

Univerzita Hradec Králové

Ústav sociální práce

**System aktivizačních programů v Domově
pro seniory ve Světlé nad Sázavou**

Bakalářská práce

Autor: Aleš Halama

Studijní program: B6731 Sociální politika a sociální práce

Studijní obor: Sociální práce ve veřejné správě

Vedoucí práce: Mgr. Zuzana Truhlářová, Ph.D.

Hradec Králové

2016



Zadání bakalářské práce

Autor: Aleš Halama

Studium: U13119

Studijní program: B6731 Sociální politika a sociální práce

Studijní obor: Sociální práce ve veřejné správě

Název bakalářské práce: **System of activation programs in Retirement home in Světlá nad Sázavou**

Název bakalářské práce AJ: System of activation programs in Retirement home in Světlá nad Sázavou

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Práce se bude zabývat významem aktivizačních programů pro zkvalitňování pobytu klientů pobytové služby Domova pro seniory (DpS).

MLÝNKOVÁ, J. Péče o staré občany. 1.vyd. Praha: Grada, 2011

RHEINWALDOVÁ, E. Novodobá péče o seniory. 1. vyd. Praha: Grada, 1999

VENGLÁŘOVÁ, M. Problematické situace v péči o seniory. Praha: Grada, 2007

Zákon 108/2006 Sb, o sociálních službách

Garantující pracoviště: Katedra sociální práce a sociální politiky,
Ústav sociální práce

Vedoucí práce: Mgr. Zuzana Truhlářová, Ph.D.

Oponent: Mgr. Jan Vrbický

Datum zadání závěrečné práce: 4. 12. 2014

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracoval samostatně pod vedením vedoucí bakalářské práce a uvedl jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 15. 3. 2016

Aleš Halama

ABSTRAKT

HALAMA, Aleš. *Systém aktivizačních programů v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou*. Hradec Králové, 2016. Bakalářská práce. Univerzita Hradec Králové, Ústav sociální práce. Vedoucí práce: Mgr. Zuzana Truhlářová, Ph.D.

Tato bakalářská práce se zabývá systematizací aktivizačních programů v Domově pro seniory (DpS) ve Světlé nad Sázavou a klade si otázku, jaký význam mají aktivizační programy pro zkvalitňování pobytu uživatelů sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou.

Teoretická část obsahuje popis Domova pro seniory a jeho roli v systému sociálních služeb a charakteristiku sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou. Dále je v samostatné kapitole teoretické části rozpracována problematika aktivizace jako jednoho z nástrojů zkvalitňování života v DpS, a dále popsáno spektrum nabízených aktivizačních programů v DpS ve Světlé nad Sázavou.

Praktická část obsahuje modelové zpracování systému aktivizačních programů realizovaných přímo v DpS ve Světlé nad Sázavou.

Klíčová slova: aktivizační programy, sociální služby, Domov pro seniory.

ABSTRACT

HALAMA Aleš. System of activation programs in Retirement home in Světlá nad Sázavou. Hradec Králové, 2016. Bachelor thesis. University of Hradec Kralove, Institute of Social Work. Leader of the Bachelor thesis: Mgr. Zuzana Truhlářová, Ph.D.

This thesis discusses systematization of activation programs in the Retirement home in Světlá nad Sázavou. It questions the meaning of activation programs in the sense of possibly making the stay of the elderly in the Retirement Home in Světlá nad Sázavou more comfortable.

Theoretical part comprises description of the Retirement home, its role in the system of social services and characteristics of social service of Retirement home in Světlá nad Sázavou. Further, individual chapter of this thesis describes the issue of activation as one of the instruments for making life in the Retirement home more comfortable. Plus, spectrum of activation programs offered is described.

Complete model of system of activation programs realized directly in Retirement home in Světlá nad Sázavou is illustrated in empirical section.

Keywords: activation programs, social services, retirement home.

Poděkování

Děkuji vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Zuzaně Truhlářové, Ph.D., za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce. Zároveň bych chtěl poděkovat ředitelce Sociálního centra města Světlá nad Sázavou, Mgr. Kateřině Klementové DiS., vedoucí přímé péče Lucii Coufalové DiS., sociálním pracovnícím a osloveným seniorům, kteří se podíleli na mém výzkumu, za jejich vstřícnost a porozumění při realizaci mého výzkumného šetření.

V neposlední řadě děkuji své manželce a celé rodině za podporu, trpělivost a pomoc.

Obsah

Úvod.....	9
1 Domov pro seniory a jeho role v systému sociálních služeb.....	12
1.1 Sociální služby	12
1.2 Sociální pobytová služba Domov pro seniory	13
1.3 Domov pro seniory ve Světlé nad Sázavou.....	15
1.4 Shrnutí kapitoly	16
2 Aktivizační programy v Domovech pro seniory	17
2.1 Komunikace se seniory	19
2.2 Motivace uživatelů sociální služby DpS v účasti na programech.....	21
2.3 Cíle aktivizačních programů	22
2.4 Shrnutí kapitoly	22
3 Aktivizační programy v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou	24
3.1 Pohybové aktivity.....	24
3.2 Aktivity zaměřené na udržování a rozvoj manuální zručnosti.....	25
3.3 Aktivity zaměřené na rozvoj osobnosti, paměti a celospolečenského vnímání.....	27
3.4 Shrnutí kapitoly	30
4 METODICKÁ ČÁST	31
4.1 Stanovení hlavního cíle, hlavní výzkumné otázky a dílčích výzkumných otázek.....	31
4.2 Operacionalizace výzkumných otázek	33
4.3 Charakteristika výzkumného souboru.....	35
4.4 Volba výzkumné strategie.....	37
4.5 Organizace výzkumného šetření	37
4.6 Analýza dat.....	38
4.7 Rizika výzkumu	39
5 Interpretace výzkumného šetření.....	40

5.1	Interpretace DVO 1	40
5.1.1	Shrnutí	41
5.2	Interpretace DVO 2	41
5.2.1	Shrnutí	43
5.3	Interpretace DVO 3	44
5.3.1	Shrnutí	45
5.4	Interpretace DVO 4	46
5.4.1	Shrnutí	47
5.5	Interpretace DVO 5	48
5.5.1	Shrnutí	50
5.6	Závěr výzkumného šetření a doporučení pro praxi.....	51
	Závěr.....	54
	Seznam použité literatury	56
	Přílohy	58

Seznam tabulek:

Tabulka 1 : Operacionalizace výzkumných otázek.....	33
Tabulka 2 : Identifikace informantů - uživatelů sociální služby DpS.....	36
Tabulka 3 : Identifikace informantů - sociálních pracovníků	36

Úvod

Společnost, ve které žijeme a kterou svou aktivní přítomností neustále měníme, vytváří prostory pro řešení témat, která jsou více či méně důležitá, pro její vlastní přežití a zdokonalování. Proces stárnutí populace a pohled na samotné staří se tak stává jedním z neoddiskutovatelných a nepřehlédnutelných celospolečenských témat. Poměrné zastoupení stárnoucích a starých osob v populaci České republiky se příliš neliší od vyspělých společností a kultur okolních států a nepřímou tak poukazuje na vyspělost našeho státu.

Můžeme se ptát, kde jsou základní a stěžejní důvody tohoto velmi dynamicky se rozvíjejícího jevu. Nejčastější odpovědí jistě bude neustále se zkvalitňující lékařské péče, či zlepšování sociální péče v zařízeních, která tuto péči poskytují.

Tyto a další důvody, vedoucí ke zvyšování věku populace, s sebou samozřejmě přinášejí nutnost řešit otázky, jak zabezpečit osoby, postrádající vlastní soběstačnost, a to jak z důvodů úbytku fyzických sil, psychického onemocnění, tak z důvodu sociálního a ekonomického vyřazení z produktivní společnosti. Tyto osoby se tak ocitají v situaci, kdy se stávají větší či menší měrou závislé na pomoci druhých. Touto pomocí by se měla v první řadě zabývat a poskytnout ji nejbližší rodina konkrétního člověka, který se ocitl v těžké životní situaci, a teprve následně řešit situaci přes poskytovatele sociálních služeb. V praktickém životě to však takto velmi často nefunguje a poskytovatelé sociálních služeb jsou viděni jako jediná možnost, jak nově vzniklou sociální situaci řešit.

Domov pro seniory je svou strukturou typem sociálních služeb, kde je starým lidem poskytována maximální a komplexní péče, s cílem vytváření podmínek pro důstojný a aktivní život. Důležitou součástí pobytu v Domovech pro seniory je pomoc a podpora při snaze zachovat a pokud možno i rozvíjet schopnosti a znalosti každého uživatele této sociální služby a motivovat ho tak ke zvyšování vlastní soběstačnosti a zapojování do společenského života. Z těchto důvodů jsem si zvolil jako téma své bakalářské práce **„Systém aktivizačních programů v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou“**.

Hlavním cílem mé bakalářské práce je: **Popsat a zjistit, jaký význam mají aktivizační programy pro zkvalitňování pobytu uživatelů sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou.** Na základě stanovení hlavního cíle mé práce jsem se rozhodl dále stanovit hlavní cíl výzkumného šetření, tedy: „**Zjistit, jaký mají význam aktivizační programy pro zkvalitňování pobytu uživatelů sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou z pohledu samotných uživatelů a sociálních pracovníků DpS.**“

Dále jsem definoval dílčí cíle, kterými budu zjišťovat, zda mají uživatelé sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou dostatečné informace o nabízených aktivitách a podle čeho si tyto aktivity vybírají a účastní se jich. Dále jaký mají senioři vztah k nabízeným aktivitám a jaké činnosti upřednostňují, co je motivuje k účasti na daných aktivitách a co jim tato účast přináší. Posledním dílčím cílem je zjistit, jak hodnotí význam aktivizačních programů v DpS sociální pracovníci Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou.

V teoretické části popisují Domov pro seniory a jeho roli v systému sociálních služeb a také stručně charakterizují sociální službu Domov pro seniory ve Světlé nad Sázavou. Dále ve své práci popisují systematizaci aktivizačních programů v Domovech pro seniory, cíle samotných aktivizačních programů a důležité aspekty, jakými jsou motivace seniorů k účasti na nabízených aktivitách a navazování komunikace se seniory. V samostatné kapitole teoretické části také popisují spektrum nabízených aktivizačních programů v DpS ve Světlé nad Sázavou a popis jednotlivých technik a programů, které mají za cíl zachování, či rozvíjení schopností vedoucí k samostatnosti každého klienta. Praktická část obsahuje modelové zpracování systému aktivizačních programů realizovaných přímo v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou.

V metodické části práce jsem se rozhodl zvolit kvalitativní výzkumnou strategii. Data potřebná pro můj výzkum budou následně získávána při osobních setkáních s uživateli sociální služby DpS ve Světlé nad Sázavou, při kterých bude jako výzkumný nástroj pro zmíněný sběr dat zvolen polostrukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Rozhovory se seniory budou vedeny na základě předchozího souhlasu jednotlivých informantů a se svolením vedení výše uvedeného zařízení.

Dále následuje transkripce rozhovorů a jejich kvalitativní vyhodnocení, aby bylo možné získat odpovědi na hlavní cíl a dílčí výzkumné cíle mé práce.

Domnívám se, že by má bakalářská práce a zejména závěry výzkumného šetření, mohly posloužit vedení DpS ve Světlé nad Sázavou jako zpětná vazba od uživatelů této sociální služby. Zejména pak sociálním pracovnícům, v jejichž kompetenci je systematizace aktivizačních programů. Dále by má práce mohla také posloužit jiným, obdobným zařízením, poskytujícím podobné sociální služby jako DpS ve Světlé nad Sázavou.

1 Domov pro seniory a jeho role v systému sociálních služeb

V případě, že dojde k situaci, kdy člověku již nestačí síly, důležité pro uspokojení základních životních potřeb, mělo by být v silách a možnostech rodiny, mu tyto jeho potřeby zajistit, případně naplnit a nahradit. Pokud však nelze z nejrůznějších důvodů tyto potřeby zajistit a umožnit starému člověku i nadále plnohodnotný život, nabízí se institut sociálních služeb.

1.1 Sociální služby

Prostřednictvím systému sociálních služeb by měly být zpětně obnoveny a zajištěny fyzické i psychické potřeby seniora. Mělo by dojít ke stabilizaci nově vzniklé tíživé situace celé rodiny a především k ulehčení nelehké životní situace samotného seniora.

V zákoně č. 108/2006 Sb. o sociálních službách je uvedeno, že „*sociální službou je činnost nebo soubor činností podle tohoto zákona zajišťujících pomoc a podporu osobám za účelem sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení* (§ 3, zákon 108/2006 Sb.). Podle Matouška (2007) jsou sociální služby poskytovány lidem společensky znevýhodněným, jejichž cílem by mělo být v první řadě zlepšení kvality jejich vlastního života, nebo se pokusit je v maximální míře do společnosti začlenit a zároveň společnost chránit před možnými riziky, která mohou tyto lidé svou přítomností přinášet.

Další náhled na samotný pojem sociální služba uvádí Tomeš (2010), kdy je podle něho termín sociální služba používán spíše pro označení druhu péče, která je poskytována na základě konání státních nebo obecních institucí, a to vždy ve prospěch jiných lidí, kteří se ocitli v sociální nouzi. Tato činnost je potřebným lidem poskytována skrze sociální práci, tedy prostřednictvím odborných profesionálních pracovníků.

Sociální služby lze také členit dle formy a místa poskytování služby. Dle Malíkové (2011) služby spojené s ubytováním klienta v zařízeních, kde konkrétní osoba celodenně, nebo celoročně pobývá, nazýváme **službami pobytovými**, služby, za nimiž klient dochází do specializovaného zařízení, nazýváme **službami ambulantními** a konečně služby, které jsou poskytovány v prostředí klienta, tedy v prostředí, kde klient žije, jsou nazývány **službami terénními**.

1.2 Sociální pobytová služba Domov pro seniory

V naší společnosti dochází k trvalému jevu, který se týká stárnutí naší populace, zapříčeno na jedné straně nízkou porodností a zvyšování počtu starých osob na straně druhé. V případě, že si staří lidé z nejrůznějších důvodů nejsou schopni zajistit a zvládat základní fyziologické potřeby, přichází na řadu pomoc ze strany poskytovatelů sociálních služeb. Domov pro seniory patří mezi běžně využívanou sociální službu, o které si trůfám říci, že z poskytovaného spektra sociálních služeb patří mezi ty nejvíce využívané. Schopnost zvládat základní životní potřeby se hodnotí z několika hledisek, kterými jsou např. tělesné struktury, funkce duševní, mentální, smyslové, metabolické, vylučující a jiné. *“Za neschopnost zvládnutí základní životní potřeby se považuje stav, kdy porucha funkčních schopností dosahuje úrovně úplné poruchy nebo poruchy těžké, kdy i přes využívání zachovaných potenciálů a kompetencí fyzické osoby a využívání běžně dostupných pomůcek, prostředků, předmětů denní potřeby nebo vybavení domácnosti, veřejných prostor nebo s využitím zdravotnického prostředku nelze zvládnout životní potřebu v přijatelném standardu“.* (Vyhláška č. 505/2006 Sb., §1, odst. 4).

Haškovcová (2010) poukazuje na historické souvislosti v péči o seniory na území českého státu, kdy v Čechách existovaly tři základní kategorie ústavní péče s dominancí charitativní pomoci. Jednalo se o **středověké špitály**, které zajišťovaly potřebnou pomoc nemocným lidem, pocestným, ale také tulákům či nezaměstnané chudíně. Druhou kategorií byly **klášterní nemocnice**, ve kterých se ošetřující starali o potřebné z řad řeholníků, ale i zámožných rodin a samotní ošetřující se zde věnovali především náboženským úkonům. Poslední kategorií v péči o potřebné byly **nemocnice pro malomocné nebo pro osoby stížené různými formami infekčních chorob**. Hlavním cílem bylo v době šířících se epidemií separovat nebezpečné nemocné od ostatního obyvatelstva.

Sociální služby jsou v rámci Českého právního systému legislativně zakotveny již ve zmíněném zákoně o sociálních službách číslo 108/2006 Sb. Zde jsou obsažena a popsána jednotlivá ustanovení týkající se pobytových služeb, jejich financování a samotného poskytování sociálních služeb. Dále jsou zde také například vytyčeny předpoklady pro výkon činnosti v sociálních službách. Dle zákona 108/2006 Sb. jsou Domovy pro seniory institucemi, ve kterých jsou poskytovány pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost, a to zejména z důvodu

věku, zdravotního stavu a dále osobám, jejichž životní situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Službou je dle výše uvedeného zákona soubor základních činností, jakými je poskytnutí ubytování klienta a poskytnutí stravy. Dále napomáhání při zvládání běžných úkonů a napomáhání při péči o vlastní osobu a pomoc při osobní hygieně. Důležitou činností ze strany Domova pro seniory je zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti a vytváření a realizace aktivizačních činností a v neposlední řadě také pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Z výše uvedeného vyplývá, že samotné Domovy pro seniory mohou být i kombinací několika dalších sociálních služeb, které vymezuje právě zákon č. 108/2006 Sb. o sociálních službách. Vše samozřejmě záleží na možnostech dané instituce, finančním zázemí a bezesporu na schopnostech vedení a personálu daného sociálního zařízení. *„Pracovníkem v sociálních službách je ten, kdo vykonává přímou péči o osoby v ambulantních nebo pobytových zařízeních sociálních služeb.“* (Mužík 2012, str. 194).

Dle mého názoru je nezbytně nutné poukázat i na případnou dostupnost a kapacitní možnosti pobytových sociálních zařízení. V momentě, kdy by takových zařízení byl dostatek a bylo samozřejmě vyřešeno i jejich personální a finanční zabezpečení, bylo by mnohem jednodušší do jisté míry přizpůsobovat konkrétní zařízení konkrétní skupině uživatel sociálních služeb. *„Zařízení pro starší, ale i mladé lidi neschopné péče o sebe by mělo být dostatek, tak aby mohlo být specializováno na určitý druh obyvatel či pacientů. Měla by být vedena potřebami obyvatel a jejich nejvyššího dobra, a ne naopak. Lidé by neměli být do nich umísťováni jako zboží.“* (Rheinwaldová 1999, str. 10). Více empatický pohled na odchod seniorů do zařízení poskytující sociální služby nabízejí Pichaud a Thareauová (1998), kdy dle nich jejich situace spojená se samotou je již neúnosná a nesnesitelná, nelze bezpečně zvládat věci spojené s běžným provozem domácnosti a ze strany jejich dětí se objevují obavy o jejich zdraví, či dokonce život.

V odborné literatuře můžeme nalézt mnoho vyjádření a popsání problematiky spojené s institucemi pečujícími o seniory. Posledním nabízeným pohledem na poskytování takové péče o seniory přináší Matoušek (1999, str. 84). *„Jinde i u nás existují instituce poskytující plnou péči (u nás domovy důchodců) a vedle nich*

instituce poskytující zvýhodněné bydlení s různými doplňkovými službami (u nás domy s pečovatelskou službou, v cizině penziony)“.

1.3 Domov pro seniory ve Světlé nad Sázavou

Z informací získaných v Informačním materiálu Domova pro seniory SC SNS, bylo Sociální centrum města Světlá nad Sázavou (SC SNS) zřízeno jako příspěvková organizace rozhodnutím Zastupitelstva města Světlá nad Sázavou dne 17. 9. 2003 a to jako centrum, které zahrnuje Domov pro seniory (DpS) a Dům s pečovatelskou službou (DsPČ). Uživateli sociální služby DpS jsou senioři, kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, nebo jejich zdravotní situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby a jsou poživateli starobního nebo invalidního důchodu. Poskytování služeb klientům DpS vychází z osobních cílů, zájmů a potřeb každého člověka, které jsou za jeho přítomnosti a s jeho souhlasem plánovány. Posláním domova je v první řadě zajistit klientům bydlení, stravování a zdravotně - ošetrovatelské služby. Dále samozřejmě samotný provoz DpS zajišťuje svým uživatelům úklid, praní prádla, aktivizační činnosti, nebo také například sociálně-poradenské činnosti. Cílem poskytování a zajišťování zmíněných služeb je snaha o zajištění klientova důstojného života s podporou k samostatnosti a udržení soběstačnosti a pomoc při udržování rodinných a společenských kontaktů. K vytvoření vhodného prostředí a zázemí přispívá i umístění samotného DpS a jeho architektonické řešení. DpS byl vystavěn v klidné části města Světlá nad Sázavou s přilehlou zahradou a blízkým rybníčkem, kde se nachází altánek i velké množství laviček sloužící k relaxaci a odpočinku. Samotná pětipodlažní budova je samozřejmě řešena s bezbariérovými vstupy a dvěma výtahy.

Dle informací získaných z oficiálních webových stránek Sociálního centra města Světlá nad Sázavou - www.scsvetla.cz je budova rozvržena z praktických důvodů do několika částí. Přízemní část budovy slouží jako technické zázemí, včetně recepce a kanceláří sloužících k administrativním účelům. Zároveň je zde situována velká jídelna, sloužící mimo jiné i ke kulturním a společenským účelům. V suterénu domova se dále pro uživatele DpS nachází tělocvična, prádelna a obřadní síň, ve které se pravidelně konají i bohoslužby. V objektu jsou umístěny také ordinace praktického lékaře, dále oční a chirurgická ambulance. Ostatní čtyři poschodí jsou již pobytová a pro snadnější orientaci uživatelů i personálu jsou odlišena barevně – zeleně, červeně modře a oranžově. Ubytovací kapacita DpS

je 115 lůžek a to s využitím 29 jednolůžkových pokojů a 42 dvoulůžkových pokojů. Každý pokoj má samozřejmě své hygienické vybavení. V budově jsou situovány dvě klubovny, přičemž v jedné je televize a druhá klubovna slouží jako místo, kam si senioři chodí např. číst, povídat si a také zde probíhají některé terapie zahrnuté do aktivizačních programů. Na každém poschodí je společná koupelna a kuchyňka. Ve třetím obytném patře je koupelna pro uživatele nahrazena pedikérnou a ve druhém patře pak holírnou a místností pro kadeřnici, která do domova pravidelně dochází.

1.4 Shrnutí kapitoly

Cílem této kapitoly je vyjádření charakteristiky sociální služby vycházející ze zákona č. 108/2006 Sb. O sociálních službách a další možné náhledy některých odborníků na samotný pojem „sociální služba“. V závislosti na popsání sociálních služeb jsem se v této kapitole pokusil charakterizovat Domov pro seniory, jako sociální pobytovou službu a následně také Domov pro seniory ve Světlé nad Sázavou včetně popisu umístění a zázemí tohoto zařízení a nabízeného spektra služeb svým uživatelům. U sociálních služeb je velmi důležité zajistit jejich poskytování klientům v co nejvyšším možném standartu a tak, aby plnily samotný účel sociální služby.

Vzhledem ke skutečnosti, že jsem svou praxi absolvoval právě v domově ve Světlé nad Sázavou, mohu říci, že stěžejním posláním tohoto typu zařízení při vlastním přechodu seniora z rodinného zázemí právě do DpS, je stabilizace a pokus o odlehčení nově vzniklé nepříznivé situace, ve které se senior a jeho rodina nacházejí. To vše samozřejmě s ohledem na aktuální fyzický i psychický stav a potřeby každého jedince.

2 Aktivizační programy v Domovech pro seniory

Příprava a samotná realizace aktivizačních programů pro uživatele sociální služby Domova pro seniory by měla být dle mého názoru nedílnou a velmi důležitou součástí režimu v daném zařízení. Vytváření dostatečného množství kvalitních volnočasových aktivit má za cíl udržování žádoucího stavu aktivního stárnutí oproti stavům tísně, úzkosti, pocitu samoty, deprese a nezájmu o okolní společenské dění. „Aktivita, a to nejen ve stáří, mobilizuje psychickou i fyzickou stránku osobnosti člověka. Zájem o konkrétní činnosti působí na člověka vždy příznivě. O to důrazněji potřebuje stárnoucí člověk projevat určitou aktivitu. Nečinnost může v pokročilejším věku být počátkem nezadržitelného úpadku. Vede k depresím, k urychlení fyziologických procesů stárnutí a rozpadu osobnosti.“ (Šimíčková a kol. 2005, str. 147)

Pokud jsou aktivity v DpS prováděny aktivně a cíleně, lze konstatovat, že takový domov žije. V případě, že ze strany personálu chybí ambice a ochota se podílet na pestrém a aktivním přístupu v přípravě aktivizačních programů, možno konstatovat, že takový domov naopak živoří. Schopnost personálu podněcovat zájem ze strany seniorů na účasti v nabízených aktivitách je zcela nevyhnutelnou, a troufám si říci, i klíčovou součástí celého aktivizačního programového dění v konkrétním domově. Toto vše je do značné míry ukázkou týmového přístupu, tedy přístupu, kdy se na celkovém obrazu systematizace aktivizačních programů podílí veškerý personál. Rheinwaldová (1999) o kvalitě plánování jednotlivých programů říká, že se jedná nejen o nutný doplněk v péči o seniory, ale zároveň i o terapeutický prvek, tolik důležitý pro duševní i fyzický stav seniorů. Kvalitní programy poskytují klientům potřebnou fyzickou činnost, mentální stimulaci a nabízí prostor pro vzájemné sblížení a zařazení do celospolečenského života.

Samotný plán péče je sestaven individuálně pro každého seniora, a to s důrazem na silné stránky a schopnosti jedince. V sestavovaném programu by měl mít každý jedinec možnost uplatnit své schopnosti a touhy po seberealizaci a zároveň nebýt do žádné aktivity nucen. Výsledkem takové činnosti nesmí být strach z neúspěchu a pocity vlastní nemohoucnosti, či ponížení. „Sociální pracovník respektuje právo každého jedince na seberealizaci v míře, aby současně nedocházelo k omezení takového práva druhých osob.“ (Etický kodex sociálních pracovníků České republiky). Snahy o zapracování aktivizačních programů do běžného života

seniorů nesmí být v žádném případě násilné a musí bez výjimek respektovat vůli, schopnosti a možnosti samotných klientů, a to jak v případě přístupu aktivního, tak i pasivního. Každý jedinec je za daných okolností schopen posoudit výsledek svého konání a své práce. *“Člověk touží po seberealizaci, po nalezení smyslu svého života. Může to být spojeno s rodinou, prací, vášnivým zájmem o něco, s vírou ...”* (Pichaud, Thareauová 1998, str. 41). Podpora ze strany personálu při dílčím neúspěchu musí být dostatečně silná, aby nedošlo k situaci, kdy takový jedinec již není dále ochoten se aktivně podílet na kulturním a jiném dění v domově. Navržené aktivity musí být samozřejmě plánovány a uzpůsobeny možnostem seniorů, a to jak po stránce fyzické, s ohledem na stupeň funkčnosti, tak i po stránce psychické. Základním a rozhodujícím faktorem pro úspěch při zvolené aktivitě je volba činností, které jsou v zájmu uživatelů DpS, a ne činností, které jsou pro personál pohodlnější, či jednodušší.

Veškeré uskutečněné programy je třeba zpětně analyzovat a vyhodnotit s ohledem na očekávané terapeutické účinky, oblíbenost, či neoblíbenost ze strany seniorů a náročnost přípravy a provedení dané aktivity ze strany personálu. Aktivity jsou v dlouhodobém měřítku voleny dle zpětné vazby od uživatelů, kdy se do programu opětovně zahrnují ty aktivity, ve kterých se klientům daří, byly v minulosti oblíbené a pozitiva výrazně převyšují negativní zážitky. Je také potřebné v rámci možností vyhýbat se stereotypům a dbát na dostatečnou pestrost. Při sestavování zábavných nebo zábavně-terapeutických programů je nutné starší aktivity flexibilně obohacovat o nové nápady, doplňky, nové činnosti, změny v prostředí a snažit se tak o vytváření nových očekávání seniorů ze samotného programu. Plánování aktivizačních programů by nemělo být v žádném případě náhodnou a nesystematickou činností. Programování aktivit by měl provádět kvalifikovaný pracovník, tedy sociální pracovník, ergoterapeut, případně speciální pedagog či sociální pedagog. Je třeba v dostatečném časovém předstihu sestavovat denní, týdenní a měsíční plány připravovaných aktivit a s ohledem na náročnost jednotlivých činností zajistit personální zajištění a informovanost o všech plánovaných aktivitách. *„Uživatelé jsou poskytovány služby a péče vycházející z jeho schopností, a to v rozsahu odpovídajícím jeho stavu a potřebám. Průběh služby má být přiměřeně plánován. O plánování a průběhu služby jsou vedeny záznamy v dokumentaci individuálního plánu uživatele“* (Malíková 2011, str. 71). Díky

kvalitnímu rozvrhu plánovaných aktivit lze vytvořit dostatečný a vhodný prostor k motivaci uživatelů k účasti na samotných aktivitách.

Součástí plánování aktivizačních programů v DpS je samozřejmě i ohleduplnost na možnosti každého seniora. Je třeba těmto osobám dopřát potřebný prostor pro odpočinek a relaxaci. Zejména u starých lidí je odpočinek velmi důležitou součástí každého dne. Cílem nabízených aktivit je samozřejmě podporovat pohyb a skupinové společenské zapojení, ale zároveň musíme respektovat principy samoty či nečinnosti. Není možné, aby byl senior s ohledem na jeho psychické a fyzické schopnosti dlouhodobě aktivně zapojován do veškerého dění v DpS. Jsou chvíle, kdy se jedinec celkově nemusí cítit dobře a poté se pasivní trávení volného času nechá také považovat za přínosné. Osobně jsem se setkal se situací, kdy senior raději trávil svůj volný čas v prostoru vestibulu DpS, kde mohl naslouchat ostatním, protože zde bylo ke slyšení a vidění mnoho zajímavého.

2.1 Komunikace se seniory

Pracovníci, kteří se podílejí na plánování a realizaci aktivizačních programů, si musejí uvědomit jistá specifika. Každý senior má odlišné životní zkušenosti a zvyky, které ovlivňují a do budoucna jistě ovlivňovat budou jeho zájem o nabízené druhy aktivizačních činností. Předem tak lze odhadnout, jakým aktivitám by se takový jedinec mohl věnovat, jaké ho budou zajímat a naopak jaké budou z jeho strany odmítány a přehlíženy. Chceme-li docílit aktivního přístupu jedince k nabízeným programům, je třeba získat jeho důvěru, vytvářet pocit vzájemného respektu, empatie, porozumění a během samotné účasti na vykonávaných aktivitách jedince podporovat, napomáhat mu v jeho snažení a snažit se o vytvoření kvalitního a důvěryhodného vztahu. Podle Špaténkové a Smékalové (2015) je důležité si uvědomit dvě základní stavební složky empatie – tedy vnímání a komunikaci. Vnímání seniora samo o sobě nestačí. Můžeme takovou osobu slyšet a chápat. Pokud ale toto vše schováme za svůj kamenný obličej, či mlčení, protože v daný okamžik nevíme, co udělat, či říci, není naše empatie pro seniora příliš přínosná.

„Základem sociální práce se starými lidmi je práce se vztahem a důvěrou, vytvoření pocitu bezpečí a jistoty, které patří k nejzákladnějším potřebám starých lidí. Sociální pracovník bývá v mnoha případech jediným prostředníkem kontaktu seniora s vnějším světem, skrz něhož může vyjádřit svoji vůli, s jeho podporou se

může rozhodovat a udržet si kontrolu nad svým životem.“ (Matoušek 2005, str. 164). Máme-li co nejefektivněji pracovat se starými lidmi, snažit se o jejich aktivní zapojování do námi nabízených činností a snažit se o vytvoření harmonického prostředí, musíme takového jedince ujistit, že je mezi přáteli, že se nemusí ničeho obávat, za nic se stydět a že nám může důvěřovat. *„Jestliže k nám nebude klient pociťovat důvěru, nic nám nesvěří. Bez důvěry nelze utvořit kvalitní vztah. K tomu potřebujeme vědomí toho, co můžeme klientovi nabídnout a co od nás očekává.“* (Mlýnková 2011, str. 57).

Principy nabízených aktivit musí být uživatelům DpS vysvětleny co nejjednodušším způsobem s důrazem na jejich význam, smysluplnost a cíl. Situace, ve kterých může dojít k nedostatečnému porozumění ze strany uživatelů DpS, by měl personál řešit opakovanými vhodnými otázkami, zda dotyčný senior rozuměl a chápe, co je po něm žádáno. *„Předmětem psychologie lidské komunikace jsou i nedorozumění a poruchy. Dochází k nim velmi často. Mnohdy pochopíme vysílané sdělení jinak, než bylo zamýšleno. K řadě zpráv si automaticky přiřazujeme charakteristiky či významy na základě svých zkušeností nebo očekávání.“* (Vybíral 2009, str. 29).

Při navazování a udržování kontaktu s každým seniorem jsou důležité jak prvky verbální komunikace (využití jazykových prostředků), tak i prvky neverbální komunikace (gesta, mimika, oční kontakt, či tělesný kontakt). *„Přestože se zdá, že světem vládnou slova, ať už vyslovená, či psaná, většinu informací přijímáme mimoslovně.“* (Venglářová 2007, str. 74). Zejména neverbální komunikace je v oblasti práce a navazování kontaktu se seniory velmi důležitá. Nedostatečný zájem, i ten nechtěný např. z důvodu zaneprázdněnosti, může přinést do budoucna problémy s dalším navazováním vztahu s konkrétním jedincem. Mlýnková (2011) poukazuje, že neochotu seniorů ke komunikaci může mimo jiné způsobit absence aktivního naslouchání ošetřujícími osobami. Aktivní naslouchání znamená, že personál přijímá obsah sdělení, kterému se následně snaží porozumět. To je základní rozdíl mezi aktivním a pasivním nasloucháním, kdy personál zdánlivě naslouchá, přijímá obsah sdělení a dále se jím již nezabývá a nesnaží se mu nikterak porozumět.

Při komunikaci s uživateli DpS je třeba také velmi opatrně volit vzdálenost a pozici, ve které jsme při samotném rozhovoru. Ne každému jedinci vyhovuje

komunikace na dálku, kdy může pociťovat ze strany personálu nepřírozený a nepříjemný odstup, vytváření hranic, či dokonce opovržení. Naopak velmi úzký kontakt s jedincem může přímo narušovat pocity bezpečí a vlastní integrity.

2.2 Motivace uživatelů sociální služby DpS v účasti na programech

Základními kritérii pro motivaci seniorů k zapojení do aktivit nabízených v konkrétním zařízení jsou, aby nabízené činnosti měly smysl a každý jedinec věděl, proč ji dělá, co je jejím cílem a jak dlouho bude přibližně trvat. Důvody pro samotnou účast na určité prováděné činnosti si však nachází a stanoví každý jedinec sám. Pro někoho je to materiální užitek, který mu činnost přináší v podobě výrobků, např. při ergoterapii, či práci s hlinou. Pro jiného zase užitečnost a pocit, že mohl pomoci jinému člověku. U dalších seiorů se může jednat o samotnou účast na nabízených aktivitách. Veškeré nabízené činnosti by měly být přiměřeně voleny s ohledem na možnosti jedince a neměly by v žádném případě snižovat jeho důstojnost, ale naopak zvyšovat sebedůvěru a rozvíjet tvořivé schopnosti seniora. „*Starý člověk potřebuje jistotu, že se o něho dokážeme dobře postarat a že ho přijímáme bez hodnocení jeho nedostatků, že chápeme jeho možnosti. Nejistota podporuje negativní energii, zamezuje rozvoji soustředěnosti, pozornosti a vede k nesprávným podnětům. Bezpečné prostředí seniorovi umožňuje být sám sebou a věřit, že mu bude nabídnuto správné řešení a pomoc.*„ (Klevetová, Dlabalová 2008, str. 73).

Důvody k neúčasti seniorů na nabízených aktivitách se mohou lišit a vždy vycházejí z životních zkušeností, obav z neúspěchu, projevů nedůvěry, zklamání apod. Rheinwaldová (1999) poukazuje na zvolení vhodného času pro samotnou aktivitu oproti času, kdy jsou senioři zvyklí odpočívat, nebo přijímat návštěvy. U nově přichozích seniorů dochází i k situacím, kdy nedůvěřují okolí, a proto nechtějí ze strachu o své věci opouštět pokoj, kde nacházejí pohodlí, pocity bezpečí a jistoty. U takových jedinců je nejprve důležité si získat jejich důvěru a v případě nutnosti přesunout i některé aktivity do prostředí jejich pokoje. Někdy se také může stát, že se senior odmítá zapojit do dění v domově, protože má obavy z nového prostředí, z nových tváří, které nezná, nebo dokonce z důvodu setkání s člověkem, kterého nemá rád. Takového jedince (většinou nového seniory v DpS) pracovníci vždy představí ostatním a naopak. V případě osobních rozepří mezi jedinci navzájem musí

pracovníci být nápomocni při řešení případných sporů, nebo alespoň zajistit, aby dotyční neseděli vedle sebe.

Dalším faktorem, který bude vždy ovlivňovat samotné zapojení seniorů do aktivit, je informovanost o nabízených činnostech a poukazování na skutečnost, že do žádné aktivity nejsou a nebudou nuceni, že není jejich povinností se těchto aktivit účastnit a že mají možnost dobrovolného výběru z nabízených činností. Senior musí mít také jistotu, že když se bude cítit unavený, může kdykoliv odejít, aniž by bylo ohroženo jeho budoucí opětovné zapojení do následných aktivit.

2.3 Cíle aktivizačních programů

Cílem aktivizačních programů je v první řadě snaha o udržení, či zlepšení psychického a fyzického stavu každého jedince, vytváření vhodného prostředí pro jeho začlenění do společenského života a snaha o jeho vlastní seberealizaci a naplnění vlastních potřeb.

Díličními cíli jsou snahy o rozpohybování, rozhoupání a „zaktivování“ jedince, snahy o jeho motivaci podílet se a spoluutvářet svůj vlastní život i ve stáří. *„Rozvoj osobnosti do jisté míry může dotvářet zvládnutí rolí v pracovním i osobním životě včetně osvojení modelů žádoucího jednání a chování.“* (Mužík 2012, str. 32). Seniorům je umožňován kontakt se společenským prostředím, a to za pomoci a s podporou zájmových a vzdělávacích aktivit, volnočasových aktivit a poskytování sociálně terapeutických činností. To vše vede k udržování a rozvíjení jejich osobních a sociálních schopností a dovedností. Dle Holczerové a Dvořáčkové (2013) je možné volný čas chápat jako opak doby, kterou strávíme při práci a povinnostech a doby potřebné k reprodukci vlastních sil. Jedná se o dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně volit, děláme je rádi, dobrovolně, a tak nám přinášejí pocity uspokojení, blaha a uvolnění. Pod pojem volný čas, lze zařadit tak běžné věci, jako je rekreace, zábava, zájmové činnosti a vzdělání, dobrovolně společenské činnosti apod.

2.4 Shrnutí kapitoly

V této kapitole se věnuji aktivizačním programům v Domovech pro seniory. Ve stručnosti zde jsou uvedeny oblasti a důležité prvky, na které by se měl personál konkrétního DpS zaměřit při sestavování aktivizačních programů a jejich následné realizaci. Z vlastní zkušenosti, získané při praxi v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou, mohu konstatovat, že právě komplexní péče o seniora, jak po stránce

duševní, tak i tělesné, má blahodárný vliv na stabilizaci, případný rozvoj a možnost opětovného začlenění jedince do celospolečenského dění.

Klíčovou roli v této problematice však hraje přístup pracovníků ke každému jedinci zvlášť. Od způsobu, jakým jsou nabízené aktivity prezentovány, se odvíjí také potencionální úspěšnost samotných aktivizačních programů. Pozitivně laděný a smýšlející personál nepochybně přispívá ke zvyšování motivace také na straně seniorů. Je zcela na samotných pracovnících, aby se naučili chápat a vnímat potřeby seniorů, respektovat jejich přání a s těmi dokázali následně pracovat. Při sestavování individuálního aktivizačního programu je třeba respektovat zájmy a záliby každého jedince. Ve starých a nemocných lidech je velmi často umocňován názor, že jsou pro okolní společnost přítěží a že se stávají nepotřebnými. Proto považuji za velmi důležité uživatele sociální služby Domovů pro seniory přesvědčovat o tom, že jejich podílení se na celospolečenském dění v konkrétním zařízení má smysl především pro ně samotné. Zároveň je také ale potřebné brát ohled na odpočinek a relaxaci každého jedince.

3 Aktivizační programy v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou

Spektrum nabízených aktivizačních programů v DpS ve Světlé nad Sázavou je dle interního předpisu SC SNS (Pracovní postup pro volnočasové aktivity) členěn do tří základních skupin.

- V první kategorii jsou zahrnuty aktivity založené na udržování a potencionálním rozvíjení pohybového aparátu a fyzické kondice uživatel DpS. Do této kategorie spadají: **ranní cvičení a taneční terapie.**
- Druhá skupina nabízených programů zahrnuje aktivity směřované na udržování a rozvoj manuální zručnosti. Do této kategorie patří: **ergoterapie, arteterapie - práce s hlinou a pečení a vaření.**
- Třetí kategorie zahrnuje aktivity směřované na rozvoj osobnosti coby součásti okolní společnosti a na případné znovuzavedení jedince do společenského dění v DpS. Do této kategorie lze zařadit: **společenské hry, trénink paměti, muzikoterapii.** Samostatnou skupinu tvoří přednáškový cyklus nazvaný **Univerzita slunečního věku.**

Uvedené volnočasové aktivity probíhají vždy dle Týdenního harmonogramu a uživatelé docházejí na tyto aktivity dobrovolně. Jednotlivé aktivity s uživateli DpS vedou a provádějí pracovníci sociálního úseku, tedy sociální pracovnice, nebo instruktorky sociální péče. Tito pracovníci mimo jiné zajišťují i případný doprovod seniorů na samotné aktivity. Po skončení aktivit je vedoucí pracovník povinen zajistit doprovod uživatelům zpět do jejich pokojů. Dojde-li k situaci, kdy senior požádá o doprovod na pokoj už před ukončením konkrétní aktivity, je mu samozřejmě tento doprovod zajištěn. Po ukončení samotného programu pracovník zajistí úklid místnosti a přípravu pro další využití. Pracovník je vždy povinen dodržovat předpisy BOZP.

3.1 Pohybové aktivity

Pohybové aktivity jsou velmi důležitou a zcela nepostradatelnou součástí aktivizačních programů sociální služby, jakou je Domov pro seniory. Samotná pohybová cvičení vedená vyškoleným personálem napomáhají k udržování a

zlepšování fyzického stavu a kondice seniorů. Dalším pozitivním jevem je samozřejmě společenské vnímání seniorů při samotném cvičení.

Ranní cvičení

Dle pracovního postupu (SC SNS) pro volnočasovou aktivitu „**Ranní cvičení**“ probíhá tato aktivita v tělocvičně DpS, která je situována v suterénu budovy. Ranní cvičení probíhá ve dvou etapách. Na samotné aktivitě se vystřídají postupně uživatelé nejprve z 1. a 2. patra a poté z 3. a 4. patra. Počet cvičících je limitován počtem míst v tělocvičně, tedy max. 20. Cílem tohoto cvičení je protažení celého těla. Cvičící sedí v kruhu na židlích či invalidních vozících a každý provádí veškeré předcvičované cviky dle svých možností, schopností a zdravotního stavu. Po protažení pracovník rozdává cvičební náčiní, jako jsou např. kilové činky, protahovací gumy na ruce a nohy, masážní míčky apod. Senioři postupně cvičí dle svých možností a schopností s danými nástroji a poté vždy následují společenské soutěžní hry, jakou jsou šipky nebo kuželky. Tyto závěrečné hry jsou dle vyjádření seniorů velmi oblíbené. Výsledky jsou zapisovány na nástěnky přímo v tělocvičně a v 3 měsíčních intervalech vyhodnoceny. Tři nejlepší soutěžící jsou oceněni drobnými dary. Nikdo z klientů **není nucen** se nabízeného ranního cvičení povinně zúčastnit.

Taneční terapie

Podle pracovního postupu (SC SNS) pro volnočasovou aktivitu „**Taneční terapie**“ probíhá tato aktivita stejně jako ranní cvičení v tělocvičně v suterénu domova. Při této aktivitě sedí účastníci terapie na židlích či invalidním vozíku v kruhu. Jelikož program při taneční terapii probíhá opět vsedě, mohou se této aktivitě účastnit jak mobilní senioři, tak i uživatelé se sníženou pohyblivostí. „*V taneční a pohybové terapii se tanec pojímá jako pohyb, nebere se ohled na estetickou stránku a jeho podstata je vysvětlována z hlediska psychologického, sociologického a historického*“. (Holczerová, Dvořáčková 2013, str. 48). K této aktivitě se používá CD přehrávač a předem vybraná hudba z CD. Taneční terapie probíhá na základě předepsaných cviků a hudby. Doporučený počet účastníků je 10-15.

3.2 Aktivity zaměřené na udržování a rozvoj manuální zručnosti.

Udržování a rozvoj manuální zručnosti vede seniory k sebekontrolě, trpělivosti, pečlivosti a výsledky jejich práce jsou viditelné a hmatatelné. Každý

jedinec má jinak nastavené hodnoty a hranice uspokojení, ale výrobky které svou prací vyprodukuje a které jsou chváleny a vyzdvihnuty, samozřejmě povedou ke zvýšení motivace do další práce.

Ergoterapie

Dle pracovního postupu (SC SNS) pro volnočasovou aktivitu „**Ergoterapie**“ probíhá tato aktivita obvykle v klubovně na modrém patře v 1. poschodí a případný počet účastníků, kteří se účastní této aktivity, je omezen počtem míst v klubovně. Maximální počet účastníků je 20. Pracovníci, kteří vedou tuto aktivitu, zaměstnávají uživatele dle jejich schopností a dovedností. Při této aktivitě uživatelé vyrábějí výrobky z nejrůznějších materiálů a používají různé techniky zpracování. Vytvořené výrobky jsou dle přání a se schválením autorů použity na výzdobu domova, jako dárky pro návštěvy, ale také jsou mimo jiné prezentovány na trzích a jarmarcích pořádaných městem Světlá nad Sázavou. Výroba je účelově směřována zejména k jednotlivým ročním obdobím. *„Cílem ergoterapie je dosáhnout maximální soběstačnosti a nezávislosti klientů v domácím, pracovním a sociálním prostředí, a tím zvýšit kvality jejich života“* (Holczerová, Dvořáčková 2013, str. 36).

Arteterapie - Práce s hlinou

„Arteterapie využívá výtvarné umění jako prostředek k osobnímu vyjádření v rámci komunikace, snaha o esteticky uspokojivé výsledné produkty, posuzované vnějšími měřítky je druhořadá“. (Holczerová, Dvořáčková 2013, str. 51). Tato aktivita podle pracovního postupu (SC SNS) pro volnočasovou aktivitu „**Arteterapie – práce s hlinou**“ probíhá v klubovně v 1. poschodí, doporučený počet účastníků je 5-8 osob. Pracovník cíleně zaměstnává účastníky na této aktivitě dle svých i klientových schopností a dovedností. Uživatelé DpS při této aktivitě vytvářejí výrobky ze speciální keramické hlíny. Vytvořené výrobky jsou následně vypáleny v keramické peci, kterou obsluhuje vyškolený personál. Při této aktivitě je kladen důraz na rozvoj jemné motoriky. Výrobky vytvořené samotnými seniory jsou podobně jako u výrobků z ergoterapie používány jako dárky pro návštěvy a na výzdobu domova. Se souhlasem autorů jsou také např. prezentovány na jarních a vánočních trzích, které pořádá na svém náměstí město Světlá nad Sázavou.

Pečení – vaření

Tato aktivita dle pracovního postupu (SC SNS) pro volnočasovou aktivitu „**Pečení-vaření**“, probíhá v kuchyňce na modrém patře. V dostatečném předstihu je pověřeným pracovníkem zvolen druh pokrmu a oznámen zájemcům o aktivitu. Účastníci tak vždy vědí, co budou vařit, či péct. Pracovník také zajistí nákup potřebných surovin. Při této aktivitě jsou rovnoměrně zaměstnáváni přítomní uživatelé dle jejich schopností a dovedností. Všichni přítomní si upečený či uvařený pokrm odnášejí ke svému užitku. Bývá zvykem, že si ho při kávě či čaji sní na klubovně.

3.3 Aktivity zaměřené na rozvoj osobnosti, paměti a celospolečenského vnímání

Stejně tak, jako se postupem času mění lidské tělo navenek (dochází k úbytku sil a vitality), tak dochází i ke změnám paměti a schopnostem reagovat flexibilně na změny v blízkém i širším okolí seniora. Aktivity zaměřené na posilování paměti a rozvoj osobnosti, mají své místo v každodenním životě seniora a jsou přínosem pro pozitivní vnímání společnosti jak ze strany jedince, tak ze strany společnosti vůči samotnému jedinci.

Společenské hry

Společenské hry probíhají dle vyjádření sociálních pracovníc obvykle v knihovně DpS. Pověřený pracovník, který bude těmto hrám asistovat, si dopředu připraví, jaké hry bude s uživateli hrát, s přihlédnutím na časovou náročnost a herní složitost a zajistí veškeré potřebné vybavení pro samotné hry. Je velmi důležité, aby při zavádění nových her byla všem zúčastněným vysvětlena pravidla a cíle hry a pracovník se přesvědčí, zda každý účastník tato kritéria pochopil. Při samotných hrách se pracovník snaží zapojit všechny přítomné do hry, s ohledem na jejich schopnosti, možnosti a dovednosti. Počet klientů není nikterak omezen a nezřídka se stává, že při samotných herních aktivitách někteří jedinci odcházejí, např. z důvodu únavy, a jiní se zase naopak zapojují již do rozehraných partií.

Trénink paměti

Dle Špatenkové a Smékalové (2015) představuje trénování paměti známou a typickou edukační aktivitu, zaměřenou na seniory, kdy se tato edukace, jakožto

součást aktivizačních programů realizuje v nejrůznějších institucích sociálních služeb. „*Techniky trénování jsou vždy voleny vzhledem k schopnostem a možnostem seniorů. Zejména při skupinových aktivitách lze používat různé slovní hry – slovní kopaná, slovní hříčky, doplňování chybějících slov ve známých písních či pranostikách, poznávání zvuků, promítání starých filmů, vědomostní kvízy*“.

(Holczerová, Dvořáčková 2013, str. 63). Tyto hodiny věnované tréninku paměti v DpS, popsané v pracovním postupu (SC SNS) pro volnočasovou aktivitu „**Trénink paměti**“, si každý pracovník připravuje samostatně s pomocí dostupné literatury, kterou má DpS k dispozici, nebo z vlastních zdrojů. Uživatelé DpS při této aktivitě trénují svou dlouhodobou paměť, poslouchají čtení z knih či časopisů, cvičí, zpívají apod. Pracovník si při této aktivitě vybírá témata na trénink paměti dle svých schopností, dovedností a znalostí a dle schopností, dovedností a znalostí přítomných uživatelů DpS. Trénování paměti je obvykle rozděleno do dvou skupin, kdy jedna skupina účastníků tráví čas při této aktivitě v jídelně a druhá skupina dochází do klubovny v 1. poschodí. Doporučený počet účastníků na hodině tréninku paměti se odvíjí od místa a od samotného programu, obvykle je mezi 6-12 jedinci.

Muzikoterapie - zpívání lidových písní

„*Muzikoterapie (terapie hudbou) je forma zvukové terapie, která využívá přitažlivosti rytmického zvuku ke komunikaci, relaxaci a navození pocitu pohody*.“

(Holczerová, Dvořáčková 2013, str. 40). Tato aktivita je v DpS pořádána v obřadní síni v suterénu domova. Za příznivého počasí, zejména v letních měsících, je aktivita prováděna i ve venkovním zahradním altánku. Muzikoterapii vede pracovník dle svých schopností a dovedností. Samotný průběh této aktivity je z velké části ovlivňován i klienty, jelikož si oni sami mohou říci, jaké písně by si rádi zazpívali. Z tohoto důvodu slouží tato forma muzikoterapie, zároveň jako trénink paměti. Uživatelé si při zpívání oblíbených, převážně lidových písní, vybavují texty jednotlivých písní, vzpomínají na melodii, rytmus atd. Při této aktivitě jsou využívány různé hudební nástroje, které má domov a jeho uživatelé k dispozici. Na rozdíl od ostatních aktivit zde není omezen počet účastníků.

Kavárnička

Jedná se o společenská setkání a posezení uživatelů sociální služby DpS ve Světlé nad Sázavou, spojené s pohoštěním a poslechem živé hudby. Při tomto setkání

hrají k poslechu senioři z DpS. „*Ke kávě nám již zahrál tradičně pan Černý v doprovodu a pan Somberk.*“ (Slunečnice – zimní číslo 2014). Při Kavárničce se seniorům podává káva, zákusky, chlebičky a jiné drobné občerstvení.

Univerzita slunečního věku

Podle informačního materiálu Univerzita slunečního věku (rok neuveden), se jedná o vzdělávací cyklus 11 přednášek (od ledna do listopadu), který je pojmenován podle symbolu Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou, tedy „Slunečnice“. Tato varianta klubu seniorů je pořádána již od roku 2007, kdy vedení Sociálního centra města reagovalo na zvyšující se zájem o aktivity a další vzdělávání nejen z řad klientů Domova pro seniory, ale i široké seniorské veřejnosti. Konkrétní přednášky jsou na témata, o která senioři sami projeví zájem a na která poté personál DpS má možnost zajistit přednášející. Tito přednášející jsou jak z řad odborníků, tak i laické veřejnosti.

Účast na přednáškách je zcela dobrovolná a senioři se nemusí bát případných neúspěchů, či zkoušení jako ve škole. Záleží jen a jen na nich, jak s nově nabitými znalostmi a zkušenostmi naloží. Cílem celého cyklu je obohacování duševna seniorů získávání nových obzorů a znalostí, ale i připomenutí skutečností, které již jedinec zapomněl. „*Vzdělávací činnost klubu seniorů má široký záběr, edukační aktivity na úrovni těchto klubů mají zpravidla zájmový a jednorázový charakter – jedná se o přednášky, besedy, poznávací zájezdy, návštěvy divadel, koncertů, výstav, relaxační cvičení apod.*“ (Špatenková, Smékalová 2015, str. 99).

Účastnit se přednášek mohou všichni senioři, kteří mají o tuto formu vzdělávání zájem. Na jednotlivé přednášky docházejí nejen uživatelé domova, ale také např. klienti pečovatelské služby, členové Klubu důchodců ve Světlé nad Sázavou a ostatní senioři ze široké veřejnosti Světlé nad Sázavou a blízkého okolí. Tohoto cyklu se účastní i senioři z Ledče nad Sázavou. Zakončení každého ročníku Univerzity slunečního věku se koná vždy v prosinci, kdy absolvent při slavnostním zakončení obdrží diplom a medaili od Sociálního centra města Světlá nad Sázavou a sborník, který obsahuje stručný přehled uskutečněných přednášek.

3.4 Shrnutí kapitoly

V poslední kapitole teoretické části mé práce jsou uvedeny aktivizační programy využívané v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou. Při popisování těchto jednotlivých aktivit jsem se pokusil uvést jejich stručnou charakteristiku, vymezit potřeby pro jejich uskutečnění, uvádím, a na co je třeba brát zřetel při jejich realizaci. V průběhu mé praxe v domově jsem měl možnost se osobně zúčastnit některých aktivit a na základě těchto získaných zkušeností, mohu konstatovat, že čas a práce, jež jsou těmto činnostem věnovány, mají bezpochyby smysl a jsou seniory velmi pozitivně vnímány.

4 METODICKÁ ČÁST

V této kapitole vymezím hlavní cíl výzkumu a následující dílčí výzkumné cíle. Dále zdůvodním zvolený typ výzkumu, jeho strategii, charakterizují zvolený nástroj sběru dat a zvolený výzkumný soubor. Také ve stručnosti charakterizují své informanty a v závěru kapitoly bude popsána organizace mého výzkumného šetření.

Tato část mé bakalářské práce přímo navazuje na část teoretickou, kde byly vymezeny a popsány klíčové pojmy samotné práce. Tedy: sociální služby, Domov pro seniory jakožto pobytová služba, specifikace Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou, charakteristika aktivizačních programů a konečně i nabízené spektrum aktivizačních programů v DpS ve Světlé nad Sázavou.

4.1 Stanovení hlavního cíle, hlavní výzkumné otázky a dílčích výzkumných otázek

Hlavním cílem mého výzkumného šetření je **„zjistit, jaký mají význam aktivizační programy pro zkvalitňování pobytu uživatelů sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou z pohledu samotných uživatelů a sociálních pracovníků DpS.“**

V práci se zajímám o to, zda aktivizační programy probíhají dle představ vybraných uživatelů a jaký jim jednotliví uživatelé přiřkládají význam. Dále sleduji, zda je nabídka aktivizačních programů v tomto DpS dostačující a zda oslovení uživatelé nějaké činnosti v nabízeném spektru aktivit postrádají, nebo by je jen chtěli změnit. V neposlední řadě mě zajímá, co motivuje seniory k účasti na nabízených aktivizačních programech.

Z výše uvedeného hlavního cíle jsem se rozhodl transformovat hlavní výzkumnou otázku, tedy: **Jaký význam mají aktivizační programy pro zkvalitňování pobytu uživatelů sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou z pohledu uživatelů služby a sociálních pracovníků DpS?** Dále jsem se rozhodl vymezit následujících pět dílčích výzkumných otázek (DVO).

DVO 1: Mají uživatelé sociální služby dostatečné informace o nabízených aktivizačních programech?

První výzkumnou otázkou zjišťuji, zda mají oslovení uživatelé dostatečné informace o všech aktivitách, které jsou jim ze strany DpS nabízeny a jakým stylem se o nabízených aktivitách dozvídají.

DVO 2: *Jaký mají uživatelé sociální služby vztah k nabízeným aktivizačním programům, jaký druh aktivit preferují a podle čeho si tyto aktivity vybírají?*

Druhou výzkumnou otázkou zjišťuji, jaký mají uživatelé sociální služby vztah k nabízeným aktivitám. Dále zjišťuji, o jaké činnosti vybraní senioři projevují největší zájem a podle jakých kritérií si konkrétní aktivity, jichž se následně účastní, vybírají.

DVO 3: *Co motivuje uživatele sociální služby k účasti na nabízených aktivitách?*

Prostřednictvím této dílčí výzkumné otázky se snažím zjistit, co seniory motivuje k účasti na nabízených aktivitách a jakého množství aktivit se během týdne účastní. Dále se pokouším zjistit, zda je spektrum nabízených aktivit dostačující, s ohledem na vyplnění jejich volného času, a také zda existují činnosti, či aktivity, které v nabízeném spektru postrádají.

DVO 4: *Co seniorům přináší účast na vybraných aktivitách?*

Touto dílčí výzkumnou otázkou zjišťuji, jaký má aktivizace přínos pro samotné uživatele sociální služby a zda během trávení času na nabízených aktivitách senioři navazují nebo upevňují společenské kontakty a postavení. Dále se také zajímám, co od účasti v nabízených aktivitách očekávají.

DVO 5: *Jak hodnotí význam aktivizačních programů v DpS sociální pracovnice?*

Pátou výzkumnou otázkou zjišťuji, jaký význam má dle sociálních pracovnic aktivizace pro uživatele sociální služby a jaký dle nich mají uživatelé zájem o nabízené aktivizační programy. Dále se také snažím zjistit, jak z pohledu sociální pracovnice projevují uživatelé zájem o účast na nabízených aktivizačních programech a co je k těmto aktivitám motivuje.

4.2 Operacionalizace výzkumných otázek

Tabulka 1 : Operacionalizace výzkumných otázek

Výzkumná otázka	Výzkumná technika	Informant	Podotázky
DVO 1	Polostrukturovaný rozhovor	Uživatel sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou	1) Máte dostatečné informace o nabízených aktivizačních programech ve vašem domově? 2) Jakým způsobem se o nabízených aktivitách dozvídáte?
DVO 2	Polostrukturovaný rozhovor	Uživatel sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou	3) Jaký máte vztah k nabízeným aktivitám? 4) Podle čeho si vybíráte aktivity, kterých se účastníte? 5) Jaké aktivity máte nejraději a o které máte největší zájem?
DVO 3	Polostrukturovaný rozhovor	Uživatel sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou	6) Co Vás motivuje k účasti na nabízených aktivitách? 7) Kolika aktivit týdně se účastníte? 8) Je množství nabízených aktivit dostačující?

			9) Jsou aktivity, které Vám domov nenabízí, ale Vy byste o ně měl(a) zájem?
DVO 4	Polostrukturovaný rozhovor	Uživatel sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou	10) Jaký pro Vás mají nabízené aktivity přínos? 11) Našel/ našla jste díky aktivizačním programům nové přátele? 12) Co očekáváte od účasti na těchto aktivitách?
DVO 5	Polostrukturovaný rozhovor	Sociální pracovnice Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou	13) Jaký význam podle Vás mají aktivizační programy pro uživatele sociální služby DpS? 14) Jak byste hodnotila zájem uživatelů o nabízené aktivity? 15) Co podle Vás motivuje uživatele k účasti na nabízených aktivitách?

4.3 Charakteristika výzkumného souboru

Osoby, s nimiž byl veden polostrukturovaný rozhovor, jsem si pro účely výzkumu označil jako informanty a pro přehlednost jsem je zanesl do tabulky, kterou uvádím na konci kapitoly. Mého výzkumu se účastnilo celkem 13 informantů. **10 uživatelů sociální služby a 3 sociální pracovníce.**

Domov pro seniory ve Světlé nad Sázavou jsem si pro svou bakalářskou práci vybral z důvodu místní znalosti, znalosti samotného města Světlá nad Sázavou, některých uživatelů sociální služby DpS a zástupců personálu zmiňovaného domova. DpS ve Světlé nad Sázavou má kapacitu pro 115 uživatelů a k 31. 10. 2015 bylo v domově 35 mužů a 78 žen. **Mého výzkumu se zúčastnily 3 sociální pracovníce a deset uživatelů sociální služby Domova pro seniory – 8 žen a 2 muži.** Výběr informantů byl volen po předchozí domluvě a s doporučením vedoucí přímé péče (sociální pracovníce) a vybraní jedinci museli splňovat mnou stanovená kritéria. Základním předpokladem byla schopnost a ochota se na mém výzkumu podílet a spolupracovat při rozhovorech. Dalším kritériem výzkumu byla délka pobytu v DpS. Informanti museli pobývat v DpS ve Světlé nad Sázavou déle než 12 měsíců, aby bylo zaručeno, že mají dostatečný přehled o nabízených aktivitách v průběhu týdne, měsíce, potažmo celého kalendářního roku. Posledním kritériem byla jejich mobilita. Z pohledu zdravotního stavu byly do výzkumu zařazení uživatelé mobilní a částečně mobilní.

Pro přehlednost jsou v níže uvedených tabulkách rozdělení uživatelé DpS dle věku, pohlaví, délky pobytu v DpS a mobility a sociální pracovníce dle délky pracovního poměru v DpS a pracovní pozice. Pro potřeby dalšího výzkumu budou informanti uživatelé sociální služby DpS označováni **Informant 1 – Informant 10** a sociální pracovníce **SP 1 – SP 3.**

Tabulka 2 : Identifikace informantů - uživatelů sociální služby DpS

Informant – pořadové číslo	Věk informanta (v letech)	Pohlaví	Délka pobytu informanta (v letech)	Mobilita informanta
Informantka 1	84	žena	2	mobilní
Informantka 2	72	žena	2	mobilní
Informantka 3	64	žena	12	mobilní
Informantka 4	76	žena	8	mobilní
Informantka 5	82	žena	5	mobilní
Informantka 6	74	žena	14	částečně mobilní
Informant 7	88	muž	6	mobilní
Informant 8	93	muž	5	částečně mobilní
Informantka 9	85	žena	8	mobilní
Informantka 10	83	žena	2	mobilní

Tabulka 3 : Identifikace informantů - sociálních pracovníc

Informant – pořadové číslo	Délka prac. poměru informanta (v letech)	Pracovní pozice
Informantka - SP 1	13	vedoucí přímé péče – sociální pracovnice
Informantka - SP 2	6	sociální pracovnice
Informantka - SP 3	9	nepedagogický pracovník v oblasti aktivizačních programů

4.4 Volba výzkumné strategie

Pro výzkumné šetření mé bakalářské práce jsem zvolil strategii kvalitativního výzkumu. *„Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění založen na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.“* (Hendl 2005, str. 50). Předností kvalitativního výzkumu je dle zmíněného autora skutečnost, že během samotného výzkumu je možné operativně výzkumné otázky modifikovat, upravovat, či dle potřeb výzkumu doplňovat. Tyto změny lze provádět jak v průběhu výzkumu, tak i ve stádiu sběru dat a jejich následné analýze. Z těchto důvodů je kvalitativní výzkum považován za pružný typ výzkumu.

Jako výzkumný nástroj pro sběr dat jsem zvolil polostrukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Tuto formu získání potřebných informací jsem zvolil zcela záměrně, neboť si myslím, že je při navazování kontaktu a při následném dialogu s jedincem, nejvhodnější a zároveň nejcitlivější. V tomto případě dávám přednost otevřeným otázkám, oproti dotazníkovému šetření, jelikož má mnou oslovený jedinec možnost na kladené otázky odpovídat mnohem obsáhleji a bez možných pocitů svázanosti. Švaříček a Šed'ová (2007, str. 65) k tomuto uvádějí, že *„právě schopnost získávat nové a nepředpokládané informace je pokládána za jednu z hlavních deviz kvalitativního výzkumu“*.

Otázky které byly informantům z mé strany kladeny, jsem se snažil vytvářet krátké a srozumitelné, neosobního charakteru a aby bylo možné na všechny otázky snadno odpovědět.

4.5 Organizace výzkumného šetření

Prvotním krokem pro uskutečnění samotného výzkumu bylo mé setkání s ředitelkou Sociálního centra města Světlá nad Sázavou a sociálními pracovníci, které proběhlo dne 9. 11. 2015. Zde jsem zmíněné osoby seznámil s organizací mého výzkumného šetření a společně byly dohodnuty parametry a pravidla následných setkání a rozhovorů s vybranými uživateli – informanty. Podle Mühlpachra (2004) by se měl sociální pracovník pokusit navodit příznivé prostředí, vhodně volit neverbální chování a postupně ve vedeném rozhovoru přecházet od méně závažných témat k tématům těžším a problémovým. Témata musí být vždy hierarchicky

posloupně řazena. Sociální pracovník by měl seniorům pečlivě naslouchat, dbát na své emoce a v rozhovoru nespěchat a přizpůsobit svůj jazyk znalostem a schopnostem seniora.

Vlastní rozhovory jsem při osobním setkání realizoval v termínu od 10. 11. 2015 do 12. 11. 2015. Přípravnou částí každého šetření s konkrétním informantem bylo naše seznámení a navození příjemného prostředí. Poté jsem se vždy informantů optal, zda souhlasí se samotným výzkumem (souhlas s výzkumem) a s následným využitím získaných dat pro účely mé bakalářské práce. Dále jsem vždy informantům vysvětlil důvody, proč je rozhovor prováděn, jaké je téma mé závěrečné práce a jaký je hlavní cíl celé práce. *„Informovaný souhlas získávaný na počátku výzkumu od všech participantů/ek sice může formálně naplňovat principy etického výzkumu ve smyslu procedurální etiky, nicméně vypovídá jen málo o skutečné informovanosti všech zúčastněných v průběhu výzkumu“* (Hasmanová Marhánková 2013, str. 48) Průběh rozhovorů jsem si vždy nahrával na mobilní telefon se záznamovou aplikací a následně provedl jeho přepis do písemné podoby. Jelikož byl rozhovor veden ve velmi poklidném tempu a často se stávalo, že se odklonil od mé struktury výzkumných otázek, bylo nutné jemně a zdvořile práci se seniorem nasměrovat zpět. Pro další výzkumné účely jsem analyzoval jen klíčové odpovědi na klíčová témata.

4.6 Analýza dat

Podle Hasmanové Marhánkové (2014) jsou analýza a sběr dat navzájem propojeny a neoddělitelně spjaty. Analýza probíhá jak v okamžiku získávání potřebných dat, která jsou následně analyzována, tak i v průběhu procesu jejich produkce. Analýzu zjištěných dat jsem se rozhodl provést na základě metody vytváření trsů. *„Metoda vytváření trsů slouží obvykle k tomu, abychom seskupili a konceptualizovali určité výroky do skupin, např. dle rozlišení určitých jevů, místa, případů atd.“* (Miovský 2006, str. 221). Dle Miovského (2006) by takové skupiny měly vznikat na základě vzájemné podobnosti mezi jednotkami, které jsou identifikovány. Dochází tak ke vzniku obecnějších kategorií, jejich zařazení do určité skupiny nese společné znaky, jakými jsou například opakovatelnost daných znaků, určité charakteristické uspořádání, tematické překrývání nebo prostorový, časový a personální překryv.

Skupinami jsou v mé bakalářské práci myšleny dílčí výzkumné otázky, vycházející z hlavního výzkumného cíle. Následně budou k daným skupinám přiřazeny citace z rozhovorů s jednotlivými informanty, doplněné případnými komentáři. V závěru práce bude následně vyhodnocen hlavní výzkumný cíl.

4.7 Rizika výzkumu

V průběhu výzkumu a především při sběru dat, je potřebné reflektovat etická rizika a s ohledem na validitu výzkumu zvolit vhodnou výzkumnou strategii. Zásady etického výzkumu a etického jednání, při vedení výzkumu, musí dodržovat každý výzkumník. Základním stavebním kamenem pro naplnění etických pravidel, je získání souhlasů s výzkumem od vybraných informantů. **Poučený (informovaný) souhlas** znamená podle Hendla (2005), že se osoba zúčastní studie, nebo výzkumu, jen v případě, že s ním souhlasí.

V mém případě jsem si vždy před započítím rozhovorů s informantem zajistil jeho souhlas s výzkumem, dále souhlas s nahráváním rozhovoru na mobilní telefon se záznamovou aplikací (pro účely pozdějšího přepisu) a informantovi jsem vysvětlil a objasnil, co je cílem výzkumu, jak bude probíhat, jak a k jakému účelu budou zjištěná data použita. Důležitým prvkem bylo ujištění informanta o anonymitě.

Kvalitativní výzkumná strategie má stejně jako každá strategie své přednosti i nevýhody. Předností kvalitativního výzkumu je podle Hendla (2005) například možnost získání podrobných informací o jedinci, skupině, fenoménu atd. Dále možnost zkoumání fenoménu v jeho přirozeném prostředí, a tím pádem i schopnost reagovat na změnu situace a podmínek. Naproti tomu získané informace a znalosti nemusí být použitelné do jiného prostředí, analýza dat je časově náročnější a samotné výsledky mohou být snadněji ovlivněny tím, kdo výzkum provádí, v závislosti na jeho osobních preferencích.

Vzal jsem tedy v potaz možná rizika, která by v průběhu výzkumu mohla mít potencionální vliv na jeho validitu a snažil se je eliminovat z důvodu možného zkreslení výzkumu. Při vedených rozhovorech s informanty jsem usiloval o nestranný a nezaujatý přístup a náhled jak na samotné informanty, tak i na získaná data. Během výzkumu jsem rozhovory, své chování a jednání přizpůsoboval dané situaci a okolnostem.

5 Interpretace výzkumného šetření

V předchozích kapitolách jsem uvedl, že analýzu dat jsem se rozhodl provést metodou vytváření trsů, čímž jsou myšleny dílčí výzkumné otázky. Každý takový celek tvoří jednu podkapitolu a na základě vyhodnocení výzkumných otázek bude následně vyhodnocen i hlavní cíl výzkumu.

5.1 Interpretace DVO 1

Mají uživatelé sociální služby dostatečné informace o nabízených aktivizačních programech?

Domnívám se, že z odpovědí na výzkumné podotázky, jež jsou zahrnuty do DVO 1, bude jasně definována informovanost seniorů o nabízených aktivitách, a to zda seniorům styl předávání informací vyhovuje a postačuje, či nikoliv.

Z rozhovoru s uživateli sociální služby DpS vyplynulo, že úplně všichni oslovení senioři mají informace o nabízených a pořádaných aktivitách. „*To já vim úplně o všem, to já si nic nenechám ujít.*“ (Informantka 1). „*... já navštěvuju všechny, když můžu. A kdy to je, to si přečtu.*“ (Informantka 3). „*Chodím hlavně cvičit a do klubovny a to je furt stejný, to se nemění.*“ (Informantka 10). „*... a do klubovny chodíme téměř ve stejnou dobu, to už musí bejt, aby se něco měnilo, ... mě to tak vyhovuje.*“ (Informantka 4). Případné změny v programu jsou přihlášeným uživatelům na konkrétní aktivitu sdělovány osobně „*Když se třeba změní čas, tak ony nám to holky (soc. prac.) řeknou, to jó.*“ (Informantka 9). „*Dneska odpoledne se jede na zámek, taky jsem se přihlásil. Zrovna před chvílí tady byla (jméno soc. pracovnice) mi říct, že mám být v jednu na recepci.*“ (Informantka 4).

Informace o nabízených aktivitách jsou seniorům poskytovány formou aktualizovaných nástěnek, které jsou na každém patře. Zároveň je každý den vše navíc vyvěšeno a prezentováno v jídelně před a během snídaně. Na druhou podotázku jakým způsobem se o nabízených aktivitách dozvídají, odpovídali dotazovaní také téměř stejně. „*No to mi máme na chodbě nástěnku a tam si to v klidu přečtem.*“ (Informantka 2). „*... no ano, je na každém patře.*“ (Informantka 1). „*Já chlapče chodím už jenom hrát ty, ty deskovky. A to je furt stejný. Je to napsaný tam vepředu na tabuli.*“ (Informant 8). „*Ráno si ještě přečtu na nástěnce v jídelně, v kolik se s děvčaty sejdeme na klubovně, ... to jen tak pro jistotu, abych nezapomněla.*“ (Informantka 5). Případné další informace o pořádaných akcích, které

nejdou periodické, mají uživatelé zveřejněny na nástěnkách před jídelnou. Jsou to informace týkající se například promítání, Kavárniček, či různých celoročních událostí, jakou jsou velikonoční a vánoční svátky, Mikuláš, Masopust a jiné. „*Nedávno tu byl i Mikuláš s čertem, byl na to u jídelny pověšenej plakát.*“ (Informantka 5). „*Zrovna zítra se bude promítat kino, ... četla jsem, že Pelišky, ... ten film mám ráda.*“ (Informantka 10). „*Když se něco připravuje dlouho dopředu, třeba karneval, tak se o tom mezi náma hodně mluví, vždycky si připravujeme masky, šijeme šaty a kostýmy.*“ (Informantka 1).

5.1.1 Shrnutí

Uživatelé sociální služby DpS ve Světlé nad Sázavou mají dle informací získaných z interview s informanty dostatečné informace o dění v samotném domově a o aktivizačních programech, které jsou plánovány a nabízeny. Získávání potřebných informací je pro ně velmi srozumitelné a případné změny v programu jsou operativně předávány konkrétním seniorům. Prakticky všichni oslovení senioři se řídí informacemi, které jsou prezentovány na nástěnkách v jednotlivých patrech a dále aktuálními informacemi, které jsou jim sdělovány při snídani. V jídelně je také na nástěnce každé ráno vyvěšen denní program, kde jsou velmi srozumitelně rozepsány informace, kde a kdy budou dané činnosti probíhat. Je samozřejmostí, že o dlouhodobě připravovaných událostech, jakou jsou vánoční, nebo velikonoční svátky, různé karnevaly, Masopust a jiné, jsou senioři informováni s dostatečným předstihem. Na tyto události se senioři velmi těší a každoročně si na ně i připravují různé kostýmy a nacvičují program ve formě přehlídek, ukázek, a to i s divadelními prvky.

5.2 Interpretace DVO 2

Jaký mají uživatelé sociální služby vztah k nabízeným aktivizačním programům, jaký druh aktivit preferují a podle čeho si tyto aktivity vybírají?

Domnívám se, že vztah seniorů k aktivizačním programům bude spíše pozitivní, ačkoli jsem si vědom rizik spojených s mobilitou jednotlivých uživatelů. Myslím, že mobilita a současný zdravotní stav bude hrát velkou roli při výběru aktivit, kterých se oslovení informanti budou dále účastnit.

Na otázku vztahovosti k nabízeným aktivitám oslovení senioři odpovídali relativně stejně. „... *myslíte, jestli jsem spokojená? Ale jó, nenudím se a holky* (soc.

pracovnice) *se snaží dělat stále něco nového.*“(Informantka 4). *„... myslím, že je z čeho vybírat.*“(Informantka 10). *„Já myslím, že dobrý. Děvčata pro nás vymýšlejí výlety a furt se něco děje.*“(Informantka 9). *„Jsem ráda mezi lidma, co bych tady taky měla dělat jinýho. Nechci sedět jen tak zbůhdarma na pokoji.*“(Informantka 10). *„... mám ráda křížovky, osmisměrky, doplňování a taky ráda chodím do jídelny na hry s pamětí, ... ráda zapojuju mozkový závity (smích).*“(Informantka 6). *„Hodně jsem chodila na procházky a do klubovny. Ted' už to ale nejde, ... ale když můžu, tak chodím na takový ty hry, kdy si musíme vzpomenout na různý herce, zpěváky, písničky*“(Informantka 6). *„Je mi dobře, když můžu něco dělat s ostatníma, ... už aby ale zase bylo teplo, já sem ráda venku, třeba na zahrádce za domem.*“(Informantka 3). *„To je pravda, holky (soc. pracovnice) se snaží vymýšlet spoustu věcí, ale když je venku sluníčko, hned je to veselejší, posedíme v altánku, zazpíváme si...*“(Informantka 2).

Z rozhovorů s informanty bylo zřejmé, že zásadním ukazatelem pro výběr aktivit, kterých se následně účastní, je fyzická zdatnost a celkový aktuální zdravotní stav. *“Ráda bych šla, ale když já už nemůžu, ... pan doktor říkal, že mám špatný srdíčko, a tak se musím šetřit.*“(Informantka 6). *„No, podle čeho si vybírám, ... jestli mě to baví. Co zmůžu, to udělám, tady dělám papírový kroužky pro ženský a oni z toho potom dělaj takový ty košíčky.*“(Informant 8). Velmi podobné odpovědi jsem získal od seniorek při výrobě keramiky. *„Děláme věci, na kterých se dohodneme s holkama zespodu, ale jak mě začnou bolet oči, tak si musím odpočinout, to víte, jsem už stará bába (smích).*“(Informantka 2). *„Dokud na to vidím a nebolí mě ruce, ... to už potom nejde.*“(Informantka 4). Dalším ukazatelem je dle oslovených seniorů čas, který stráví na dané aktivitě. Ten však úzce souvisí s přicházejícími komplikacemi, které byly již zmíněny. Tedy bolesti očí, rukou, zad apod. *„... chodím taky na Univerzitu. Líbí se mi ty obrázky s přírodou a to povídání. Jen někdy hůř slyším, ale to už asi lepší nebude.*“(Informantka 6). *„Chodila bych klidně na všechno, ale to nejde. Když dlouho sedím u stolu, tak mě začnou bolet záda a musím si na chvíli lehnout.*“(Informantka 5). *„... dopoledne je vždycky nějaký program, potom jdu na oběd a odpoledne si jdu povětšinou lehnout.*“(Informantka 2). *„Udělám tady pro děvčata, co potřebujou a když už mě začnou bolet oči, tak se na chvílku natáhnu, ... vy jste ještě mladej chlapče, ale já si už musím takhle během dne ofrknout.*“(Informant 8).

To, jaké aktivity senioři preferují, závisí samozřejmě na každém jedinci zvlášť. „Každý ráno chodím na cvičení, někdy je to velká sranda.“(Informantka 1). „Tadyle s děvčaty chodíme rády sem na keramiku... a taky do klubovny, na takový ty ruční práce. To mám moc ráda.“(Informantka 3). „Úplně nejradši mám asi Kavárničky, to je takový posezení u kafička... a dostaneme třeba nějaké zákusek, nebo chlebiček a hlavně nám tam hrajou dechovku. Ale je to jenom jednou za měsíc.“(Informantka 9). „Dřív jsem chodila na to, to... soutěžení, kde jsme třeba doplňovali slova do písniček, hádali herce, zpěváky, nebo museli říct co nejvíc slov na nějaký písmeno a tak. Ale já jsem spoustu věcí věděla a hned jsem to vykřikla a tak jsem nebyla moc oblíbená (smích).“ (Informantka 5). „Chodím často do knihovny, rád čtu, víte?“(Informant 8). „... jo a taky hodně čtu noviny, nebo nějaký ty časopisy.“(Informantka 1). „No určitě ranní rozvíčka, moc ráda chodím cvičit... a myslím, že i ostatní tam chodí taky moc rádi.“(Informantka 10).

5.2.1 Shrnutí

Uživatelé sociální služby DpS si dle mého zjištění vytvářejí velmi pozitivní vztah k nabízeným aktivitám. Nabízené spektrum činností je dle jejich reakcí pestré a různorodé a sociální pracovníce se snaží, aby se nabízené činnosti, staly pro uživatele nějakým způsobem zajímavé a nevšední. Mé výzkumné šetření bylo vedeno v zimním období, kdy senioři nemají tolik možností trávit volný čas ve venkovních prostorách domova, jako je altánek, lavičky, zahrádka atd. Někteří uživatelé na tuto skutečnost samozřejmě poukazovali. Potencionální výběr aktivit, kterých se senioři následně účastní, je v první řadě limitován fyzickým stavem samotných uživatelů a dále také časovou dotací na jednotlivé činnosti. I přes tyto limity je dle vyjádření samotných seniorů velmi oblíbenou aktivitou ranní cvičení, pořádané v tělocvičně v suterénu domova. Jak ženská, tak i mužská část výzkumného souboru, zmiňovala jako oblíbené aktivity ergoterapeutického a arteterapeutického zaměření. Dalším zmiňovaným limitujícím prvkem, při výběru možných aktivit, je jejich časová dotace s ohledem na stupňující se únavu, problémy se zrakem, jemnou motorikou atd. Volba aktivit, kterých se uživatelé následně účastní, se tak stává silně individuální. Mezi nejoblíbenější pravidelné činnosti patří již zmíněné ranní cvičení, ergoterapie, provozovaná v modré klubovně, a práce s hlínou – keramika. V letním období dále samozřejmě trávený čas v okolí domova, společná sezení v altánku, často provázená

zpěvem lidových písní a Kavárničky, které jsou v domově organizovány zhruba jednou za měsíc.

5.3 Interpretace DVO 3

Co motivuje uživatele sociální služby k účasti na nabízených aktivitách?

Oslovení senioři zastávají velmi podobný postoj k otázce motivace k účasti na jednotlivých aktivitách. „*Něco dělat musím! ... Jinak bych se zbláznil (smích).*“ (Informant 8). „*Nerada sedím jen tak s rukama v klíně. Když je venku hezky, tak jdu třeba na procházku, ... ono to pak tak hezky uteče.*“ (Informantka 10). „*Proč budu sedět sama na pokoji, když si můžu s někým popovídat. Ráda čtu, nebo koukám na televizi, třeba na pořady o přírodě, ... ale raději jsem mezi lidma.*“ (Informantka 2). „*Holky (soc. pracovnice) furt něco vymýšlejí a to se mi líbí. Jak se začnu nudit, tak sem potom taková protivná, ... to byste viděl.*“ (Informantka 4). Seniorky, které dochází na ergoterapii a arteterapii mimo jiné zmiňují, že další motivací pro jejich účast na těchto aktivitách jsou i výsledné výrobky, na kterých se podílí a jistý druh zábavy. „*Když se nám podaří udělat pěkný věci, to vite, že to člověka potěší.*“ (Informantka 3). „*Proč chodím do klubovny? No přece abych nemusela být pořád na pokoji, a hlavně mě to baví. Vyzvim, co je nového a někdy si i zazpíváme.*“ (Informantka 5).

Z dalších rozhovorů se seniory bylo zřejmé, že množství navštěvovaných aktivit během kalendářního týdne se samozřejmě odvíjí od mobility uživatel, jejich aktuálního psychického rozpoložení a únavy. Mezi seniory je velmi vyhledávané ranní cvičení, které je pořádáno třikrát týdně. „*... v pondělí, ve středu a v úterý chodíme ráno cvičit.*“ (Informantka 2). „*Chodíme tady s děvčaty na keramiku a ta je jenom v úterý.*“ (Informantka 3). „*... no a v modrý klubovně děláme různé věci z látky, třeba takový pytlíky jsme dělali nedávno. Tam chodíme asi tak třikrát týdně.*“ (Informantka 1). Mnoho aktivit je v DpS pořádáno jedenkrát za týden. „*... a taky chodím ve středu po obědě na mši, Pan farář je moc hodnej, že za námi chodí až sem.*“ (Informantka 5). Některé aktivity jsou pořádány jen jednou, či dvakrát za měsíc. Jedná se většinou o akce společenského charakteru, spojené s vyhlásováním výsledků různých soutěží, blahopřání oslavencům, promítání vybraných filmů apod. „*V pátek odpoledne je promítání, ale jenom jednou za čtrnáct dní, ... tenhle pátek se promítají Pelíšky.*“ (Informantka 10). „*... zapomněla bych na Kavárničky, to bejvá tak jednou za měsíc. To máme vždycky třeba černý kafe a zákusek, nebo*

chlebiček.“(Informantka 9). *„Taky jezdím na výlety, minule jsme jely do takovýho muzea u Chotěboře. To bejvá taky tak jednou do měsíce.*“(Informantka 1).

Na otázku, zda je množství a spektrum nabízených aktivit dostačující, odpovídali informanti podobně a ve stejném duchu jako u dílčí výzkumné otázky č. 2. *„Já myslím, že je to dobrý a holky (soc. pracovnice) se opravdu snaží.*“(Informantka 4). *„To víte, je to v lidech. Někdo radši sedí u sebe na pokoji, ale my tady s děvčaty radši něco děláme. A kdo chce něco dělat, vždycky si něco najde... no né?”*(Informantka 2). *„Taky si myslím, že je z čeho vybírat a holky se opravdu snaží, to jóó.*“(Informantka 3).

Na poslední podotázku, týkající se možných aktivit, které by oslovení senioři uvítali, nebo které v nabízeném spektru činností postrádají, jsem dostal jednoznačné odpovědi. Nikdo z Informantů si v daný okamžik nemohl vybavit, či popsat činnosti, které by změnil, nebo které by mu v nabízených programech domova zcela chyběly. *„Nevím, opravdu nevím, co bych tak změnila.*“(Informantka 2). *„Asi né, ... mě se to líbí tak, jak to je.*“(Informantka 9). *„To vám, mladý pane, teďka neřeknu, ... já jsem spokojená.*“(Informantka 5). *„Myslím, že to asi stačí, ... ono navíc skoro stejně není ani čas.*“(Informant 8).

5.3.1 Shrnutí

Z poskytnutých rozhovorů vyplývá, že hlavním motivačním prvkem pro účast oslovených informantů na nabízených činnostech je vyplnění času, který senioři tráví v samotném domově. Pomineme-li čas, který senioři tráví při osobní hygieně, stravování, procedurách spojených s lékařským ošetřením apod., nabízí se relativně široký prostor pro účast na činnostech, které jsou jim ze strany domova nabízeny. Jak bylo výše zmíněno, je na uvážení každého jedince, zda tento čas bude trávit spíše v soukromí, tedy na svém pokoji, či formou krátkých procházek v okolí domova, nebo se zapojí do celospolečenského dění v tomto zařízení. Dalším motivačním prvkem byl u seniorek docházejících na keramický kroužek (práce s hlinou) dobrý pocit z odvedené práce a uchopitelnost výrobků, na jejichž výrobě se podílely.

Množství navštěvovaných aktivit během kalendářního týdne je do jisté míry závislé na aktuálním fyzickém i psychickém stavu každého jedince. Velmi vyhledávané je ranní cvičení, které je pořádáno třikrát týdně, dále ergoterapeutické a arteterapeutické činnosti, které jsou pořádány každý den v odpoledních hodinách.

Dále aktivity které jsou pořádané jen jednou měsíčně, např. Kavárničky. Uživatelé sociální služby DpS dle mého zjištění vnímají velmi pozitivně nabízené spektrum činností, které je poměrně rozmanité a podle vyjádření informantů se sociální pracovnice velmi snaží nabízené činnosti obohacovat o nové prvky. Znovu ale odkazují na většinové mínění uživatelů, kdy je dle jejich slov nabízené spektrum aktivit dostatečně obsáhlé a každý senior má možnost výběru činností, kterých se bude účastnit. Z interview je také zřejmé že by na skladbě nabízených aktivit oslovení senioři nic neměnili a nejsou jim ani známi činnosti, které by aktuálně v nabízených programech postrádali.

5.4 Interpretace DVO 4

Co seniorům přináší účast na vybraných aktivitách?

Na otázku, jaký přínos mají pro oslovené informanty nabízené aktivity, odpovídali oslovení senioři rozdílně, ale všechny odpovědi se vztahovaly ke třem významovým rovinám přínosu nabízených aktivit. První rovinou je snaha o absenci samoty a trávení osobního volného času mezi jinými lidmi - dalšími uživateli sociální služby DpS. „*Ráda chodím mezi lidi.*“ (Informantka 2). „*Nechci sedět jen tak na pokoji a koukat se z okna, ráda si popovídám s lidma a něco nového se dozvim.*“ (Informantka 9). „*Někdy jen tak sedím na klubovně, koukám, co děvčata dělají a jenom tak poslouchám.*“ (Informantka 5). „*Když to jde, tak chodím do klubovny, nebo do jídelny, když se hrajou stolní hry, na cvičení, ... prostě mezi lidmi, abych nebyla sama.*“ (Informantka 3). Druhou rovinou je naplnění potřeby, kdy uživatelé chtějí trávit aktivně svůj volný čas v domově. „*Tady na keramice, se do toho kolikrát tak zaberu, že ani nevnímám, kolik je hodin.*“ (Informantka 3). „*Dělám, co mě baví a na co stačím. Tak nějak mi to potom všechno rychlejc utíká a nenudím se.*“ (Informantka 1). Posledním třetím rozměrem přínosu od navštěvovaných aktivit je materiální a hmatatelné uspokojení z dané činnosti, radost a potencionální úspěch z vlastních výrobků při keramice, či ergoterapii. „*Ono, když nám holky řeknou, že všechny ty věci, co tady na keramice děláme, budou dole vystavený, tak to potěší, no né?*“ (Informantka 4). „*No ano a musím říct, že se to lidem opravdu líbí, ... dokonce to někdy dávaj i navštěvám jako dárky.*“ (Informantka 1). „*... nebo se to různě vystaví po domově.*“ (Informantka 3).

Na otázku, zda informanti našli díky aktivizačním programům nové přátele, nebo zda se v některých jejich vztazích něco zásadního změnilo, jsem obdržel zcela

rozdílné odpovědi. Na jednu stranu někteří senioři hovořili o tom, že se v domově prakticky všichni znají a tudíž se nové vazby prakticky neutvářejí. „*Já myslím, že už se tady prakticky všichni známe, alespoň podle vidění.*“ (Informant 8). „*My se tady s děvčaty známe už dlouho, chodíme sem prakticky ve stejném složení.*“ (Informantka 3). Opakem byly informanti, kteří i přes uzavřenost kolektivu domova, stále vyhledávají nové kontakty a vazby za účelem navázání přátelství, nebo dokonce i partnerského vztahu. „*Když přijde někdo nový, tak ho mezi sebe rády přivítáme, ... to nemusí mít někdo strach.*“ (Informantka 6). „*To víte, holt někdy někdo odejde, jak se říká a pak do domova přijde někdo jiný.*“ (Informantka 5) „*Já jsem tady něco málo přes rok a jsem ráda, že bydlím tady s pani. Docela si rozumíme, ... si myslím.*“ (Informantka 10). „*No, seznámil jsem se tady s (jméno seniorky), ... moc si rozumíme, máme stejné koníčky...*“ (Informant 7).

Očekávání z potencionální účasti seniorů na nabízených aktivitách, na které jsem se dále ptal, byla relativně podobná. Důvody, proč se oslovení informanti účastní nabízených aktivit, jsou zejména vyplnění volného času a snadnější překlenutí případných pocitů samoty, smutku atd. „*... hlavně asi ten čas, když jen tak sedím, tak mi to vůbec neutíká.*“ (Informantka 10). „*Asi to, že nemusím být sama.*“ (Informantka 1). „*Odpoledne se zastaví dcera, nebo i vnučky, ale jinak se ten čas tak vleče, když nic neděláte.*“ (Informantka 5). „*Děláme s děvčaty na keramice pokaždé něco jiného a nového. Někdy teda musíme dodělat, co jsme minule nestihly, ale jinak holky (soc. pracovnice) vždycky vymýšlejí něco nového.*“ (Informantka 2). „*Chodím dolů do jídelny hrát takový ty různé hry, víte? Kolikrát ani nemusím hrát, ale jen tak posedím, podívám se a... a tak.*“ (Informant 8). Od některých aktivit, zejména od ranního cvičení, očekávají někteří jedinci i soutěživost a samozřejmě úspěch a legraci. „*Nakonec cvičení vždycky házíme třeba šipky. Jednou za čas se to pak vyhodnotí a ten, kdo vyhraje, dostane nějakou symbolickou cenu, ... kolikrát je to opravdu sranda (smích).*“ (Informantka 6). „*Na cvičení je někdy opravdu legrace, sestřičky s námi dělaj kolikrát neskutečný věci, ... to se mi opravdu líbí, je to moc velká legrace.*“ (Informantka 9).

5.4.1 Shrnutí

Čtvrtá dílčí výzkumná otázka se vztahovala k přínosům a očekáváním, které přináší osloveným seniorům účast na nabízených aktivitách. Důležitým očekávaným přínosem je snaha o absenci samoty a aktivní trávení osobního volného času ve

společnosti ostatních uživatelů sociální služby DpS. Ačkoli za uživateli docházejí jejich rodinní příslušníci, zejména v odpoledních hodinách, považují sami senioři za smysluplné aktivně trávený volný čas během celého dne. Dále také hraje velkou roli materiální a hmatatelné uspokojení z odvedené činnosti, v podobě vytvořených výrobků a jejich následného ohodnocení. Z rozhovorů s uživatelkami při keramické dílně jsem zjistil, že uznání a pocit užitečnosti je zde mnohem důležitější než samotná účast na aktivitách. Od účasti seniorů na aktivitách, jakou je např. ranní cvičení, očekávají někteří jedinci mimo jiné i soutěživost, úspěch a legrační situace, které zde nezřídka nastávají. Z vlastní zkušenosti mohu říci, že toto cvičení je vedeno velmi jednoduchou, volnou a nikterak nezatěžující formou a ze strany seniorů se těší opravdu značné oblibě. Při účasti na samotných aktivitách většinou informanti nevytvářejí nové sociální vazby, či vztahy. Důvodem je uzavřenost kolektivu na konkrétních aktivitách a fakt, že se v tomto okruhu lidí již velmi dobře znají. Novým členům se však v žádném případě nevyhýbají a sami se snaží o usnadnění a pomoc při jejich adaptaci do již zaběhnuté skupiny. Takový přístup je dle mého názoru přínosný pro nově příchozí seniory do DpS a usnadňuje proces adaptace jak seniorům samotným, tak i personálu domova.

5.5 Interpretace DVO 5

Jak hodnotí význam aktivizačních programů v DpS sociální pracovníce?

Poslední dílčí výzkumná otázka byla směřována na sociální pracovníce Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou. Rozhovor byl uskutečněn se třemi pracovníci najednou, a to v kanceláři vedoucí přímé péče. Na kladené otázky oslovené pracovníce odpovídaly velmi otevřeně, věcně a korektně. První otázka se týkala významu aktivizačních programů z jejich pohledu, jakožto sociálních pracovníc, a jak tyto programy hodnotí. *„To, že se lidé vlivem úbytku fyzických, nebo psychických sil dostanou do naší péče, přece neznamená, že se o ně přestane rodina a my starat a zajímat. Mají přirozeně právo na plnohodnotný život, ... pokud to samozřejmě tedy jejich zdravotní stav dovoluje“* (SP 1). *„Myslím, že se s nimi snažíme trávit maximum času, aby nedocházelo k situacím, kdy by byli nuceni jen tak sedět na pokojích a nic nedělat.“* (SP 2). *„Naprostá většina nově příchozích lidí do našeho zařízení se zprvu samozřejmě stydí a ostýchá, ... po pár dnech se ale většina z nich rozkouká a naše programy jsou ideální cestou, jak ten přechod z rodinného zázemí k nám lépe zvládnout. Tím ale nechci říct, že se to vždycky samozřejmě*

podarí.“(SP 1). „Myslím, že jistým ukazatelem, jestli mají naše aktivity pro naše klienty pozitivní přínos, je jejich psychický i fyzický stav. Mnoho nových klientů přichází do domova v ně zrovna dobrém stavu. Tím, že zde mají kvalitní lékařskou péči a začnou se aktivně účastnit dění v domově, se mnoho z nich viditelně zlepšilo a to hlavně, jak jsem říkala, po psychické stránce.“(SP 2). „... to je pravda, u někoho to samozřejmě trvá déle, je to silně individuální. Ale když se po nějaký době ohlídnete zpět a srovnáte konkrétního člověka v den, kdy k nám přišel, a pak třeba po třech nebo čtyřech měsících, je to opravdu vidět na první pohled. Pak si myslím, že to, co děláme, prostě má smysl a je to jeden z hlavních důvodů, proč s těmi lidmi pracujeme.“(SP 3).

Druhá podotázka byla zaměřena na hodnocení zájmu o aktivity, které jsou uživatelům nabízeny. „Je to opravdu individuální, ... všechno záleží samozřejmě na jejich zdravotním stavu a na tom, jestli se prostě a jednoduše chtějí těch aktivit účastnit. Máme tady i klienty, kteří mnohem raději tráví čas sami, ve svém soukromí. Zajdou na Kavárničku, nebo na promítání, ale jinak se prostě dalších nabízených aktivit neúčastní.“(SP 3). „Každý si samozřejmě hledá v nabízeném spektru aktivit to své. Někoho baví cvičení nebo aktivity zaměřené na manuální zručnost a někdo si tam jen tak sedne a poslouchá. Občas se zapojí do nějaký debaty, ale jinak jenom pozoruje. I tak je to ale lepší, než aby seděl sám na pokoji.“(SP 1). „Souhlasím, myslím, že tak jako i v jiných zařízeních, které nabízejí a poskytují různé sociální služby pro jakékoli klienty, se vcelku logicky nelze zavděčit všem a u seniorů to platí asi dvojnásob. Myslím ale, že v našich programech mají naši klienti vcelku dostatečný výběr v tom, co by je bavilo, nebo zajímalo.“(SP 2).

Poslední podotázka směřovaná na sociální pracovnice se týkala motivace uživatelů k účasti na nabízených aktivitách? „To je různý, ale hlavním důvodem je podle mě asi samota. Většina obyvatel, kteří se účastní aktivit, jdou samozřejmě proto, aby nebyli sami.“(SP 3). „Důležité je taky o jaké aktivity se jedná, velmi oblíbené je ranní cvičení, a ten kdo může, si ho nenechá ujít.“(SP 2). „O významu aktivit jsme už mluvili, ... nejenom pohytky nebýt sami, ale samotné trávení času v domově je podle mě pro obyvatele moc důležité. Dopoledne a čas po obědě je vyplněn programy z naší strany, odpoledne dochází za klienty návštěvy, nebo jdou oni sami ven, nakoupit si, nebo se jen projít a tak.“(SP 1). „Přesně tak, každý všední

den je vyplněn naplánovaným programem, ... snažíme se, aby se maximum obyvatel, do těchto programů zapojovalo a odpoledne pak každý trávil čas po svém.“(SP 2).

5.5.1 Shrnutí

Poslední dílčí výzkumnou otázkou jsem zjišťoval, jak hodnotí význam aktivizačních programů v Domově pro seniory sociální pracovníci. Sociální Ty mají na tuto problematiku podobný náhled jako oslovení senioři, a to zejména v oblasti vyplnění volného času, který tráví v domově a samozřejmě i vyplnění potencionální samoty. Důležitým prvkem celého aktivizačního snažení ze strany soc. pracovníků je zjištění, že nabízené aktivity bezesporu napomáhají uživatelům při odstraňování případných pocitů nervozity či obav při příchodu do zařízení ze svého domácího prostředí. Velký význam mají tedy aktivity nejenom v procesu adaptace na nové prostředí, ale také v oblasti stabilizace a případného rozvíjení fyzické a psychické kondice. S ohledem na svou praxi v DpS mohu konstatovat, že aktivity, které jsou pro seniory plánovány a připravovány jsou velmi pestré a jsou průběžně obohacovány o nové prvky. Mezi uživateli je o účast na nabízených činnostech velký zájem, to vše samozřejmě s ohledem na mobilitu seniorů. Dle vyjádření sociálních pracovníků je toto vše samozřejmě silně individuální, ale uživatelé, kteří se chtějí nabízených aktivit účastnit, si vždy najdou své oblíbené činnosti a aktivity.

5.6 Závěr výzkumného šetření a doporučení pro praxi

Hlavním cílem výzkumného šetření bylo zjistit, **jaký mají význam aktivizační programy pro zkvalitňování pobytu uživatelů sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou z pohledu samotných uživatelů a sociálních pracovníků DpS.**

Na základě rozhovorů s uživateli DpS bylo zjištěno, že oslovení senioři mají dostatečné informace o aktivizačních programech, které jsou v domově plánovány a nabízeny. Proces získávání potřebných informací o aktivitách a časovém harmonogramu jednotlivých činností je pro ně velmi srozumitelný a prakticky všichni informanti se řídí informacemi vyvěšenými na nástěnkách v jednotlivých patrech a nástěnce v jídelně.

Uživatelé sociální služby DpS si dle mého zjištění vytvářejí velmi pozitivní vztah k nabízeným aktivitám. Spektrum činností a aktivit, jež je seniorům nabízeno, je dle jejich vyjádření pestré, různorodé a programy a skladba aktivit jsou ze strany sociálních pracovníků pravidelně obměňovány a obohacovány o nové prvky. Základním prvkem, který má vliv na výběr aktivit, kterých se senioři následně účastní, je fyzický stav a časová dotace jednotlivých činností. Mezi nejvíce preferované aktivity patří ranní cvičení, dále ergoterapeutické a arteterapeutické aktivity a Kavárnička, která je však v domově organizována jen jednou za měsíc.

Z poskytnutých rozhovorů vyplývá, že motivací pro účast oslovených informantů na nabízených činnostech, je aktivní trávení volného času a je zcela na uvážení každého jedince, jakou formou tento čas bude trávit. Dalším zmíněným motivačním prvkem byl u seniorek docházejících na keramický kroužek dobrý pocit z odvedené práce a uchopitelnost výrobků, na jejichž výrobě se podílely. Množství navštěvovaných aktivit během kalendářního týdne je závislé na aktuálním fyzickém i psychickém stavu každého jedince. Jak jsem již zmiňoval, oblíbenou aktivitou je ranní cvičení, které je pořádáno třikrát týdně. Každý všední den odpoledne jsou v domově pořádány ergoterapeutické a arteterapeutické činnosti a jednou měsíčně např. Kavárnička a promítání. Z interview bylo také zřejmé, že by na skladbě nabízených aktivit oslovení senioři nic neměnili a nebyly ani navrženy žádné činnosti, které by aktuálně ve spektru nabízených aktivit postrádali.

Osloveným seniorům přináší účast na aktivitách zejména překlenutí samoty a také samozřejmě strávený volný čas ve společnosti ostatních uživatelů DpS. Z rozhovorů s uživatelkami, jež se účastní pravidelně keramické dílny, bylo také zřejmé, že je pro ně důležitá i fyzická podoba jejich snažení, dále uznání a pocit užitečnosti. Od další účasti seniorů na vybraných aktivitách očekávají informanti také prvky soutěživosti, úspěchu a samozřejmě relaxaci, či legrační situace, které zde nezdědka nastávají. Při účasti na aktivitách většinou informanti z důvodu uzavřenosti kolektivu, či znalosti dalších seniorů, již nevytvářejí nové sociální vazby, či vztahy. Případným nově příchozím členům, se však v žádném případě nevyhýbají a sami se snaží o usnadnění a pomoc při jejich adaptaci do již zaběhnuté skupiny.

Sociální pracovníce mají na problematiku významu aktivizačních programů podobný náhled jako oslovení seniori. Jako stěžejní, prezentují zejména vyplnění volného času, který uživatelé tráví v domově, a to samozřejmě i s ohledem na vyplnění potencionální samoty. Důležitým prvkem celého aktivizačního snažení ze strany soc. pracovníků je zjištění, že aktivizační programy bezesporu napomáhají seniorům při odstraňování případných pocitů nervozity, či obav při příchodu do Domova pro seniory. Aktivizační programy hrají tedy velký význam nejen v procesu adaptace na nové prostředí, ale také v oblasti stabilizace a případného rozvíjení fyzické a psychické kondice seniorů. Mezi uživateli DpS je o účast na nabízených činnostech velký zájem, ačkoli je toto vše samozřejmě silně individuální. Uživatelé, kteří se chtějí nabízených aktivit účastnit, mají dostatečný prostor a možnosti při výběru svých oblíbených činností a aktivit.

V případě mého výzkumného šetření byla zvolena strategie kvalitativního výzkumu a jako nástroj sběru dat polostrukturovaný rozhovor, s otevřenými otázkami. Tato strategie byla s ohledem na výzkumnou skupinu zvolena zcela záměrně a při získávání potřebných dat se osvědčila jako správná. Při jednotlivých rozhovorech s vybranými seniory, bylo zapotřebí výzkumné otázky operativně modifikovat a doplňovat a někdy se i vracet k předešlým tématům. Tuto pružnost považuji za velkou přednost kvalitativního výzkumu. Dílčí výzkumné otázky byly vytvářeny velmi srozumitelně, neosobního charakteru a tak, aby na ně bylo možné snadno odpovědět.

Závěry mého šetření byly po ukončení výzkumu prezentovány vedení DpS. Pro další praxi byla doporučena následná opatření:

- Sociální pracovníce budou i nadále vytvářet prostor pro nové aktivity a provádět zpětnou vazbu s důrazem na zjišťování spokojenosti seniorů při účasti na nabízených aktivitách.
- Dále se sociální pracovníce budou snažit o maximální zapojení nově příchozích uživatelů pobytové služby Domova pro seniory do celospolečenského dění v zařízení.
- Do volnočasových aktivit by s ohledem na možnosti domova, měly být více zahrnuty Kavárničky.

Závěr

Téma mé bakalářské práce: **System aktivizačních programů v Domově pro seniory ve Světlé nad Sázavou**, jsem zvolil zcela záměrně a to s ohledem na znalost samotného města Světlá nad Sázavou, některých uživatelů sociální služby DpS i personálu zmíněného zařízení. V DpS jsem měl také možnost trávit čas v průběhu své praxe a měl jsem tedy možnost se aktivně účastnit vybraných aktivit, které jsou seniorům nabízeny.

Hlavním cílem mé bakalářské práce bylo: **Popsat a zjistit, jaký význam mají aktivizační programy pro zkvalitňování pobytu uživatelů sociální služby Domova pro seniory ve Světlé nad Sázavou**. V rámci výzkumu bylo dosaženo jak hlavního výzkumného cíle, tak dalších výzkumných cílů. Z výzkumného šetření je zřejmé, že zásadní význam mají aktivizační programy v oblasti trávení volného času. Senioři prostřednictvím účasti na nabízených aktivitách předchází případným pocitům samoty, úzkosti, či dokonce nadbytečnosti a opovržení. Dále je aktivizace velmi přínosná v oblasti udržování a případném zlepšování psychické i fyzické kondice a adaptace jedince na nové prostředí.

Pro své výzkumné šetření jsem zvolil strategii kvalitativního výzkumu a polostrukturované rozhovory s otevřenými otázkami. Devízou zvolené strategie byla možnost osobního kontaktu se seniory, kteří se mého výzkumného šetření účastnili. Měl jsem možnost sledovat respondenty v jejich přirozeném a soukromém prostředí a dle jejich stavu, zájmu a soustředění, operativně volit styl vedení rozhovorů a případné doplňující otázky. Praktická část práce pro mě byla velkým přínosem. Získal jsem cenné zkušenosti v oblasti komunikace s druhými a v oblasti vedení rozhovorů. Zde jsem byl nucen při rozhovorech se seniory využívat prvků verbální a zejména neverbální komunikace, pozorování a naslouchání. Své nedostatky jsem spatřoval zejména v tendenci vstupovat do odpovědí informantů, a v přílišném usměrňování samotných rozhovorů.

Výzkumné šetření také potvrdilo mé předešlé zkušenosti z praxe v DpS. Sociální pracovnice a ostatní personál, jež se podílí na procesu aktivizace, vytváří velmi příjemné a přátelské prostředí v celém domově a tím pádem i v průběhu jednotlivých aktivit. Došel jsem k závěru, že práce s uživateli DpS, v průběhu konkrétních aktivit je na vysoké úrovni. Uživatelé jsou ze strany sociálních

pracovníci motivování k účasti na nabízených aktivitách, mají velmi dobrý přehled o místě, času a organizaci jednotlivých činností a samotné aktivity jsou průběžně obohacovány o nové prvky, dílčí cíle a seniorům je dán dostatečný a náležitý prostor pro rozvoj kreativity, samostatnosti, fantazie atd.

Nemám osobní zkušenost s žádným jiným zařízením, nabízejícím podobné služby, jako Domov pro seniory ve Světlé nad Sázavou. Přesto jsem si jistý, že proces aktivizace jde ve zmíněném domově tím správným směrem.

Seznam použité literatury

1. HASMANOVÁ, MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. 1. vyd. Praha: Slon, 2013. 170 s. ISBN 978-80-7419-152-7.
2. HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.
3. HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. 2. aktual. vyd. Praha: Portál, 2005. 407 s. ISBN 80-736-7040-2.
4. HOLCZEROVÁ, Vladimíra; DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Volnočasové aktivity pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2013. 96 s. ISBN 978-80-247-4697-5.
5. KLEVETOVÁ, Dana; DLABALOVÁ, Irena. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. 202 s. ISBN 978-80-247-2169-9.
6. MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. 328 s. ISBN 978-80-247-3148-3.
7. MATOUŠEK, Oldřich. *Ústavní péče*. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: SLON, 1999. 159 s. ISBN 80-85850-76-1.
8. MATOUŠEK, Oldřich; KODYMOVÁ, Pavla, KOLÁČKOVÁ, Jana, eds. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. 1. vyd. Praha: Portál, 2005. 351 s. ISBN 80-7367-002-X.
9. MATOUŠEK, Oldřich. a kol. *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. 183 s. ISBN 978-80-7367-310-9.
10. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. 1. vyd. Praha: Grada, 2006. 332 s. ISBN 978-80-247-1362-5.
11. MLÝNKOVÁ, Jana. *Péče o staré občany: učebnice pro obor sociální činnost*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. 192 s. ISBN 978-80-247-3872-7.
12. MUŽÍK, Jaroslav. *Profesní vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Wolters Kluwer, 2012. 264 s. ISBN 978-80-7357-738-4.
13. MÜHLPACHR, Pavel. *Sociální práce*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004. 100 s. ISBN 80-210-3323-1.
14. PICHAUD, Clément; THAREAUOVÁ, Isabelle. *Soužití se staršími lidmi: praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. 1. vyd. Praha: Portál, 1998. 156 s. ISBN 80-7178-184-3.
15. RHEINWALDOVÁ, Eva. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 1999. 86 s. ISBN 80-7169-828-8.
16. SLUNEČNICE: *časopis DpS Sociálního centra města Světlá nad Sázavou*. SC SNS, 2014, 2014(4).

17. Sociální centrum města Světlá nad Sázavou. *Domov pro seniory* [online]. 2012 [cit. 2015-10-05]. Dostupné z:
http://www.scsvetla.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=5&Itemid=11.
18. Sociální centrum města Světlá nad Sázavou. *Informační materiál pro zájemce o sociální službu*. SCSNS, rok neuveden.
19. Sociální centrum města Světlá nad Sázavou. *Informační materiál: Souhrn pracovních postupů pro volnočasové aktivity*. SCSNS, rok neuveden.
20. Sociální centrum města Světlá nad Sázavou. *Informační materiál: Univerzita slunečního věku*. SCSNS, rok neuveden.
21. ŠIMÍČKOVÁ, ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 2. nezm. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005. 175 s. ISBN 80-244-0629-2.
22. ŠPATENKOVÁ, Naděžda; SMÉKALOVÁ, Lucie. *Edukace seniorů: Geragogika a gerontodidaktika*. 1. vyd. Praha: Grada, 2015. 232 s. ISBN 978-80-247-5446-8.
23. ŠVARÍČEK, Roman; ŠEĐOVÁ, Klára. a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. 377 s. ISBN 978-80-7367-313-0.
24. TOMEŠ, Igor. *Úvod do teorie a metodologie sociální politiky*. 1. vyd. Praha: Portál, 2010. 439 s. ISBN 978-80-7367-680-3.
25. VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Problematické situace v péči o seniory: příručka pro zdravotnické a sociální pracovníky*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007. 96 s. ISBN 978-80-247-2170-5.
26. VYBÍRAL, Zdeněk. *Psychologie komunikace*. 2. vyd. Praha: Portál, 2009. 319 s. ISBN 978-80-7367-387-1.

Zákony a vyhlášky

1. Česko. Etický kodex sociálních pracovníků ze dne 1. ledna 1995. [online]. [cit. 2016-02-02]. Dostupný z: <http://socialnirevue.cz/item/eticky-kodex-socialnich-pracovniku-ceske-republiky>.
2. Česko. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006, o sociálních službách. *Sbírka zákonů ČR*. [online]. [cit. 2015-09-10]. Dostupný z www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108.
3. Česko. Vyhláška Ministerstva práce a sociálních věcí č. 505 ze dne 15. listopadu 2006, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách. *Sbírka zákonů ČR*. [online]. [cit. 2015-09-10]. Dostupný z www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-505.

Přílohy

Příloha I: Seznam otázek pro rozhovor

Příloha II: Přepsaný rozhovor s Informantkou 9 (uživatelka sociální služby DpS)

Příloha III: Přepsaný rozhovor s SP 1 (sociální pracovnice)

Příloha I: Seznam otázek pro rozhovor

DVO1

1. Máte dostatečné informace o nabízených aktivizačních programech ve vašem domově?
2. Jakým způsobem se o nabízených aktivitách dozvídáte?

DVO2

3. Jaký máte vztah k nabízeným aktivitám?
4. Podle čeho si vybíráte aktivity, kterých se účastníte?
5. Jaké aktivity máte nejraději a o které máte největší zájem?

DVO3

6. Co Vás motivuje k účasti v nabízených aktivitách?
7. Kolika aktivit týdně se účastníte?
8. Je množství nabízených aktivit dostačující?
9. Jsou aktivity, které Vám domov nenabízí, ale Vy byste o ně měl(a) zájem?

DVO4

10. Jaký pro Vás mají nabízené aktivity přínos?
11. Našel/ našla jste díky aktivizačním programům nové přátele?
12. Co očekáváte od účasti na těchto aktivitách?

DVO5

13. Jaký význam podle Vás mají aktivizační programy pro uživatele sociální služby DpS?
14. Jak byste hodnotila zájem uživatelů o nabízené aktivity?
15. Co podle Vás motivuje uživatele k účasti na nabízených aktivitách?

Příloha II: Přepsaný rozhovor s Informantkou 9

- uživatelka soc. služby DpS

- 1. Máte dostatečné informace o nabízených aktivizačních programech ve vašem domově?**
„Já myslím, že ano. Já chodím teda na cvičení a to je vždy v pondělí, ve středu a v pátek. A taky chodím hrát do jídelny společenské hry. No, a když se třeba změní čas, tak ony nám to holky (soc. prac.) řeknou, to jó.“
- 2. Jakým způsobem se o nabízených aktivitách dozvídáte?**
„Máme u nás na chodbě nástěnku a tam si můžu všechno přečíst. A taky je v jídelně na nástěnce napsaný, jaký dnes budou kroužky a tak.“
- 3. Jaký máte vztah k nabízeným aktivitám?**
„Já myslím, že dobrý. Děvčata pro nás vymýšlejí výlety a furt se něco děje.“
- 4. Podle čeho si vybíráte aktivity, kterých se účastníte?**
„No jestli mě to baví! A Jsem taky ráda mezi lidma.“
- 5. Jaké aktivity máte nejraději a o které máte největší zájem?**
„Úplně nejradši mám asi kavárničky, to je takový posezení u kafíčka a dostaneme třeba nějaké zákusek, nebo chlebiček ... a hlavně nám tam hrajou dechovku. Ale je to jenom jednou za měsíc.“
- 6. Co Vás motivuje k účasti v nabízených aktivitách?**
„No, jak jsem už říkala, ráda chodím mezi lidi. Taky mi potom líp utíká čas, když něco dělám.“
- 7. Kolikrát týdně se účastníte?**
„No, ráno chodím cvičit, to je v pondělí, ve středu a v pátek. Jo a vždycky, když se něco děje u nás klubovně, tak jdu s ženskejma něco vyrábět. Vidíte a zapoměla bych na Kavárničky, to bejvá opravdu jen jednou za měsíc.“
- 8. Je množství nabízených aktivit dostačující?**
„Já myslím, že ano. Holky (soc. pracovnice) se opravdu snažej. Každý den je na nástěnce napsaný co se ten den pořádá, kam se pojedou a tak.“
- 9. Jsou aktivity, které Vám domov nenabízí, ale Vy byste o ně měl(a) zájem?**
„Asi né, mě se to líbí tak jak to je.“

10. Jaký pro Vás mají nabízené aktivity přínos?

„Nechci sedět jen tak na pokoji a koukat se z okna. Ráda si popovídám s lidma a něco novýho se dozvim. Tady s pani chodíme do klubovny a na cvičení. To víte, člověk se musí taky hejbat ... dokud to jde.“

11. Našel/ našla jste díky aktivizačním programům nové přátele?

„Už tady sem nějaký ten pátek ... a nový lidi potkávám tak nějak všude“

12. Co očekáváte od účasti na těchto aktivitách?

„Na cvičení je někdy opravdu legrace, sestřičky s námi dělaj kolikrát neskutečný věci ... to se mi opravdu líbí, je to sranda.“

Příloha III: Přepsaný rozhovor se SP 1

- sociální pracovnice

1. Jaký význam podle Vás mají aktivizační programy pro uživatele sociální služby DpS?

„To, že se lidé vlivem úbytku fyzických, nebo psychických sil dostanou do naší péče, přece neznamena, že se o ně přestane rodina a my starat a zajímat. Mají přirozeně právo na plnohodnotný život ... pokud to samozřejmě tedy jejich zdravotní stav dovoluje.“

„Naprostá většina nově příchozích lidí, do našeho zařízení, se zprvu samozřejmě stydí a ostýchá. Po pár dnech se ale většina z nich rozkouká a aktivizační programy jsou ideální cestou, jak tento přechod z rodinného zázemí k nám, lépe zvládají. Tím neříkám, že se to vždy samozřejmě podaří.“

2. Jak byste vyhodnotila zájem uživatelů o nabízené aktivity?

„Každý si samozřejmě hledá v nabízeném spektru aktivit to své, někoho baví cvičení, nebo aktivity zaměřené na manuální zručnost a někdo si tam jen tak sedne a poslouchá. Občas se zapojí do nějaký debaty, ale jinak jenom pozoruje. I tak je to ale lepší, než aby seděl sám na pokoji.“

3. Co podle Vás motivuje uživatele k účasti na nabízených aktivitách?

„O významu aktivit jsme už mluvili ... nejenom pohnutky nebýt sami, ale samotné trávení času v domově je podle mě pro obyvatele moc důležité. Dopoledne je vyplněno programy z naší strany, pak je oběd a odpoledne dochází za klienty návštěvy, nebo jdou oni sami ven ... nakoupit si, nebo se jen projít a tak.“