JAWS), o charitativní sbírce Bílá pastelka, o Tyfloservisu – terénní a ambulantní sociální rehabilitace osob se zrakovým postižením po celém území ČR prostřednictvím sítě krajských středisek, dále informuje o krajských TyfloCentrech, Středisku výcviku vodících psů SONS ČR a o Pobytovém rehabilitačním a rekvalifikačním středisku pro nevidomé Dědina, o.p.s. (zde probíhá například sociální rehabilitace, pracovní rehabilitace a rekvalifikační kurzy – košíkářská výroba, keramická výroba, tkalcovská výroba, masér).

Ročenka poskytuje i seznam středisek včetně kontaktních osob, jejich telefonů a e-mailových adres.

Líbí se mi krédo SONS, které je uvedeno hned na obálce, a myslím, že vystihuje podstatu působení této organizace, a bylo by dobré, kdyby obecně vzato vystihovalo podstatu působení většiny organizací:

„Nejsme organizace, která za nevidomé rozhoduje a jedná; jsme nevidomí občané, kteří rozhodují a jednají sami za sebe. Zásady našeho počínání jsou: svépomoc, partnerství, solidarita, úcta k lidské důstojnosti, svobodná volba, zdravý rozum“. (21)

1.9.3 Společenské hry

Pro osoby se zrakovým postižením existují speciálně upravené stolní hry – šachy, Člověče, nezlob se, logik, domino a další. Jedná se o hmatovou úpravu, kdy například na hrací kostce jsou jednotlivé body plasticky upravené do prostoru, aby si je nevidomý či slabozraký mohl osahat (viz fotografie v příloze číslo 1).

1.9.4 Klub vodících psů

Při Plzeňském TyfloCentru funguje klub vodících psů. Scházejí se zde nejen nevidomí se svými psími miláčky – vodícími psy, ale i ostatní osoby se zrakovým postižením. Setkání probíhají jedenkrát v měsíci, buď v přírodě, nebo při nepřízní počasí v klubovně TyfloCentra. Jednoho takového setkání jsem se také zúčastnila a aktivně se i zapojila.

Setkání se původně mělo uskutečnit venku, plánovaná byla vycházka. Kvůli špatnému počasí jsme se (a hlavně pejskové) museli spokojit s pobytem uvnitř.

Když pejskové (se svými nevidomými „klienty“) dorazili, bylo třeba jim před vstupem do klubovny umýt packy, aby nenanesli bláto. Potom bylo třeba uhasit jejich žízeň, přichystat jim vodu. Pak bylo třeba také uhasit žízeň nevidomých klientů, tedy jsme jim vařili kávu a čaj.

Někteří klienti si s sebou přinesli nějaké materiály, například z internetu, o které se chtěli podělit s ostatními. Takže další mou pomocí bylo předčítání z těchto materiálů. Jedna klientka také sama povídala zajímavosti, které ji v poslední době zaujaly a chtěla se o ně podělit s ostatními, vyprávěly se také „psí“ vtipy.

Nakonec nastala volná zábava a to hlavně pro pejsky, kteří i přesto, že museli být v místnosti, dostali možnost se pořádně vyřádit a vyběhat.

Klub vodících psů je určen pro vzájemné předávání zkušeností mezi majiteli vodících psů, což myslím, bylo i v tomto případě splněno. Je dobře, že se podobné akce

dělají, jednak pro ono zmíněné předávání zkušeností a jednak pro možnost společenského kontaktu a příjemně stráveného času s dalšími „kolegy“.

Na této akci jsem si pořizovala i fotodokumentaci (viz fotografie v příloze číslo 1).

1.10. Sportovní aktivity osob se zrakovým postižením

Jak uvádí internetový zdroj (27), osoby se zrakovým postižením mají většinou nedostatek pohybu. Většinou to je způsobeno obavou z pohybu, nesnadností naučit se samostatně se pohybovat a orientovat, nebo také psychickými zábranami. O to důležitější je přivést zrakově postiženého, pokud to dovoluje jeho zdravotní stav, ke sportu a k aktivnímu pohybu (27).

Sportování působí na udržení kondice, jako pozitivní osobní zkušenost, smysluplné vyplnění volného času, u řady sportů jde i o možnost dostat se do zdravého přírodního prostředí (34).

V celorepublikovém měřítku existuje Český svaz zrakově postižených sportovců (ČSZPS) s 1 700 členy a na mezinárodní úrovni Mezinárodní sportovní organizace pro nevidomé (International Blind Sport Association – IBSA), založená roku 1980 (34).

Je nesmírné množství sportovních disciplín, kterým se osoby se zrakovým postižením mohou věnovat stejně dobře jako osoby zdravé. Jsou ale i specifické druhy sportů, které vznikly právě pro potřeby osob se zrakovým postižením.

1.10.1 Show–down

Show–down je původně sport určený pouze pro nevidomé. Mohou jej však hrát i vidící hráči, ale všichni musí používat speciální „brýle“, se kterými nic nevidí, aby měli

všichni stejné podmínky. Hráč je při této hře odkázán jen na svůj sluch, a proto diváci i hráči musí být v naprosté tichosti.

Jedná se o stolní tenis hraný na stole s určenými rozměry. Stůl má navíc mantinely a branky. Brankou se rozumí otvor ve stole na stranách obou hráčů. V polovině herního stolu je středová deska, pod níž je mezera, skrze kterou si posílají protihráči míček. Ten je uvnitř opatřen kovovými kuličkami, aby byl kontrolovatelný sluchem.

Cílem této hry je strefit se míčkem, za pomoci pátky, do soupeřovy branky. Hráč tak získává dva body. Hraje se do jedenácti bodů s rozdílem dvou bodů. Pokud je rozdíl menší, hra pokračuje, dokud není rozdíl dva body, maximálně do šestnácti bodů, potom rozhoduje jakýkoliv rozdíl. Jestliže se hráč míčkem strefí do středové desky a míček neprojde na stranu soupeře, nebo míček opustí hrací plochu, získává soupeř jeden bod.

Soupeří se ve dvouhře, výjimečně ve čtyřhře. Utkání soudcuje jeden rozhodčí. Délka utkání se většinou řídí dle skóre mezi soupeři (23), (30).

1.10.2 Goalball

Goalball je jediná kolektivní hra pro osoby se zrakovým postižením. Všichni hráči, bez rozdílu zrakového postižení, mají nasazeny na očích „brýle“, které jim zajišťují úplnou tmou, aby nikdo z hráčů ani trochu neviděl. Tím je hra náročná na orientaci na hřišti, koordinaci hráčů i na rychlost.

Hráči hrají na hřišti o velikosti 9x18 metrů (4), většinou v tělocvičně. Na každé straně jsou tři hráči, kteří jsou současně útočníky–vrhači i obránci. Na každém konci hřiště je brána, na šířku. Cílem hry je vstřelit soupeři branku s ozvučeným míčem. Míč má uvnitř rolničky, takže při koulení zvoní. Proto musí být všichni naprosto zticha, aby hráči míč slyšeli. Vstřelení není to správné slovo, „góly“ se koulí podobně jako v kuželkách, protože míč se již z poloviny stílejícího soupeře musí koulet po zemi.

V současné době se goalball hraje v Plzni, Opavě, Litovli, Praze a Brně (7).

Liga je organizována formou turnajů, kdy účastníci sehrají klasický turnaj s vyřazovacími koly ve skupinách nebo metodou každý s každým a dále vyřazovací

zápasy až po finále. Vítězství v turnaji, kterých je několik během roku, se započítávají do ligových výsledků. Vedle týmových výsledků existují samozřejmě také výsledky jednotlivých hráčů (4).

1.10.3 Simulovaná laserová střelba

Simulovaná laserová střelba pro nevidomé (navádění pomocí zvuku) mi připadá velmi obtížná. Měla jsem ji totiž možnost osobně vyzkoušet. Zúčastnila jsem se tréninku, který se koná v Plzeňském TyfloCentru jedenkrát týdně a ve střeleckém týmu Plzně je asi šest zrakově postižených lidí, kteří se účastní i různých závodů v této střelbě. Závodí se ve dvou kategoriích: ženy – muži a jsou pořádána i mistrovství republiky. Jednoho takového závodu jsem se také zúčastnila (viz fotografie v příloze číslo 1).

V jednom kole střelby je 10 pokusů. Maximální skóre je 100. Vidící i nevidomý má přitom zakryté oči speciálními „brýlemi“ zajišťujícími úplnou tmu. Dále je třeba mít na uších sluchadla, díky kterým zvukový signál střelce naviguje na terč. Podle výšky tónu se dá poznat, jak blízko u středu se laserový paprsek pohybuje, nejvyšší tón je uprostřed.

Považuji za velmi dobré, že takovéto aktivity (a technická zařízení) pro osoby se zrakovým postižením existují, že existují nápady, jak nevidomým zpřístupnit činnosti, které by jim jinak byly nedostupné. Je to pole pro seberealizaci (pokud se v tom někdo skutečně najde), sebezdokonalování, zvýšení sebevědomí při úspěších a hlavně také pro navázání nových sociálních kontaktů a smysluplné využití volného času.

1.10.4 Plavání

I toto je sportovní aktivita, která je přístupná i osobám zcela nevidomým, pokud o ni mají zájem.

Sama jsem si měla možnost vyzkoušet doprovod nevidomé klientky do bazénu, v bazénu a pak ji doprovodit zpět domů (viz fotografie v příloze číslo 1).

Ráno jsem přišla pro klientku k ní domů, provázela jsem ji při cestě do bazénu, v bazénu (asistence u pokladny, v šatně, ve sprchách), přímo při plavání, kdy ona potřebuje plavat stále při okraji bazénu, jsem byla neustále s ní, abych ji „navigovala“ a upozorňovala na případné nebezpečí nebo překážky. Při tom všem jsme si moc dobře popovídaly. Po skončení akce jsem opět paní stejnou cestou doprovodila domů.

Návštěva bazénu byla pro mě úplně novou a příjemnou zkušeností. Viděla jsem, že je možné, aby si i nevidomý člověk mohl zaplavat bez nějakých nesnází, stačí jen mít průvodce a držet se při kraji. Občas se nám stalo, že někdo například odpočíval u kraje a tím „zatarasil“ paní cestu. Vždycky jen stačilo paní upozornit, aby chvíli počkala, a dotyčného člověka požádat, jestli by paní mohl pustit, že potřebuje plavat podél kraje, a každý bez problémů uvolnil cestu. Nesetkala jsem se s negativní reakcí.

1.10.5 Cvičení při slabozrakosti

Ze zdravotního hlediska je pro osoby se sníženou schopností vidění velice důležité na podporu zraku věnovat též část svého volného času tak zvané oční gymnastice spojené s uvolňováním svalů v oblasti krku a ramen. Jelikož jsem již dříve vystudovala obor fyzioterapie, v příloze číslo 2 uvádím vhodná cvičení, čerpající z vlastních zkušeností.

Cvičení je třeba provádět pravidelně, minimálně dvakrát denně.

1.11 Ruční práce

Jak uvádí literatura (24), některé osoby se zrakovým postižením se věnují i ručním pracím, jako například pletení, háčkování, vyšívání, tkaní či paličkování. Tyto činnosti vykonávají za specifických podmínek. Zraková kontrola je kompenzována kontrolou hmatovou. Mezi úpravy prostředí patří například osvětlení, rozlišení za pomoci zvětšení, kontrastu, barev a kontur. U osob se zrakovým postižením se těmito činnostmi rozvíjí tvořivost, fantazie a estetické vnímání.

1.12 Intuitivní kresba

Jelikož se jedná o novou formu využití volného času, která není zřejmě ještě více známá nejen mezi širší veřejností, ale ani mezi osobami se zrakovým postižením, dovolím si zde o této činnosti pojednat trochu podrobněji.

1.12.1 Vliv intuitivní kresby

Intuitivní kresba pomáhá člověku uvolňovat napětí, odstraňuje některé bloky psychosomatického původu a vede k rozvoji tvůrčích schopností bez zřetele na věk a dosažený stupeň vzdělání. Je vhodným terapeutickým prostředkem pro jednotlivce i pro skupinu. Umocňuje pozitivní myšlení a vhodně doplňuje grafomotorická cvičení.

Její příznivý vliv na představivost kreslící osoby se projevuje ve ztvárnění obrazu, v jehož počáteční fázi autor netuší, k jakému výsledku se dopracuje. V pokročilé etapě práce s intuitivní kresbou lze využívat vhodné motivace.

V sociální sféře pomáhá práce s intuitivní kresbou harmonizovat vzájemné vztahy mezi účastníky komunikace, pokud nejsou v souladu. Práce ve skupině dovoluje projevit na jedné ploše více názorů a zároveň respektovat projev druhé osoby.

V kombinaci osob, jejichž vzájemné vztahy jsou velmi uspokojivé, vznikají obrazy velmi pozitivně působící. Díla takovýchto osobností mohou zdobit například stěny školních budov nebo pracoven, a tak příznivě ovlivňovat chování a jednání ostatních.

Další zkušenosti jsou popsány v knize „Automatická kresba ARTRELAX“ (29).

1.12.2 Rozvoj intuitivní kresby u osob se zrakovým postižením

Výhody intuitivní kresby jsou i u osob se zrakovým postižením značné.

Právě lidé se zrakovým oslabením mohou touto technikou plně projevit a rozvinout svůj talent výtvarný, literární a hudební. Také někteří „zdraví“ jedinci začínají intuitivní kresbu, aniž se dívají na čtvrtku, jak po ní pastel či tužka vytvářejí linie nebo celé plochy.

Nejvhodnější prostředí pro vlastní rozvoj intuitivní kresby bývá v příjemně zateplené místnosti, kde voní svěží vzduch a hraje tiše relaxační hudba. Před kreslicí osobou leží čistá bílá plocha a okolo ní jsou rozložené barevné pastely, pastelky, olejové křídly, tužky. Podle citu zvolíme barvu a položíme pastel na čtvrtku. Netlačíme na něj, ani ho nedržíme ve vzduchu. Nejdůležitějším bodem je právě tato chvíle. Opravdu chvíli vyčkáme, až ruka s kreslicím nástrojem začne sama vytvářet první linie. Na tvářích kreslicích lidí, kteří procházejí touto zkušeností poprvé, se většinou objeví úsměv a zároveň pocit překvapení, že i jim kresba funguje. Jak ruka sama začala kresbu, tak ji také sama ukončí. Většinou se kreslicí rozhodne ještě pokračovat v kresbě jinými barevnými odstíny, protože ho tato činnost těší od samého začátku. Pokud dospěl výtvarník do závěrečné etapy, zjistí, že už nemá obrazu co nabídnout, a tak ho ani žádná jiná barva již neosloví.

První kresby bývají odrazem vnitřního rozpoložení kreslicího. Jsme-li v neklidu, vykreslíme se nejčastěji v podobě linií, které připomínají rozmotané klubko nití.

Některým lidem se na čistou bílou plochu hůře začíná. Nejen pro ně je připraven program ARTRELAX (29). Jedná se o soubory inspirativních kreseb. Ty pomáhají

ostýchavějším snáze se napojit na připravené linie a tvary. Jiným dávají podnět k vlastním snahám dotvářet obrazy, jež jsou pro ně nabídkou k zajímavé komunikaci výtvarnou formou.

Intuitivní kresba doplňuje svojí podstatou volné vyjádření myšlenek za podpory grafických dovedností, které se daří snáze objevovat a kultivovat.

Tuto práci jsem si ověřila a vyzkoušela v Základní škole a Mateřské škole pro zrakově postižené děti v Plzni, kde jsem působila v rámci školní odborné praxe.

Například jedna dívka od narození nevidomá vytvořila samostatnou kresbu, inspirativní kresby, zpracovala vypalovanou předlohu, kresbu rydlem a jednu dírkovanou předlohu zpracovala barevně. Experiment přijala velmi dobře, dle vlastního vyjádření se cítila spokojeně. Při tvorbě potřebovala asistenci – podávání pastelek. Sama si určovala, jakou barvu chce podat, dokonce odstín, světlejší nebo tmavší. Pro mě bylo velice zajímavé sledovat, jak se nevidomá dívka tvorby zhostila. Bylo pro mě až zarážející, s jakou pečlivostí se rozhodovala pro použití jednotlivých barev a že rozlišovala i mezi jednotlivými odstíny. (viz fotografie v příloze číslo 1).

Dále jeden žák od narození nevidomý začal tvorbu rydlem. Vytvořil touto technikou dva obrazy. Pak si vyzkoušel vypalované předlohy, které ochotně vytvořila paní učitelka (vypálila je dle dodaných předloh ve školní peci k tomu určené). Pracoval s barvami, pastelky jsem mu dle jeho pokynů podávala. Pak vytvořil i samostatnou kresbu.

Kromě práce s dalšími dětmi s různými druhy zrakového postižení jsem dětem navrhla vyzkoušet společnou tvorbu křídami na tabuli. Projevilo se zde sociální citění jednotlivých žáků, ochota spolupracovat či prosazovat své individuální zájmy.

Pro všechny zúčastněné byl jistě projekt ARTRELAX (29) přínosem. Ukázalo se, že děti se zrakovým postižením jsou schopny výtvarné tvorby jako ostatní vrstevníci, neklidné děti tato práce zklidnila a všem přinesla radost nad tvorbou (viz fotografie v příloze číslo 1).

Pan ředitel přislíbil informovat o projektu ve školním časopise.

1.13 Počítače

Používání počítače je poměrně nová oblast, jak mohou osoby se zrakovým postižením trávit svůj volný čas. Speciální počítač pro tyto lidi je stále dostupnější.

Dnes již existují hlasové výstupy, hmatové výstupy, zvětšovací programy a také Knihovna digitalizovaných textů, která je zpřístupněna na internetu. Rozvoj je umožněn získáváním textů knih přímo od nakladatele v digitální podobě díky počítačové sazbě. Windows a Internet přestávají být tabu i pro nevidomé (16).

Mezi osobami se zrakovým postižením jsou dnes běžné i internetové konference a elektronická pošta (17).

V první řadě je důležité, aby se osoba se zrakovým postižením naučila základní ovládání počítače. K tomu slouží speciální kurzy, pořádané například v Plzni TyfloCentrem. Pak již lze počítač využít k nejrůznějším účelům, pro hru, nácvik komunikace i další sebevzdělávání. Neméně důležité je získávání informací o konání jiných volnočasových aktivit za pomoci internetu.

Velkou pomocí pro osoby se zrakovým postižením (a ne jen pro ně) jsou také tak zvané TTS (Text–To–Speech) systémy umožňující převod textu na řeč (20). Vývojem takových systémů se ve světě zabývá celá řada specializovaných pracovišť. Většina TTS systémů je vícejazyčných, přičemž jednoznačně dominuje angličtina. Anglických hlasů bývá v jednom systému často i více, liší se podle pohlaví nebo akcentu (americká či britská angličtina a podobně). Velmi často se můžeme setkat i s dalšími nejpoužívanějšími světovými jazyky (španělštinou, francouzštinou, němčinou). K nejznámějším patří například systém AT&T Natural Voices™ vyvíjený americkou společností AT&T, který umožňuje syntetický řečový výstup v americké a britské angličtině, latinskoamerické španělštině, němčině a francouzštině. Ke každému jazyku je k dispozici několik hlasů (2).

Ke známým systémům patří také systém RealSpeak™ americké společnosti Nuance (dříve ScanSoft®), který nabízí asi největší počet jazyků. Obsahuje totiž 21

jazyků, pro některé jazyky je k dispozici i několik hlasů. Vedle „tradičních“ jazyků umožňuje také syntézu japonštiny, kantonské a mandarínské čínštiny, korejštiny, dánštiny, holandštiny, italštiny, portugalštiny, mexické španělštiny, norštiny, polštiny, ruštiny, švédštiny nebo baskičtiny (14).

Vývojem TTS systémů pro češtinu se zabývají například odborníci na Katedře kybernetiky Západočeské univerzity v Plzni. Jejich TTS systém ARTIC (Artificial Talker in Czech) v současné době podporuje syntézu dvou českých hlasů (mužský a ženský) a také syntézu slovenštiny a němčiny (1). Jak tento systém mohou využít lidé se zrakovým postižením si lze vyzkoušet například na telefonním čísle 377 638 805 při čtení aktuálních novinek (zpráv) ze serveru www.idnes.cz. Komerční verze tohoto systému ARTIC – ERIS TTS – je nabízena firmou SpeechTech (26).

2 CÍL PRÁCE A HYPOTÉZY

2.1 Cíl práce

Cílem této bakalářské práce je porovnání názorů osob se zrakovým postižením a ostatní společnosti na život osob se zrakovým postižením a dále ověřit níže zmíněné hypotézy.

2.2 Hypotézy

Pro objasnění pojmu hypotéza cituji vysvětlení z internetového zdroje (33): „Tvrzení, respektive podmíněný výrok, který stanovuje (předpokládá) vztah mezi dvěma nebo více proměnnými. Hypotéza nemůže být formulována jako otázka. Předpokládaný vztah mezi proměnnými platí do okamžiku, než je popřen. Při výzkumu je hypotéza buďto potvrzena, částečně potvrzena, nebo popřena“.

Pro tuto bakalářskou práci jsem si stanovila následující hypotézy:

1. Osoby se zrakovým postižením jsou seznámeny s tím, jak mohou organizovaně trávit svůj volný čas.
2. Osoby se zrakovým postižením tráví svůj volný čas lépe, když mají vyšší dosažené vzdělání.
3. Osoby se zrakovým postižením převážně nevyužívají možnosti pomoci okolí.
4. Většina společnosti není poučena o tom, jak správně k osobám se zrakovým postižením přistupovat.
5. Společnost je málo seznámena s životem osob se zrakovým postižením.

3 METODIKA

3.1 Použitá metoda

Jak uvádí internetový zdroj (33), „metody používané ve výzkumu dávají návod, jak postupovat. Je to označení pro proceduru sledovanou při výzkumu“.

V praktické části této bakalářské práce jsem vycházela z kvantitativního výzkumu. Za účelem ověření hypotéz jsem použila metodu dotazování, techniku řízeného rozhovoru a dotazníku (viz příloha číslo 3 a 4). Pro širokou veřejnost jsem sestavila soubor otázek, předložený respondentům jako dotazník, a s osobami se zrakovým postižením jsem vedla řízený rozhovor.

Otázky pro řízený rozhovor jsem rozdělila do tří částí. První část obsahuje otázky týkající se bližší identifikace dotazované osoby. Druhá část obsahuje otázky související s volným časem dané osoby a třetí část obsahuje otázky vyjadřující určitá tvrzení související s daným tématem. Většina otázek je zavřených s možností volby dané odpovědi, šest otázek má navíc možnost volby vlastní odpovědi. Celkem jde o 32 otázek.

Také dotazník jsem rozdělila na tři části. První část otázek zjišťuje bližší údaje o respondentovi, druhá část je zaměřena na otázky týkající se osob se zrakovým postižením a třetí část zjišťuje názor na daná tvrzení související s osobami se zrakovým postižením. I zde je většina otázek zavřených, jen jedna otázka (třináctá) je otevřená a jedna (druhá) má možnost dopsání jiné než nabízené odpovědi. Celkem respondenti odpovídali na 18 otázek.

Při sestavování otázek jsem se snažila o stručnost, věcnost a srozumitelnost.

Nejdříve jsem provedla předvýzkum a to se dvěma osobami se zrakovým postižením řízený rozhovor a dvěma osobám bez zrakového postižení jsem předložila

dotazník. Na základě předvýzkumu jsem provedla ještě úpravu některých otázek, aby byly lépe srozumitelné.

Samotný sběr dat pak probíhal v dubnu roku 2008.

Řízený rozhovor odmítlo dvacet osob se zrakovým postižením a dotazník pět oslovených osob bez zrakového postižení. Vyplňování dotazníku bylo dobrovolné a zcela anonymní.

Dalším krokem po sesbírání dat řízenými rozhovory a dotazníky bylo převedení odpovědí do elektronické podoby. Data byla uložena v prostředí Microsoft Excel a v tomto prostředí se s nimi dále pracovalo. Do konečné podoby bylo vše pro přehlednost zpracováno většinou formou tabulek, první části řízeného rozhovoru i dotazníku a některé vzájemné závislosti formou grafů. Větší množství tabulek a jen méně grafů jsem volila hlavně z důvodu velkého množství údajů.

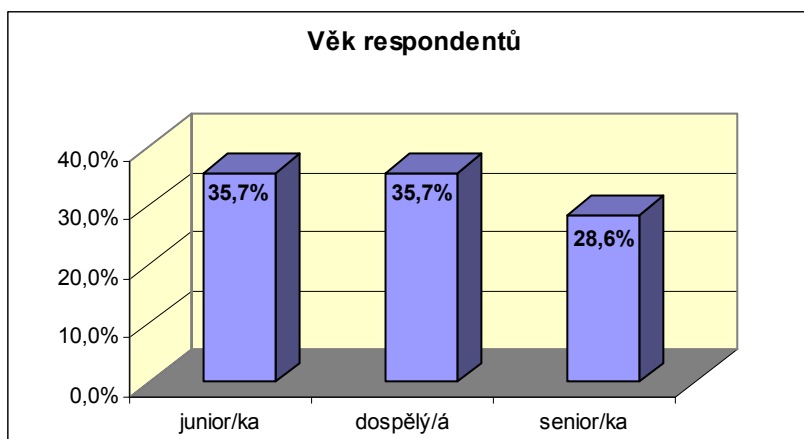
3.2 Charakteristika výzkumného souboru

Soubor byl vybrán náhodným výběrem, bez jakýchkoliv kritérií, snad jen s ohledem na to, aby bylo zastoupeno co nejširší věkové spektrum respondentů.

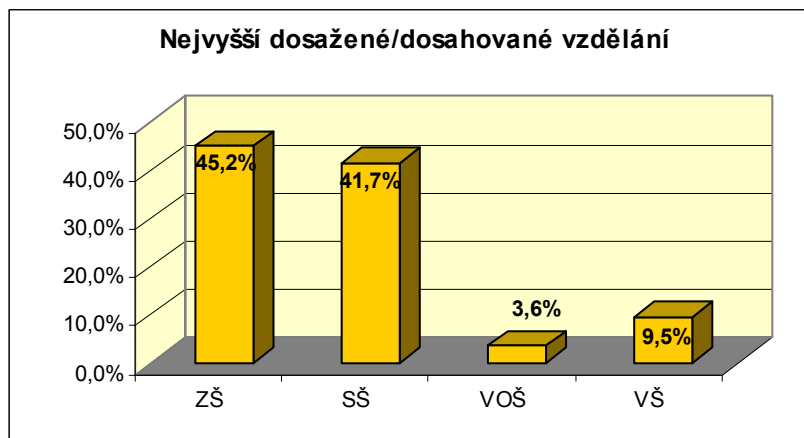
Řízený rozhovor byl uskutečněn celkem s 84 osobami se zrakovým postižením. Dotazníky mi vyplnilo celkem 300 osob bez zrakového postižení.

Řízený rozhovor s juniory jsem prováděla v Plzni na Základní škole pro zrakově postižené, s dospělými a seniory zejména na lůžkové části oční kliniky Fakultní nemocnice Plzeň, ale i s jednotlivými osobami se zrakovým postižením žijícími v Plzni. Další řízené rozhovory provedli se svými klienty pracovníci TyfloCentra Plzeň, Tyflokabinetu České Budějovice, Tyfloservisu Liberec, Domova pro zrakově postižené Palata Praha, Střední školy pro zrakově postižené Brno (2. ročník – obor tkalcovské práce), Diakonie ČCE – střediska Zvonek Praha a TyfloCentra Zlín.

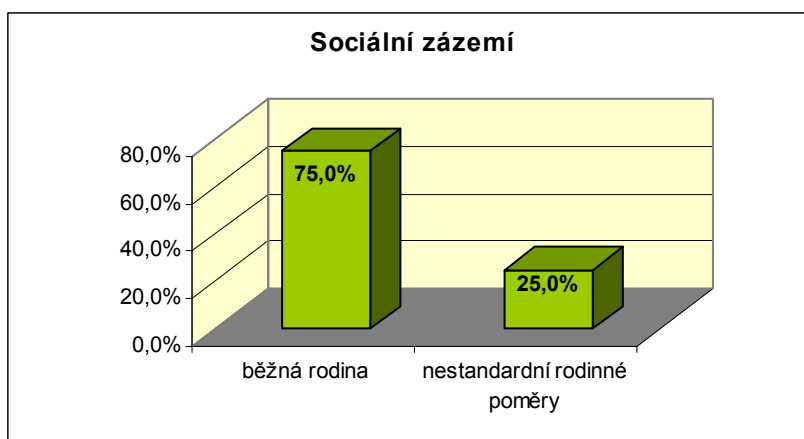
Dotazníky pro osoby bez zrakového postižení vyplňovali převážně respondenti v Plzni, z toho junioři nejvíce na 22. základní škole a Střední průmyslové škole elektrotechnické.



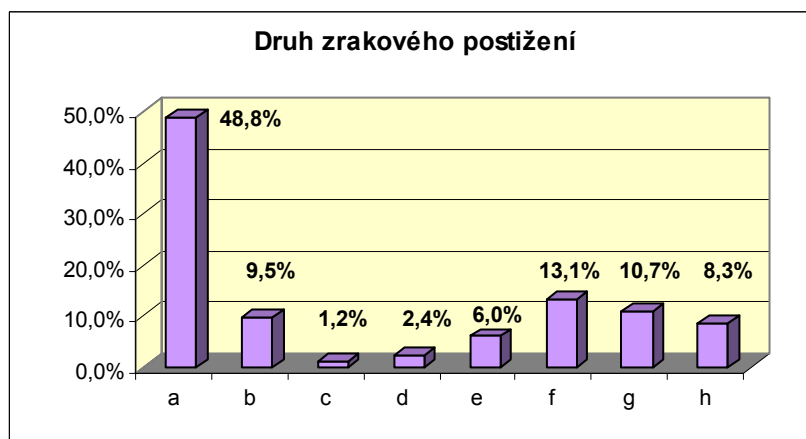
Graf číslo 1: Věkové rozložení respondentů se zrakovým postižením (vlastní zdroj).



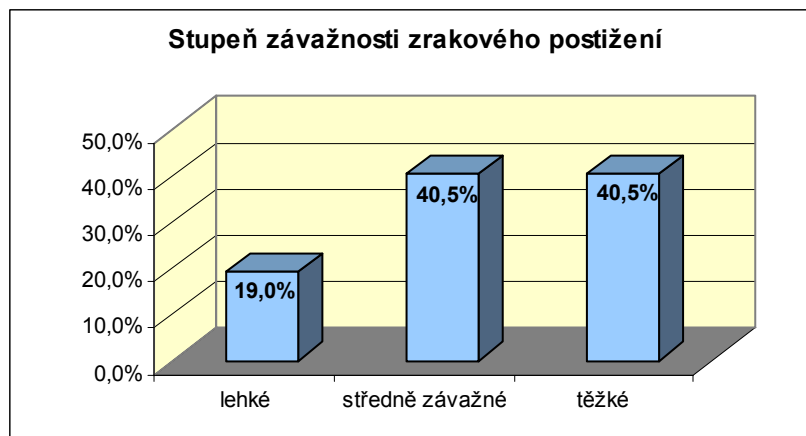
Graf číslo 2: Rozložení vzdělání respondentů se zrakovým postižením (vlastní zdroj).



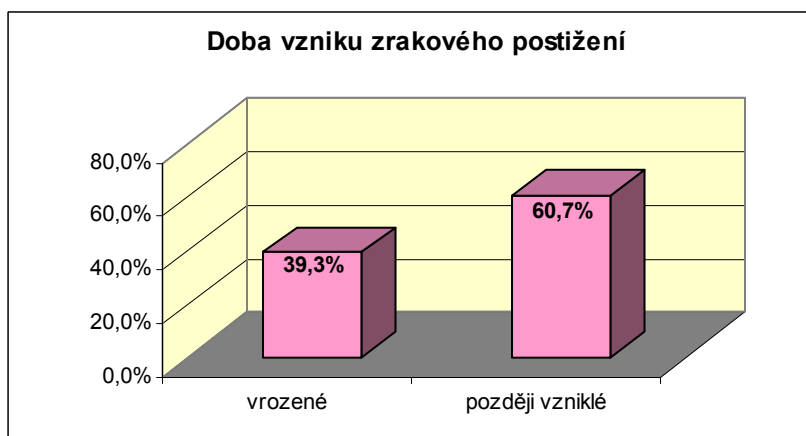
Graf číslo 3: Rozložení sociálního zázemí respondentů se zrakovým postižením (vlastní zdroj).



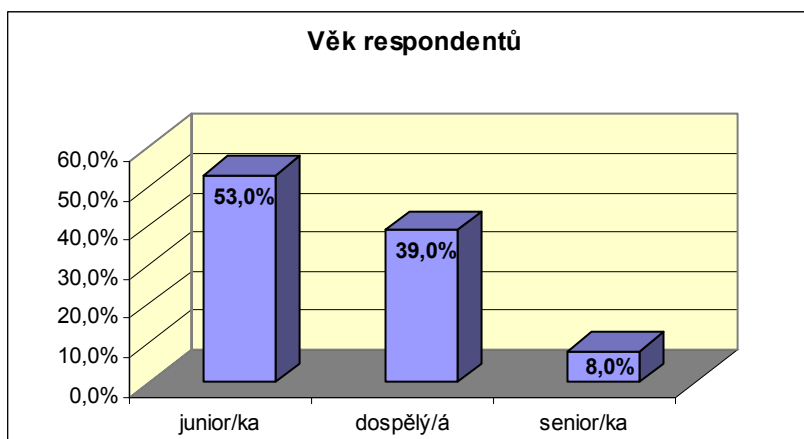
Graf číslo 4: Druh zrakového postižení u respondentů: a) porucha nebo ztráta zrakové ostrosti; b) porucha nebo ztráta zorného pole; c) okulomotorické problémy; d) porucha nebo ztráta barvocitu; e) porucha nebo ztráta světlocitu; f) jiné; g) kombinace a+b; h) jiné kombinace postižení (vlastní zdroj).



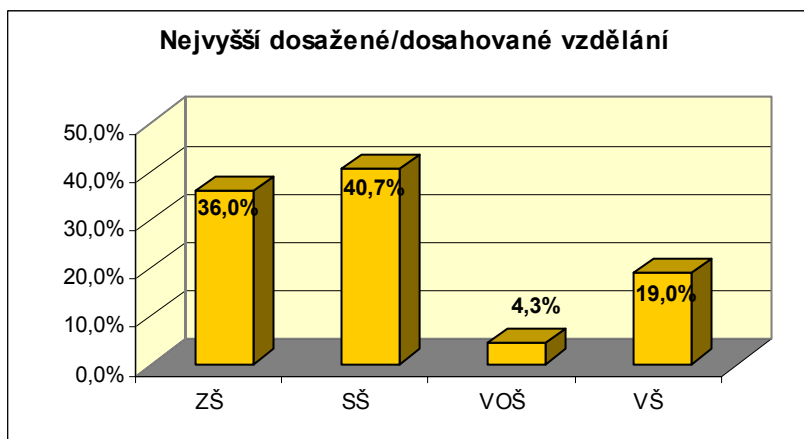
Graf číslo 5: Stupeň závažnosti zrakového postižení u respondentů (vlastní zdroj).



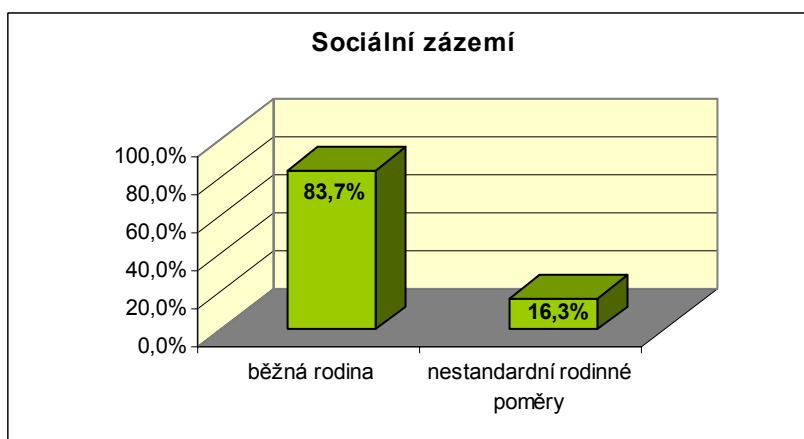
Graf číslo 6: Doba vzniku zrakového postižení u respondentů (vlastní zdroj).



Graf číslo 7: Věkové rozložení respondentů bez zrakového postižení (vlastní zdroj).



Graf číslo 8: Rozložení vzdělání respondentů bez zrakového postižení (vlastní zdroj).



Graf číslo 9: Rozložení sociálního zázemí respondentů bez zrakového postižení (vlastní zdroj).

4 VÝSLEDKY

Zpracování výsledků jsem provedla pro přehlednost formou tabulek a grafů a vše rozdělila na tři části. V první části jsou výsledky vyhodnocených odpovědí od osob se zrakovým postižením, ve druhé od osob bez zrakového postižení a ve třetí části vyhodnocuji některé vzájemné závislosti. (Všechny tabulky jsou můj vlastní zdroj.)

4.1 Výsledky řízeného rozhovoru s osobami se zrakovým postižením

Tabulka číslo 1: Odpovědi na otázku číslo 7.

ve volném čase dává přednost	odpovědělo	procentuální zastoupení
fyzické aktivity	33	39,3%
duševní činnosti	37	44,0%
půl na půl	14	16,7%

Tabulka číslo 2: Odpovědi na otázku číslo 8.

ví jak organizovaně trávit volný čas	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	56	66,7%
částečně	21	25,0%
ne	7	8,3%

Tabulka číslo 3: Odpovědi na otázku číslo 9.

navštěvuje divadlo či kino	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	23	27,4%
někdy	43	51,2%
ne	18	21,4%

Tabulka číslo 4: Odpovědi na otázku číslo 10.

navštěvuje jiné kulturní akce	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	25	29,8%
někdy	27	32,1%
ne	32	38,1%

Nejčastější odpovědi: odpovědělo 52 respondentů.

koncerty	19	36,5%
výstavy	16	30,8%
přednášky	3	5,8%
plesy	2	3,8%
sportovní utkání	2	3,8%
jiné	14	26,9%

Tabulka číslo 5: Odpovědi na otázku číslo 11.

zná komentovaný film	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	35	41,7%
ne	49	58,3%

Tabulka číslo 6: Odpovědi na otázku číslo 12.

čte knihy a časopisy	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	48	57,1%
někdy	24	28,6%
ne	12	14,3%

Tabulka číslo 7: Odpovědi na otázku číslo 13.

využívá digitalizaci	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	15	17,9%
někdy	14	16,7%
ne	55	65,5%

Tabulka číslo 8: Odpovědi na otázku číslo 14.

hraje společenské hry	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	39	46,4%
někdy	28	33,3%
ne	17	20,2%

Tabulka číslo 9: Odpovědi na otázku číslo 15.

věnuje se sportu	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	33	39,3%
někdy	22	26,2%
ne	29	34,5%

Nejčastější odpovědi: odpovědělo 55 respondentů.

plavání	19	34,5%
turistika	17	30,9%
fotbal	11	20,0%
cvičení	6	10,9%
goalball	5	9,1%
cyklistika	5	9,1%
lyžování	4	7,3%
běh	4	7,3%
florbal	4	7,3%
showdown	3	5,5%
šachy	3	5,5%
laserová střelba	2	3,6%
jiné	27	49,1%

Tabulka číslo 10: Odpovědi na otázku číslo 16.

slyšel	odpovědělo	procentuální zastoupení
o show-downu a goalballu	22	26,2%
o všech aktivitách	14	16,7%
pouze o laserové střelbě	10	11,9%
pouze o goalballu	6	7,1%
pouze o show-downu	4	4,8%
o střelbě a show-downu	3	3,6%
o střelbě a goalballu	3	3,6%
nezná ani jedno	22	26,2%

Tabulka číslo 11: Odpovědi na otázku číslo 17.

provádí oční cvičení	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	3	3,6%
někdy	13	15,5%
ne	45	53,6%
nikdy o něm neslyšel/a	23	27,4%

Tabulka číslo 12: Odpovědi na otázku číslo 18.

ve volnu využívá počítač	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	37	44,0%
někdy	17	20,2%
ne	30	35,7%

Tabulka číslo 13: Odpovědi na otázku číslo 19.

navštěvuje TyfloCentrum/kabinet	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	23	27,4%
někdy	9	10,7%
ne	52	61,9%

Tabulka číslo 14: Odpovědi na otázku číslo 20.

využívá nabídek TyfloCentra/kabinetu	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	14	16,7%
někdy	11	13,1%
ne	59	70,2%

Tabulka číslo 15: Odpovědi na otázku číslo 21.

využívá nabídek odjinud	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	21	25,0%
někdy	4	4,8%
ne	59	70,2%

Nejčastější odpovědi: odpovědělo 25 respondentů.

SONS	12	48,0%
ZŠ pro zrakově postižené	10	40,0%
SONS + jiná organizace	2	8,0%
PALATA	1	4,0%

Tabulka číslo 16: Odpovědi na otázku číslo 22.

myslí si o nabízených aktivitách	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	25	29,8%
neví	48	57,1%
ne	11	13,1%

Tabulka číslo 17: Odpovědi na otázku číslo 23.

uvítal by více aktivit	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	26	31,0%
neví	44	52,4%
ne	14	16,7%

Tabulka číslo 18: Odpovědi na otázku číslo 24.

uvítal by více pracovišť	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	30	35,7%
neví	35	41,7%
ne	19	22,6%

Tabulka číslo 19: Odpovědi na otázku číslo 25.

využívá průvodcovské služby	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	17	20,2%
někdy	9	10,7%
ne	58	69,0%

Tabulka číslo 20: Odpovědi na otázku číslo 26.

využívá předčitatelské služby	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	13	15,5%
někdy	7	8,3%
ne	64	76,2%

Tabulka číslo 21: Odpovědi na otázku číslo 27.

využívá kompenzační pomůcky	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	49	58,3%
někdy	9	10,7%
ne	26	31,0%

Nejčastější odpovědi: odpovědělo 58 respondentů.

brýle	32	55,2%
lupa	21	36,2%
speciální počítač	11	19,0%
bílá hůl	10	17,2%
Pichtův psací stroj	5	8,6%
hladinka	4	6,9%
vodící pes	4	6,9%
jiné	12	20,7%

Tabulka číslo 22: Odpovědi na otázku číslo 28.

myslí si o nejistotě	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	31	36,9%
někdy	40	47,6%
ne	13	15,5%

Tabulka číslo 23: Odpovědi na otázku číslo 29.

cítí nejistotu	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	21	25,0%
někdy	12	14,3%
ne	51	60,7%

Tabulka číslo 24: Odpovědi na otázku číslo 30.

požádal/a o pomoc	pomoc byla poskytnuta	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	ano	40	47,6%
	někdy	4	4,8%
	ne	2	2,4%
ne		38	45,2%

Tabulka číslo 25: Odpovědi na otázku číslo 31.

pomoc byla nabídnuta	pomoc byla přijata	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	ano	29	34,5%
	někdy	16	19,0%
	ne	2	2,4%
ne		37	44,0%

Tabulka číslo 26: Odpovědi na otázku číslo 32.

myslí si o poučení	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	19	22,6%
někteří	19	22,6%
ne	46	54,8%

4.2 Výsledky dotazníků pro osoby bez zrakového postižení

Tabulka číslo 27: Odpovědi na otázku číslo 4.

byl/a v kontaktu	cítil/a se nejistě	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	ano	40	13,3%
	neví	33	11,0%
	ne	66	22,0%
neví		28	9,3%
ne		133	44,3%

Tabulka číslo 28: Odpovědi na otázku číslo 5.

byl/a v situaci	pomoc byla přijata	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	ano	70	23,3%
	někdy	19	6,3%
	ne	2	0,7%
ne		209	69,7%

Tabulka číslo 29: Odpovědi na otázku číslo 6.

byl/a v situaci	pomoc odmítl/a	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	ano	6	2,0%
	někdy	1	0,3%
	ne	54	18,0%
ne		239	79,7%

Tabulka číslo 30: Odpovědi na otázku číslo 7.

byl/a poučen/a	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	100	33,3%
ne	200	66,7%

Tabulka číslo 31: Odpovědi na otázku číslo 8.

dokáže oslovit	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	201	67,0%
neví	25	8,3%
ne	74	24,7%

Tabulka číslo 32: Odpovědi na otázku číslo 9.

má informaci o TyfloCentrech	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	52	17,3%
ne	248	82,7%

Tabulka číslo 33: Odpovědi na otázku číslo 10.

má informaci o	odpovědělo	procentuální zastoupení
simulované laserové střelbě	49	16,3%
goalballu	16	5,3%
show-downu	10	3,3%
zná dvě aktivity	4	1,3%
zná všechny tři	2	0,7%
nezná nic z jmenovaného	219	73,0%

Tabulka číslo 34: Odpovědi na otázku číslo 11.

má informaci o komentovaném filmu	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	155	51,7%
ne	145	48,3%

Tabulka číslo 35: Odpovědi na otázku číslo 12.

má informaci o digitalizaci textů	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	200	66,7%
ne	100	33,3%

Tabulka číslo 36: Odpovědi na otázku číslo 13.

zná kompenzační pomůcky	odpovědělo	procentuální zastoupení
zná alespoň jednu	151	50,3%
nezná žádnou	149	49,7%

Nejčastější odpovědi: odpovědělo 156 respondentů (5 jen špatně).

vodící pes	118	78,1%
bílá hůl	114	75,5%
brýle	32	21,2%
zvuková zařízení	23	15,2%
speciální PC	14	9,3%
lupa	4	2,6%
jiné	17	11,3%
odpovědi, které ale nepatří mezi kompenzační pomůcky		
Braillovo písmo	37	24,5%
vodící lišty na chodnících	5	3,3%
jiné	9	6,0%

Tabulka číslo 37: Odpovědi na otázku číslo 14.

myslí si o ovlivnění povahy	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	16	5,3%
někteří	188	62,7%
ne	96	32,0%

Tabulka číslo 38: Odpovědi na otázku číslo 15.

myslí si o nejistotě	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	74	24,7%
někteří	159	53,0%
ne	67	22,3%

Tabulka číslo 39: Odpovědi na otázku číslo 16.

myslí si o aktivitách	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	41	13,7%
neví	55	68,0%
ne	204	18,3%

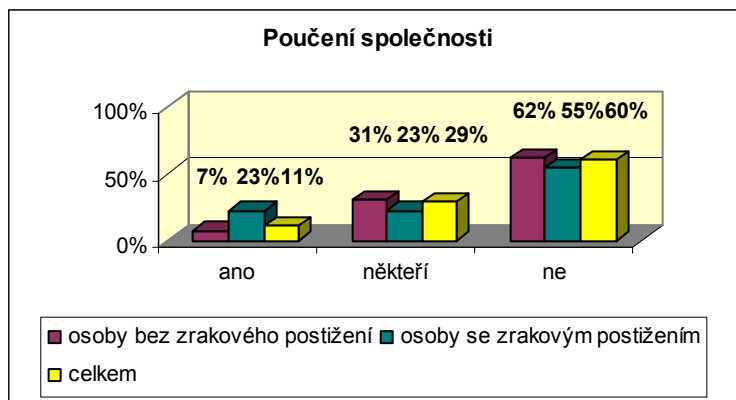
Tabulka číslo 40: Odpovědi na otázku číslo 17.

myslí si o poučení	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	22	7,3%
někteří	92	30,7%
ne	186	62,0%

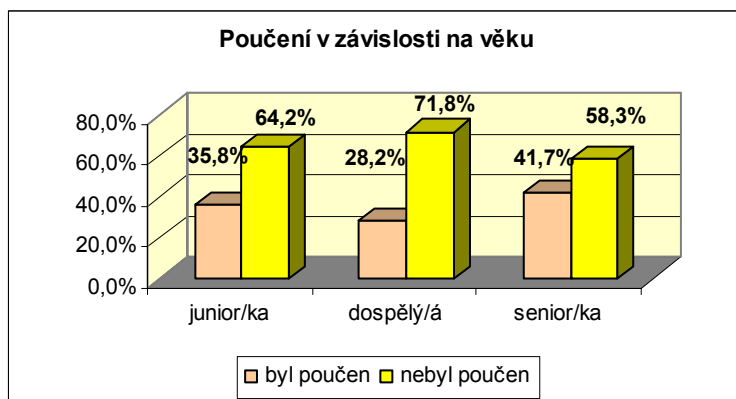
Tabulka číslo 41: Odpovědi na otázku číslo 18.

myslí si o seznámení	odpovědělo	procentuální zastoupení
ano	199	66,3%
někteří	78	26,0%
ne	23	7,7%

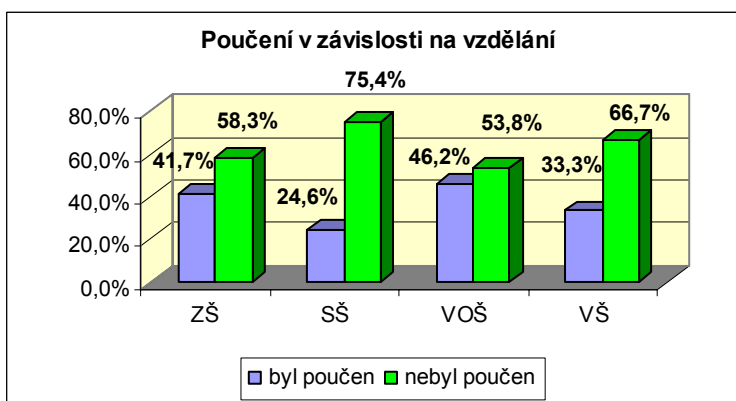
4.3 Některé vzájemné závislosti



Graf číslo 10: Názor na poučení společnosti jednotlivých skupin a celkového počtu respondentů (vlastní zdroj).



Graf číslo 11: Závislost poučení osob bez zrakového postižení o přístupu k osobám se zrakovým postižením v závislosti na věku respondentů (vlastní zdroj).



Graf číslo 12: Závislost poučení osob bez zrakového postižení o přístupu k osobám se zrakovým postižením v závislosti na vzdělání respondentů (vlastní zdroj).

Tabulka číslo 42: Závislosti odpovědí otázek 25 a 26 na závažnosti zrakového postižení.

otázka č.	lehké			středně závažné			těžké		
	ano	někdy	ne	ano	někdy	ne	ano	někdy	ne
25	2%	0%	17%	4%	2%	35%	14%	8%	18%
26	2%	0%	17%	7%	1%	32%	6%	7%	27%

Tabulka číslo 43: Závislosti odpovědí k hypotéze číslo 2.

otázka č.	Základní			SŠ			VOŠ+VŠ		
	ano	někdy	ne	ano	někdy	ne	ano	někdy	ne
9	13%	24%	8%	11%	21%	10%	4%	6%	4%
10	11%	15%	19%	15%	12%	14%	4%	5%	5%
12	25%	13%	7%	26%	11%	5%	6%	5%	2%
14	29%	14%	2%	12%	18%	12%	6%	1%	6%
15	21%	13%	11%	15%	10%	17%	2%	4%	7%

5 DISKUSE

5.1 Diskuse k výsledkům

Z předchozích tabulek výsledků výzkumu je možné vypožorovat, a to především z otázky 13 z dotazníku pro osoby bez zrakového postižení, které jsou zpracovány v tabulce 36, že brýle považuje společnost v dnešní době spíše za módní záležitost. Dále je zde vidět, že pokud se mluví o kompenzačních pomůckách pro osoby se zrakovým postižením, tři čtvrtiny dotazovaných napadne bílá hůl a vodící pes, aniž by si uvědomili, že se nemusí jednat přímo o nevidící osobu. Zarážející ovšem je, že téměř polovina respondentů neuvedla žádnou kompenzační pomůcku a někteří napsali mezi kompenzační pomůcky i to, co tam nepatří, jako například Braillovo písmo či vodící lišty na chodnících, které mají zřejmě s osobami se zrakovým postižením též spojené.

Z tabulek 40 a 26 dále vyplývá, že ve společnosti je povědomí o tom, že málokdo ví, jak správně přistupovat k osobě se zrakovým postižením.

V tabulce číslo 34 bude asi zahrnuta i jistá nepřesnost v zadání otázky, protože si myslím, že s komentovaným filmem se osoby bez zrakového postižení velmi pravděpodobně nikdy nesetkaly, a skutečnost, že téměř polovina respondentů odpověděla, že informace o komentovaném filmu má, bude tím, že si pod tímto pojmem představili zřejmě titulky k filmům. To však není komentovaný film.

Z tabulky 39 je vidět, že 68% respondentů bez zrakového postižení neví, zda je dostatečná nabídka volnočasových aktivit pro osoby se zrakovým postižením. Toto je zřejmě dáno nezájmem o osoby se zrakovým postižením či nedostatkem informací o těchto osobách.

To, co je vidět navíc z tohoto dotazníku, konkrétně z grafu 3 a 9, je i problém dnešní společnosti v přístupu k rodině. Ukázalo se, že 18,2% respondentů z obou skupin uvedlo, že vyrůstalo nebo vyrůstá v nestandardních rodinných poměrech, z toho ve skupině osob se zrakovým postižením celých 25%.

Na základě tabulky 1 a 9 lze usuzovat, že s fyzickou a sportovní aktivitou u osob se zrakovým postižením to není až tak špatné, jak se uvádí (viz kapitola 1.10). Z tabulek je vidět, že fyzickou aktivitu preferuje prakticky stejný počet respondentů jako aktivitu duševní a sportovním aktivitám se věnuje 39,3% a někdy sportuje 26,2%.

Z tabulky 10 plyne to, že třetina respondentů se zrakovým postižením zná show–down a goalball a necelá čtvrtina zná všechny tři sporty uvedené v otázce číslo 16 řízeného rozhovoru. V porovnání s tabulkou 33 vytvořenou z odpovědí z dotazníku pro osoby bez zrakového postižení je vidět, že téměř celé tři čtvrtiny dotazovaných neznají žádnou z uvedených aktivit. Je zde tedy zřejmá i jistá neinformovanost společnosti o těchto aktivitách.

Z tabulek číslo 16, 17 a 18 vyplývá, že zhruba třetina respondentů se zrakovým postižením si myslí, že množství volnočasových aktivit je dostačující a zhruba polovina si tím není jistá. Třetina dotazovaných by však uvítala větší dostupnost i nabídku těchto aktivit, polovině respondentů to bylo jedno. Z toho by se mohlo zdát, že zrakově postižené lidi využití jejich volného času nijak nezajímá. Nicméně je nutné si uvědomit, že zhruba 70% dotazovaných žádné volnočasové aktivity nevyužívá v žádných organizacích a 61,9% jich nenavštěvuje TyfloCentra, viz tabulky 13, 14 a 15.

V posuzování jednotlivých tabulek by se dalo takto i nadále pokračovat, ale přes jejich množství to nepovažuji za vhodné. Soustředila jsem se jen na ty nejdůležitější. Všechny výsledky jsou z předchozích tabulek dobře patrné a každý si jistě potřebné údaje snadno najde.

Z grafu 11 je možné vidět, že juniorů a seniorů poučených o správném kontaktu s osobami se zrakovým postižením je mnohem méně než nepoučených, v případě seniorů je tento rozdíl mnohem menší. To je zřejmě dáno tím, že senioři si tyto informace zřejmě dohledali, či dříve byli s nimi seznámeni. Největší rozdíl mezi počtem poučených a nepoučených osob je mezi dospělými, mezi kterými převládají jednoznačně osoby nepoučené.

Z grafu 12 je možné vyvodit závěr, že středoškolsky a vysokoškolsky vzdělaní lidé jsou o správném kontaktu s osobami se zrakovým postižením mnohem méně

informování. Je zde však vidět, že respondenti se základním vzděláním jsou informováni v tomto směru více. Dalo by se tedy soudit, že na základních školách probíhá jistá osvěta mládeže, ta však není asi příliš velká.

Ještě pro zajímavost uvádím tabulku 42, která ukazuje na využívání průvodcovských a předčitatelských služeb v závislosti na stupni závažnosti zrakového postižení respondentů. Ze skupiny s těžkým zrakovým postižením nevyužívá průvodcovské služby 18% dotázaných a předčitatelské služby celých 27%, což může svědčit o tom, že ne každý chce využívat cizí pomoci.

5.2 Diskuse k hypotézám

Na základě výsledků výzkumu dále potvrzují či vyvracím stanovené hypotézy.

Hypotéza číslo 1: Osoby se zrakovým postižením jsou seznámeny s tím, jak mohou organizovaně trávit svůj volný čas.

Podle výsledků v tabulce číslo 2 a s přihlédnutím k výsledkům z tabulky 10 lze potvrdit, že osoby se zrakovým postižením jsou seznámeny s tím, jak mohou organizovaně trávit svůj volný čas.

Dvě třetiny respondentů se zrakovým postižením jsou seznámeny s tím, jak mohou trávit organizovaně svůj volný čas, čtvrtina dotazovaných je s tímto seznámena částečně a necelá desetina respondentů s tím seznámena není.

Tímto výzkumem byla hypotéza číslo 1 potvrzena.

Hypotéza číslo 2: Osoby se zrakovým postižením tráví svůj volný čas lépe, když mají vyšší dosažené vzdělání.

Z tabulky číslo 43, která porovnává trávení volného času osob se zrakovým postižením v závislosti na vzdělání, je patrné, že v daném vzorku respondentů nemá vzdělání vliv na to, jak osoby se zrakovým postižením tráví svůj volný čas.

Tímto výzkumem hypotéza číslo 2 potvrzena nebyla.

Hypotéza číslo 3: Osoby se zrakovým postižením převážně nevyužívají možnosti pomoci okolí.

Jak vyplývá z tabulky 24, necelá polovina respondentů nebyla v situaci, kdy by kvůli zrakovému postižení požádala o pomoc. Z tabulky 25 vyplývá, že pouze dva respondenti odmítli pomoc, kdežto 45 respondentů (tedy celá polovina) nabízenou pomoc alespoň někdy přijala.

Tímto výzkumem hypotéza číslo 3 potvrzena nebyla.

Hypotéza číslo 4: Většina společnosti není poučena o tom, jak správně k osobám se zrakovým postižením přistupovat.

Z tabulek 30 a 31 vyplývá, že dvě třetiny osob bez zrakového postižení nebyly poučeny o správném kontaktu s osobou se zrakovým postižením, ale zároveň dvě třetiny si myslí, že by pomoc dokázaly poskytnout, avšak celá čtvrtina by pomoc poskytnout nedokázala. Z toho vyplývá, že společnost opravdu není poučena o tom, jak správně k osobám se zrakovým postižením přistupovat.

Tímto výzkumem byla hypotéza číslo 4 potvrzena.

Hypotéza číslo 5: Společnost je málo seznámena s životem osob se zrakovým postižením.

Z tabulek 32 až 36 vyplývá, že 82,7% dotazovaných bez zrakového postižení nemá informace o TyfloCentrech, 73% dotazovaných nezná žádnou speciální sportovní aktivitu pro osoby se zrakovým postižením, polovina respondentů nemá informace o komentovaném filmu. Dále pak třetina nemá informace o převodu textů do elektronické podoby a konečně téměř celá polovina neuvedla jedinou kompenzační pomůcku.

Z těchto výsledků je možné hypotézu číslo pět potvrdit i přesto, že zhruba polovinu respondentů tvořili junioři. Jde o to, že pokud se lidé tyto informace nedozvědí ve škole či v médiích, málokdo si tyto informace dohledá sám.

Tímto výzkumem byla hypotéza číslo 5 potvrzena.

6 ZÁVĚR

Poznávání života lidí se zrakovým postižením nejširší společností pozitivně prohlubuje vzájemný vztah obou skupin osob.

Jak ukázal výzkum, informovanost osob bez zrakového postižení o osobách se zrakovým postižením není zcela dostačující a též většina společnosti není poučena o tom, jak správně k osobám se zrakovým postižením přistupovat. Tím se potvrdila čtvrtá a pátá hypotéza. Tato situace stojí za to, aby byla více sledována.

Protože se výzkumu zúčastnila více než polovina juniorů bez zrakového postižení, uvedené výsledky ukazují na to, že je třeba zvýšit právě informovanost o dané problematice na školách.

Část výzkumu zaměřená na osoby se zrakovým postižením ukázala, že tito lidé jsou seznámeni s tím, jak mohou organizovaně trávit svůj volný čas, čímž byla potvrzena první hypotéza.

Naopak druhá a třetí hypotéza tímto výzkumem potvrzeny nebyly. Ukázalo se, že daní respondenti se zrakovým postižením tráví volný čas obdobně a jejich vzdělání na to nemá vliv. Též se ukázalo, že možnosti pomoci okolí tyto osoby spíše využívají.

Váha tohoto výzkumu není však příliš validní, neboť 84 dotázaných osob se zrakovým postižením není zcela dostačujícím vzorkem i přesto, že je zde zastoupeno velmi široké spektrum lidí a vzorek je věkově vyvážený.

U výzkumu s osobami bez zrakového postižení je situace o poznání lepší. Průzkumu se zúčastnilo 300 respondentů. Dotazník vyplnili především junioři a dospělí se základním či středoškolským vzděláním.

Závěry uvedené v této práci nutí k dalšímu zamyšlení a jistě nejsou konečné. Bylo by žádoucí, aby výzkumy v této oblasti pokračovaly, hlavně v širším měřítku.

Jak rychle si společnost osvojí přístupy k osobám se zrakovým postižením závisí na mnoha faktorech. Můj přínos k tomuto trendu bude jistě jen nepatrný. Ve společnosti ale je a bude řada obětavých a zkušených pracovníků, kteří jsou zárukou pozitivního vývoje.

Osobně budu ráda, když se najde alespoň několik lidí, které některé myšlenky z této práce zaujmou a podnítí je se zajímat o problematiku na vyšší úrovni, než jsem mohla poskytnout ve své práci já. Doufám, že mezi těmito lidmi budou zejména sociální pracovníci a speciální pedagogové. Sama bych chtěla problematiku dále sledovat.

Předpokládám, že bakalářskou práci bude možno využít v TyfloCentrech jako podklad pro osvětu na školách o přístupu k osobám se zrakovým postižením a též k zhodnocení volnočasových aktivit osob se zrakovým postižením.

7 KLÍČOVÁ SLOVA

Nevidomý.

Osoba bez zrakového postižení.

Osoba se zrakovým postižením.

TyfoCentrum.

Tyfloped.

Tyflopedie.

Vodící pes.

Volný čas.

8 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

1. *Akustická syntéza řeči* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-04-21]. Dostupné z: <http://www.kky.zcu.cz/cs/research-fields/acoustic-speech-synthesis>.
2. *AT&T Natural Voices Text-to-Speech* [online]. Poslední revize 2006-07-06. [citováno 2008-04-21]. Dostupné z: <http://www.research.att.com/projects/tts>.
3. BERKOVÁ, Helena. *Stopadesáté výročí úmrtí L. Braillea* [online]. Poslední revize 2002-01-07. [citováno 2008-03-24]. Dostupné z: <http://www.bbc.co.uk/czech/lupasvet/348.shtml>.
4. *Co je goalball* [online]? Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-03-25]. Dostupné z: <http://www.goalball.cz/uploads/9/PAGES/C2229.HTML>.
5. ČÁLEK, Oldřich; HOLUBÁŘ, Zdeněk; CERHA, Josef. *Vývoj osobnosti zrakově těžce postižených*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1991. 132 s. ISBN 80-7066-341-3.
6. *Etický kodex sociálních pracovníků České republiky* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2006-11-19]. Dostupné z <http://socialnirevue.cz/item/eticky-kodex-socialnich-pracovniku-ceske-republiky>.
7. *Goalball* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-03-25]. Dostupné z: <http://www.volny.cz/zrak/goalball.htm>.
8. JANKOVSKÝ, Jiří. *Etika pro pomáhající profese*. 1. vyd. Praha: TRITON, 2003. 223 s. ISBN 80-7254-329-6.

9. JONÁŠKOVÁ, Vlasta a kol. *Speciální pedagogika*. 2. vydání, doplněné a aktualizované. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. 313 s. ISBN 80-244-0873-2.
10. KEBLOVÁ, Alena; LINDÁKOVÁ, Lydie; NOVÁK, Ivan. *Náprava poruch binokulárního vidění*. 1. vyd. Praha: SEPTIMA, 2000. 46 s. ISBN 80-7216-121-0.
11. KVĚTOŇOVÁ-ŠVECOVÁ, Lea. *Oftalmopedie*. 2. doplněné vyd. Brno: Paido, 2000. 66 s. ISBN 80-85931-50-8.
12. MORAVCOVÁ, Dagmar. *Zraková terapie*. 1. vyd. Praha: Triton, 2004. 203 s. ISBN 80-7254-476-4.
13. MÜLLER, Oldřich. *Dítě se speciálními vzdělávacími potřebami v běžné škole*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2004. 289 s. ISBN 80- 244-0231-9.
14. *Nuance Corporate Website* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-04-21]. Dostupné z: <http://www.nuance.com/realspeak>.
15. PIPEKOVÁ, Jarmila a kol. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. Brno: Paido, 1998. 234 s. ISBN 80-85931-65-6.
16. *Počítače se speciální úpravou pro těžce zrakově postižené uživatele* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-04-01]. Dostupné z: <http://is.brailnet.cz/pocitace.php>.
17. PRÁZDNÁ, Radka. Osobní počítače a osoby se zřetelným znevýhodněním. *Kontakt*. České Budějovice: JU ZSF, 2006. Vol. 7, no 1, s. 95-98, 200. ISSN 1212-4117.

18. *Průvodcovské a předčitatelské služby* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2007-09-04]. Dostupné z: <http://czp.az4u.info/redakce/index.php?clanek=13217&xuser=&lanG=cs&slozka=4621&xsekce=13218>.
19. *Přehled průvodcovských služeb pro nevidomé, poskytovaných pracovníky ČD, TyfloCentry a středisky SIA SONS* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2007-10-04]. Dostupné z: kony.wz.cz/bariery/pruvodci.htm.
20. PSUTKA, Josef a kol. *Mluvíme s počítačem česky*. 1.vyd. Praha: Academia, 2006. 752 s. ISBN 80-200-1309-1.
21. *Ročenka 2005*. Praha, SONS, 2005.
22. ROZSÍVAL, Pavel a kol. *Oční lékařství*. 1. vyd. Praha: Galén, 2006. 373 s. ISBN 80-7262-404-0.
23. *Show-down* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-03-25]. Dostupné z: http://www.volny.cz/zrak/show_down.htm.
24. SLOUKOVÁ, Helena. Ručně paličkovaná krajka jako volnočasová aktivita. In *Edukace a rehabilitace zrakově postižených na prahu nového milénia*. 1. vyd. Hradec Králové: GAUDEAMUS, 2001. 310 s. ISBN 80-7041-041-8.
25. SMÝKAL, Josef. *Tyflopeditický lexikon jmenný* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-03-25]. Dostupné z: <http://www.apogeeum.info/tlex/v.php>. (Tištěnou publikaci vydalo Technické muzeum v Brně, Knižnice oddělení Dokumentace tyflopeditických informací. ISBN 80-86413-30-6.)

26. *SpeechTech* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-04-21].
Dostupné z: <http://www.speechtech.cz>.
27. *Sport* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-04-01]. Dostupné z:
<http://www.helpnet.cz/zrakove-postizeni/kultura-sport-zajmova-cinnost/sport-zrakove-postizenych>.
28. SUKOVÁ, Lenka. *Kompenzační pomůcky se zaměřením pro zrakově postižené* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-04-01]. Dostupné z:
<http://www.fi.muni.cz/usr/jkucera/pv109/2003/xsukova03.htm>.
29. SUTTNEROVÁ, Eva. *Automatická kresba ARTRELAX*. 1. vyd. Plzeň: NAVA, 2006. 188 s. ISBN 80-7211-225-2.
30. *Tandem Brno* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-03-25].
Dostupné z: <http://www.brailnet.cz/tandembrno/showdown.php>.
31. ÚZ - *Sociální zabezpečení 2007*. Ostrava. Sagit, 2007.
32. VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 3. rozšířené vyd. Praha: Portál, 2004. 870 s. ISBN 80-7178-802-3.
33. VODÁKOVÁ, Jitka; ČERNOCHOVÁ, Miroslava; RAMBOUSEK, Vladimír. *Metodické pokyny pro zpracování diplomových prací* [online].
Poslední revize září 2007. [citováno 2008-03-30].
Dostupné z: <http://it.pedf.cuni.cz/metodika/index.php?kap=6>.
34. VOTAVA, Jiří a kol. *Ucelená rehabilitace osob se zdravotním postižením*.
1. vyd. Praha: Karolinum, 2003. 207 s. ISBN 80-246-0708-5.

35. *Z historie slepeckého hnutí u nás* [online]. Poslední revize neuvedena. [citováno 2008-03-24]. Dostupné z: <http://www.brno.brailnet.cz/muzeum.php>.

36. ZÁŠKODNÁ, Helena. *Psychopatologie a speciální pedagogika pro 1. stupeň základní školy a výchovné poradce*. 1. vyd. Ostrava: Pedagogická fakulta, 1985. 133 s.

9 PŘÍLOHY

Příloha č. 1	Fotografie
Příloha č. 2	Cvičení při slabozrakosti
Příloha č. 3	Otázky pro řízený rozhovor
Příloha č. 4	Dotazník

PŘÍLOHA Č. 1: Fotografie



Obr. č. 1: Klub vodících psů (vlastní zdroj).



Obr. č. 2: Klub vodících psů (vlastní zdroj).



Obr. č. 3: Klub vodících psů (vlastní zdroj).



Obr. č. 4: Klub vodících psů (vlastní zdroj).



Obr. č. 5: Klub vodících psů (vlastní zdroj).



Obr. č. 6: Klub vodících psů (vlastní zdroj).



Obr. č. 7: Simulovaná laserová střelba
(vlastní zdroj).



Obr. č. 8: Simulovaná laserová střelba
(vlastní zdroj).



Obr. č. 9: Simulovaná laserová střelba
(vlastní zdroj).



Obr. č. 10: Simulovaná laserová střelba
(vlastní zdroj).



Obr. č. 11: Simulovaná laserová střelba
(vlastní zdroj).



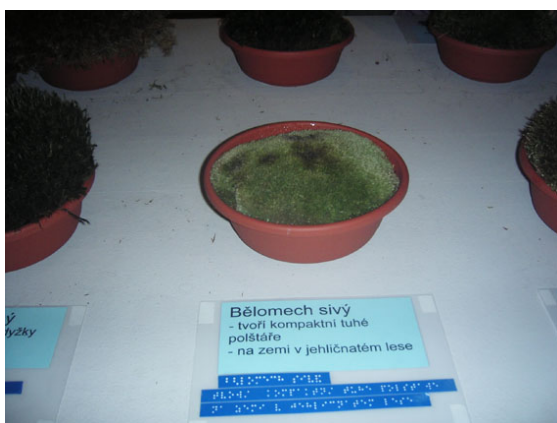
Obr. č. 12: Simulovaná laserová střelba
(vlastní zdroj).



Obr. č. 13: Společenské hry
(převzato z TyfloCentra Plzeň).



Obr. č. 14: Společenské hry
(převzato z TyfloCentra Plzeň).



Obr. č. 15: Výstava mechů
(převzato z TyfloCentra Plzeň).



Obr. č. 16: Výstava mechů
(převzato z TyfloCentra Plzeň).



Obr. č. 17: Výstava mechů
(převzato z TyfloCentra Plzeň).



Obr. č. 18: Návštěva bazénu (vlastní zdroj).



Obr. č. 19: Intuitivní kresba (vlastní zdroj).



Obr. č. 20: Intuitivní kresba (vlastní zdroj).



Obr. č. 21: Intuitivní kresba (vlastní zdroj).



Obr. č. 22: Intuitivní kresba (vlastní zdroj).



Obr. č. 23: Intuitivní kresba (vlastní zdroj).



Obr. č. 24: Intuitivní kresba (vlastní zdroj).



Obr. č. 25: Pichtův psací stroj (vlastní zdroj).



Obr. č. 26: Pichtův psací stroj (vlastní zdroj).



Obr. č. 27: Lupa (vlastní zdroj).



Obr. č. 28: Speciální PC (vlastní zdroj).



Obr. č. 29: Speciální PC (vlastní zdroj).



Obr. č. 30: Speciální PC (vlastní zdroj).



Obr. č. 31: Hmatové hodiny (vlastní zdroj).



Obr. č. 32: Pískovnička (vlastní zdroj).



Obr. č. 33: Hmatové pomůcky (vlastní zdroj).



Obr. č. 34: Tréninková stěna (vlastní zdroj).



Obr. č. 35: Hmatová skládanka (vlastní zdroj).



Obr. č. 36: Rydlo a obrázek (vlastní zdroj).

PŘÍLOHA Č. 2: Cvičení při slabozrakosti

1. Kroužení hlavou

Uvolnit šíji. Před začátkem kruhových pohybů nádech a zadržení dechu až do skončení kruhového pohybu, pak výdech a pokračovat další kroužek.

Spustit hlavu dopředu na prsa a opisovat hlavou kruh přes pravé rameno dozadu, přes levé rameno a zpět na prsa.

Celkem 4x, pak odpočinek a ještě 2x zopakovat.

Totéž na druhou stranu.

2. Pohyby hlavou dopředu a dozadu

Uvolnit krční svaly, aby se hlava sklonila dopředu tak daleko, jak je to možné.

S nádechem zvednout hlavu a nechat ji pomalu padat dozadu, opět do krajní polohy.

S výdechem pomalu vracet zpět dopředu.

Opakovat 12x.

3. Pohyby hlavou do stran

Nádech, zadržet dech a otáčet hlavou pomalu co nejdále doleva (úklon hlavy k levému rameni), až je cítit mírné pnutí. Pak nazpět s výdechem (vrátit hlavu do původní vzpřímené polohy) a stejně tak pomalu doprava (úklon hlavy k pravému rameni).
Opakovat 10x.

4. Kruhové pohyby ramen

Ramena vytáhnout vzhůru, pak pomalu zatahovat vzad, pak v zatažení spouštět dolů a odtud táhnout ramena dopředu a nakonec zpět vzhůru.

Opakovat 8x a pak totéž na druhou stranu (vzhůru, dopředu, dolů, dozadu, nahoru).

5. Pohyby ramen dopředu a dozadu

Rozpažit ruce ve výši ramen a kmitat jimi střídavě dozadu a dopředu.

Celkem 10x, pak několik vteřin odpočinek a totéž ještě jednou.

6. Pohyby očima nahoru a dolů

Oči mírně povolit a pohybovat jimi nahoru. Snažit se dívat na kořen nosu, pak opět dolů, aby bylo ve svalech oka cítit určité pnutí.

Celkem 6x, pak zavřít oči a nechat je několik vteřin odpočinout.

7. Pohyby očima do stran

Očima pohybovat doprava a pak doleva, na každou stranu tak daleko, jak je to možné.

Celkem 6x, odpočinek se zavřenýma očima několik vteřin, pak ještě 2x opakovat.

8. Úhlopříčné pohyby očima

Podívat se intenzivně vpravo nahoru, pak vlevo dolů, pak vlevo nahoru a vpravo dolů.

Celkem 6x, pak zavřít oči a nechat je několik vteřin odpočinout. Ještě 4x zopakovat totéž se zavřenýma očima.

9. Kroužení očima

Podívat se očima na kořen nosu a pak vytvářet intenzivně kruhy směrem doprava dolů, doleva a nazpět.

Opakovat 4x, pak totéž na opačnou stranu, pak zavřít oči a nechat je několik vteřin odpočinout.

10. Cvičení na oční čočku + akomodace

Natáhnout pravou ruku před sebe, zvednout hřbet ruky a zadívat se na nehet prostředního prstu. Nyní ruku přibližovat až k oku. Pak opět ruku vzdalovat, až je natažena. Přitom neustále pozorovat prostřední prst. Totéž levou rukou.

Celkem 6x, pak zavřít oči a nechat je několik vteřin odpočinout.

11. Cvičení akomodace

Postavit se či posadit před nějaký předmět, vzdálený asi 5m (například strom). Pak dát před oči ukazováček pravé ruky do vzdálenosti asi 20 až 30 cm. Zaostrit oko na prst a pak na vzdálený předmět.

Opakovat 10x, pak na 2 vteřiny zavřít oči a ještě 8x zopakovat.

12. Masáž oční bulvy a očních nervů

Zavřít oči, ruce sevřít v pěst a ukazováčky lehce položit na zavřené oči (na oční bulvu). Nyní zavřené oči 3x protírat (lehké pohyby ukazováčkem přes zavřené oko ze strany na stranu). Pak pěstmi sklouznout na spánek a v jeho důlku třít kloubem ukazováčku oční nervy.

Celé opakovat 3x.

13. Prohřívání očí

Obě ruce nejdříve protřepat, pak třít o sebe dlaně, až se ohřejí. Nyní vytvořit z dlaní misky a přiložit na zavřené oči (prsty těsně nad očními oblouky) a podržet je v této poloze několik vteřin (dokud je vnímáno teplo).

Opakovat 3x. Přitom se soustředit na uvolňování očí.

PŘÍLOHA Č. 3: Otázky pro řízený rozhovor

1. část:

- [illegible]

2. část

7. Ve svém volném čase dávám přednost: a) fyzické aktivitě b) duševní činnosti
8. Jsem seznámen/a s tím, jakým způsobem mohu organizovaně trávit svůj volný čas:
a) ano b) částečně c) ne
9. Navštěvuji divadelní představení či kino: a) ano b) někdy c) ne
10. Navštěvuji jiné kulturní akce:
a) ano b) někdy c) ne
pokud ano či někdy, jaké: _____
11. Setkal/a jsem se již s tak zvaným „komentovaným filmem“: a) ano b) ne
12. Čtu knihy či časopisy. a) ano b) někdy c) ne
13. Využívám digitalizaci černotiskových textů: a) ano b) někdy c) ne
14. Hraji společenské hry: a) ano b) někdy c) ne
15. Věnuji se sportovním aktivitám:
a) ano b) někdy c) ne
pokud ano či někdy, jakým: _____
16. Slyšel/a jsem již o speciálních sportovních aktivitách pro osoby se zrakovým postižením: a) show-down b) goalball c) simulovaná laserová střelba

17. Provádím oční cvičení (oční gymnastiku): a) ano b) někdy c) ne
d) nikdy jsem o něm ještě neslyšel/a
18. Ve svém volném čase využívám počítač: a) ano b) někdy c) ne
19. Navštěvuji TyfloCentrum/kabinet: a) ano b) někdy c) ne
20. Využívám nabídky volnočasových aktivit TyfloCentra/kabinetu: a) ano b) někdy c) ne
21. Využívám nabídky volnočasových aktivit pro osoby se zrakovým postižením jiných organizací: a) ano b) někdy c) ne
pokud ano či někdy, kterých? _____
22. Myslím si, že množství nabízených volnočasových aktivit pro osoby se zrakovým postižením různými organizacemi je dostačující: a) ano b) nevím c) ne
23. Uvítal/a bych větší nabídku volnočasových aktivit nabízených různými organizacemi osobám se zrakovým postižením: a) ano b) nevím c) ne
24. Uvítal/a bych větší množství pracovišť různých organizací nabízejících volnočasové aktivity osobám se zrakovým postižením: a) ano b) nevím c) ne
25. Při trávení volného času využívám průvodcovské služby: a) ano b) někdy c) ne
26. Při trávení volného času využívám předčitatelské služby: a) ano b) někdy c) ne
27. Při trávení volného času využívám kompenzační pomůcky: a) ano b) někdy c) ne
pokud ano či někdy, jaké? _____

3. část

28. Myslím si, že osoby se zrakovým postižením vyvolávají u osob bez zrakového postižení nejistotu: a) ano b) někdy c) ne
29. Sám/a cítím nejistotu při kontaktu s osobou bez zrakového postižení: a) ano b) někdy c) ne
30. Byl/a jsem již v situaci, kdy jsem kvůli mému zrakovému postižení požádal/a o pomoc: a) ano b) ne
při odpovědi ano: tato pomoc mi byla poskytnuta: a) ano b) někdy c) ne
31. Byl/a jsem již v situaci, kdy mi kvůli mému zrakovému postižení byla nabídnuta pomoc: a) ano b) ne
při odpovědi ano: tuto pomoc jsem přijala: a) ano b) někdy c) ne
32. Myslím si, že většina společnosti je poučena o tom, jak správně k osobám se zrakovým postižením přistupovat. a) ano b) někteří c) ne

PŘÍLOHA Č. 4: Dotazník

Prosím zakroužkujte správnou odpověď a u otázky 13 doplňte případnou odpověď na vyznačené místo.

1. část:

1. Můj věk: *a) junior/ka* *b) dospělý/á* *c) senior/ka*
2. Nejvyšší dosažené/dosahované vzdělání: *a) základní*
 b) středoškolské nebo středoškolské s maturitou *c) vyšší odborné*
 d) vysokoškolské *e) jiné _____*
3. Vyrůstal/a jsem v: *a) běžné rodině (otec + matka)*
 b) nestandardních rodinných poměrech
 (jen s jedním rodičem, dětský domov, vychovávala babička atd.)

2. část

4. Již jsem byl/a v kontaktu s osobou s vážnějším zrakovým postižením či s osobou nevidomou: *a) ano b) nevím c) ne*
pokud ano: cítil/a jsem se nejistě *a) ano b) nevím c) ne*
5. Byl/a jsem již v situaci, kdy jsem osobě se zrakovým postižením nabídl/a pomoc: *a) ano b) ne*
pokud ano: moje pomoc byla přijata: *a) ano b) někdy c) ne*
6. Byl/a jsem již v situaci, kdy mi osoba se zrakovým postižením požádala kvůli svému postižení o pomoc: *a) ano b) ne*
pokud ano: odmítl/a jsem pomoci: *a) ano b) někdy c) ne*
7. Byl/a jsem již někdy poučen/a o správném kontaktu s osobou se zrakovým postižením: *a) ano b) ne*
8. Dokáži oslovit nevidomého a nabídnout mu správně pomoc: *a) ano b) nevím c) ne*
9. Mám informace o existenci speciálních organizací pro osoby se zrakovým postižením TyfloCentrum/kabinet nebo Tyfloservis: *a) ano b) ne*
10. Mám informace o speciálních sportovních aktivitách pro osoby se zrakovým postižením: *a) show–down b) goalball c) simulovaná laserová střelba*
11. Mám informace o tom, že pro osoby se zrakovým postižením existuje tak zvaný „komentovaný film“: *a) ano b) ne*
12. Mám informace o tom, že pro osoby se zrakovým postižením existuje převod knih či časopisů do elektronické či audio podoby: *a) ano b) ne*

13. Jako kompenzační pomůcky pro osoby se zrakovým postižením mohu vyjmenovat tyto:

3. část

14. Myslím si, že osoby se zrakovým postižením jsou negativně povahově ovlivněny:

a) ano b) někteří c) ne

15. Myslím si, že osoby se zrakovým postižením vyvolávají u osob bez zrakového postižení nejistotu:

a) ano b) někteří c) ne

16. Myslím si, že je dostatečná nabídka volnočasových aktivit pro osoby se zrakovým postižením nabízených různými organizacemi:

a) ano b) nevím c) ne

17. Myslím si, že většina společnosti je poučena o tom, jak správně k osobám se zrakovým postižením přistupovat:

a) ano b) někteří c) ne

18. Myslím si, že společnost je málo seznámena s životem osob se zrakovým postižením:

a) ano b) někteří c) ne

Za vyplnění dotazníku děkuji.

Vyhodnocené odpovědi budou součástí bakalářské práce na vysoké škole.