

**Univerzita Palackého v Olomouci**

**Filozofická fakulta**

Katedra sociologie andragogiky a kulturní antropologie

**VOLNOČASOVÉ AKTIVITY PRO OSOBY S TĚLESNÝM  
A MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM V POBYTOVÉM  
ZAŘÍZENÍ**

LEISURE ACTIVITIES FOR PEOPLE WITH PHYSICAL AND MENTAL  
DISABILITIES IN A RESIDENTIAL FACILITY

Bakalářská diplomová práce

**Veronika Kobzová**

Vedoucí bakalářské diplomové práce: Mgr. Jitka Doležalová

Olomouc 2015

Autorské prohlášení:

Prohlašuji, že jsem tuto práci vypracovala samostatně a uvedla v ní veškerou literaturu a ostatní zdroje, které jsem použila.

V Olomouci dne 28. 3. 2015

---

Veronika Kobzová

## **Poděkování**

Děkuji vedoucí mojí bakalářské práce p. Mgr. Jitce Doležalové za pomoc a podporu při psaní této práce. Dále bych chtěla poděkovat zaměstnancům zařízení Nové Zámky PSS za čas, který mi věnovali při získávání dat a informací.

## Obsah

Úvod.....	6
1. Vymezení odborných pojmů k dané problematice.....	7
1.1. Mentální postižení.....	7
1.1.1. Klasifikace mentální retardace podle WHO.....	8
1.2. Tělesné postižení .....	10
2. Volnočasové aktivity.....	13
2.1. Volný čas.....	13
2.2. Využití volného času u osob s mentálním postižením.....	15
2.2.1. Terapeutické přístupy.....	16
2.3. Faktory ovlivňující volnočasové aktivity poskytované v rámci ústavní péče ...	19
2.4. Vzdělávací charakter volnočasových aktivit.....	21
3. Pobytové zařízení pro osoby s tělesným a mentálním postižením Nové Zámky - poskytovatel sociálních služeb .....	22
3.1. Struktura zařízení.....	23
3.2. Cíle zařízení.....	25
3.3. Poskytované služby.....	26
4. Nabídka a popis volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky - poskytovatel sociálních služeb .....	28
4.1. Pracovní dílny a aktivizace - Nové Zámky.....	28
4.2. Pracovní dílny - Červenka .....	32
4.3. Aktivizační skupina Litovel.....	33
4.4. Snoezelen Nové Zámky.....	34
5. Kvalifikační a osobnostní předpoklady pro poskytovatele volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb .....	36
6. Pravidla dalšího vzdělávání poskytovatelů volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb .....	39
7. Návrh optimalizace volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb .....	44
7.1. Rozšíření celkové nabídky .....	44
7.2. Optimalizace dosavadní nabídky volnočasových aktivit .....	46
7.3. Optimalizace dalšího vzdělávání poskytovatelů volnočasových aktivit .....	48
Závěr.....	51

Seznam použité literatury.....	52
Seznam zkratk.....	54
Přílohy.....	55
Anotace.....	71

*„Není málo času, který máme, ale mnoho času, který nevyužijeme“*

**Lucius Annaeus Seneca**

## **Úvod**

Čas je mnohdy cennější než si myslíme a musíme s ním zacházet s rozvahou, protože nelze vrátit zpět. Zvolit si, jak jej trávit, není vůbec jednoduché a jsou skupiny, které mají rozhodování oproti ostatním stížené. Jednou nemalou skupinou jsou osoby znevýhodněné zdravotním postižením. To, co je pro běžného člena společnosti naprosto běžné a samozřejmé, může pro tyto osoby znamenat velkou překážku, která je pro ně těžce zdolatelná. Jedná se například o začlenění se do společnosti, do pracovního procesu, či vzdělávání. Velkou roli v jejich životě také hraje aktivně využitý „*Volný čas*“, který jim nabízí možnost získání potřebných zkušeností pro začlenění se do běžného života.

Téma práce je zaměřeno na výše zmíněný „*Volný čas*“, respektive na volnočasové aktivity pro osoby s mentálním a přidruženým tělesným postižením. Je situováno do konkrétního pobytového zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb (dále jen PSS) s hlavním cílem „*navrhnout optimalizaci volnočasových aktivit pro jeho klienty*“.

Práce je strukturována do sedmi kapitol. První, druhá a třetí je zaměřena, na základě prostudování odborné literatury, na teoretické ukotvení tématu a pojmů s ním souvisejících. Čtenář se zde seznámí s pojmy jako například mentální postižení či volný čas. Kapitola čtyři, pět a šest jsou zaměřeny na popis pobytového zařízení Nové Zámky PSS. S ohledem na prostudování interních materiálů je zařízení popsáno z hlediska jeho struktury, cílů, celkové nabídky volnočasových aktivit, kvalifikačních předpokladů zaměstnanců a dalšího vzdělávání zaměstnanců. V závěru práce, tedy v kapitole sedm, je vypracován návrh optimalizace nabízených volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky PSS z hlediska rozšíření celkové nabídky, optimalizace dosavadní nabídky a optimalizace dalšího vzdělávání jejich poskytovatelů.

## 1. Vymezení odborných pojmů k dané problematice

Vzhledem k zaměření mojí bakalářské práce na pobytové zařízení pro osoby s tělesným a mentálním postižením Nové Zámky, si blíže definujeme pojmy mentální a tělesné postižení.

### 1.1. Mentální postižení

Pojem mentální postižení má v odborné literatuře mnoho vymezení a lze na něj nahlížet a diagnostikovat ho z mnoha perspektiv. Jinak na něj budou nahlížet lékaři, sociologové, sociální pracovníci, psychologové, pedagogové nebo například pracovníci přímé péče. Často není uváděn v literatuře pojem mentální postižení, ale mentální retardace (dále jen MR), ale oba tyto pojmy označují stejnou skutečnost.

Iva Švarcová ve své knize „*Mentální retardace*“ považuje za mentálně retardované jedince, „*u nichž dochází k zaostávání vývoje rozumových schopností, k odlišnému vývoji některých psychických vlastností a k poruchám adaptačních schopností*“.<sup>1</sup> Rozsah těchto aspektů je individuální a odlišná na základě míry a hloubky MR. Příčinou MR je na základě strukturálního poškození mozkových buněk nebo abnormálního vývoje mozku, organické poškození mozku. K takovému poškození neboli k mentální retardaci může dojít v různých vývojových obdobích jedince. Při poškození v období prenatalním, perinatálním nebo časně postnatálním se jedná o MR nazývanou oligofrenie, a v průběhu života jedince jde o demenci.<sup>2</sup>

Jako další definoval mentální retardaci Milan Valenta. „*Mentální retardaci lze vymezit jako vývojovou poruchu rozumových schopností demonstrující se především snížením kognitivních, řečových, pohybových a sociálních schopností s prenatalní, perinatální i časně postnatální etiologií, která obsahuje adaptační schopnosti jedince*“.

<sup>3</sup> Pro srovnání také uvádí v knize „*Mentální retardace*“ definici Světové zdravotnické organizace (WHO), uvedenou v MKN = Mezinárodní klasifikace nemocí, která je aktualizována v poměrně pravidelných intervalech na základě vývoje vědy.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>ŠVARCOVÁ, I., 2011, s. 28.

<sup>2</sup>srov. ŠVARCOVÁ, I., 2011, s. 28.

<sup>3</sup>VALENTA, M., MICHALÍK, J., LEČBYCH, M., a kol., 2012, s. 31.

<sup>4</sup>srov. VALENTA, M., MICHALÍK, J., LEČBYCH, M., a kol., 2012, s. 31.

Většina definic má mnoho společných znaků, které se vzájemně překrývají či doplňují. Uvedené definice mají společný základ ve snížení schopností adaptovat se na sociální prostředí a celkové snížení intelektových schopností jedince. Pojem MR by se také dal volně přeložit jako „*Zpoždění nebo zastavení duševního vývoje*“.<sup>5</sup>

### **1.1.1. Klasifikace mentální retardace podle WHO:**

Mentální retardaci lze také klasifikovat. Nejčastější rozdělení uváděné v literatuře je z hlediska její hloubky. Podle Světové zdravotnické organizace WHO (Světová zdravotnická organizace) ji lze měřit dle odchylky od průměrného inteligenčního kvocientu (dále jen IQ), který byl stanoven na hodnotu IQ 100 a informuje o celkové rozumové úrovni jedince. Aby byl jedinec považován za mentálně retardovaného, nesmí jeho IQ přesahovat hodnotu 70. Pokud je naměřené IQ nižší než 70 je zařazen do jedné z šesti základních kategorií označovaných F70 až F79. Cílem tohoto rozdělení mělo být sjednocení velkého množství klasifikací a vyloučení pojmů jako například debilita, imbecilita nebo idiocie, které byly postupem času vnímány jako nadávka či urážka.<sup>6</sup>

#### **1. F70 lehká mentální retardace**

Jde o nejlehčí formu MR, do které spadá největší skupina jedinců s hodnotou IQ pohybující se v rozmezí 50-69. Do této skupiny je zařazeno 80% postižených z celkového počtu osob, u kterých byla diagnostikována. Nejčastějšími projevy jsou: potíže při teoretické práci ve škole či v zaměstnání, částečné zpomalení řečových schopností, ochuzení řeči o abstraktní pojmy, emoční a sociální nezralost či nestabilita, nebo například poruchy pozornosti. Integrace těchto osob do společnosti bývá velice úspěšná, protože jejich omezení nebývá příliš rozsáhlé. Většina dosahuje úplné nezávislosti v oblasti osobní péče a při hodnotách pohybujících se u horní hranice IQ je lze začlenit do pracovního procesu vyžadujícího spíše praktické než teoretické schopnosti.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup>srov. VALENTA, M., MICHALÍK, J., LEČBYCH, M., a kol., 2012, s. 31.

<sup>6</sup>srov. ŠÍŠKA J., 2005, s. 8-9.

<sup>7</sup>srov. PIPEKOVÁ, J. a kol, 2006, s. 65-66.



## 2. F71 středně těžká mentální retardace

Do této skupiny zařazujeme osoby s hodnotou IQ 35-49 a zahrnuje daleko menší skupinu. Jde o 10% osob s MR. Jejich samostatnost je oproti předchozí skupině značně omezená. Jsou schopni jen velmi zřídka vést samostatný život bez pomoci jiných osob. V pracovním procesu není velká možnost uplatnitelnosti vzhledem k omezení sociální interakce a komunikace, základního trivia (čtení, psaní, počítání), omezení užívání řeči, nebo opožděného chápání. Práce a jednotlivé úkoly pro ně, musí být pečlivě strukturalizovány a pod odborným dohledem, což bývá na běžných pracovních pozicích komplikované, mnohdy i nerealizovatelné. Nejčastější uplatnění nachází v chráněných dílnách, které jsou přizpůsobeny takovýmto potřebám.<sup>8</sup>

## 3. F72 těžká mentální retardace

U těžké mentální retardace se jedná o osoby s hodnotou IQ v rozmezí 20-34 a obsahuje přibližně 5% mentálně postižených. Příznaky se podobají středně těžké mentální retardaci. Jejich projevování je však mnohem výraznější. Jedním z hlavních příznaků je oproti předchozí kategorii porucha motoriky. Jejich vzdělávání je značně omezené, ale včasná vzdělávací a rehabilitační péče může přispět k jejich celkovému rozvoji.<sup>9</sup>

## 4. F73 hluboká mentální retardace

Jedná se pouze o 1% mentálně retardované populace. Naměřené hodnoty IQ jsou menší než 20. Většina osob spadajících do této kategorie má velice omezené pohybové schopnosti (většina jich je imobilní), schopnosti řeči i schopnosti porozumět. Někteří jedinci jsou schopni rudimentální neverbální komunikace (mimika a emoce). Stálý dohled a pomoc jiné osoby při uspokojování základních potřeb je v tomto případě nutností. V rámci vzdělávání je pomocí speciálních metodických postupů rozvíjena motorika, komunikační schopnosti nebo zraková a sluchová orientace, ale to vše pouze na základní úrovni.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> srov. PIPEKOVÁ, J. a kol, 2006, s. 66-67.

<sup>9</sup> srov. ŠVARCOVÁ, I., 2011 s. 39-40.

<sup>10</sup> srov. ŠVARCOVÁ, I., 2011, s. 40.

## 5. F78 jiná mentální retardace

*„Tato kategorie by měla být použita pouze tehdy, když stanovení stupně intelektové retardace pomocí obvyklých metod je zvláště nesnadné nebo nemožné při přidružené senzoričné nebo pro somatické poškození, např. u slepých, hluchoněmých, u jedinců s těžkými poruchami chování, osob s autismem či u těžce tělesně postižených osob“.*<sup>11</sup>

## 6. F79 nespecifikovaná mentální retardace

V případě této kategorie se jedná o případy, kdy je prokázána mentální retardace, ale pro nedostatek informací nelze jedince zařadit do výše uvedených kategorií.<sup>12</sup>

### 1.2. Tělesné postižení

Jako druhý pojem si definujeme tělesné postižení, které je neodmyslitelně spjaté s pohybem.

Pohyb je základní lidskou činností a prostředkem k zabezpečování lidské existence z hlediska základních potřeb nutných pro život. Je také nástrojem pro zabezpečování například přísunu podnětů, informací, zábavy, prožitku, pracovního zabezpečení, sebeobsluhy nebo samostatnosti. *„Pohyb není pouhým pohybem inervovaných svalů, šlach a kloubů, hnutím citů, myšlenek či nálad. Nemá jen lokomoční smysl, není to jen fyziologická, psychofyzická či psychologická záležitost – je to sociální síla motivující lidskou soudržnost a kooperaci na všech úrovních lidské existence“.*<sup>13</sup> Omezení těchto pohybových schopností, pohybových vzorců nebo koordinace pohybů, bývá nejzřetelnějším a nejčastějším rysem tělesného postižení.<sup>14</sup>

V odborné literatuře je za tělesné postižení považováno: *„Tělesná postižení jsou přetrvávající nápadnosti, snížené pohybové schopnosti s dlouhodobým nebo podstatným působením na kognitivní, emocionální a sociální výkony. Řadíme mezi ně vady pohybového a nosného ústrojí, tzn. kostí, kloubů, šlach, svalů a cévního zásobení. Dále pak poškození nebo poruchy nervového ústrojí, pokud se projevují narušenou hybností“.*<sup>15</sup>

---

<sup>11</sup>ŠVARCOVÁ, I., 2011, s. 40-41.

<sup>12</sup>srov. PIPEKOVÁ, J. a kol., 2006, s. 64.

<sup>13</sup>NOVOSAD, L., 2011, s. 37.

<sup>14</sup>srov. NOVOSAD, L., 2011, s. 37-40,85.

<sup>15</sup>RENOTIÉROVÁ, M. - LUDÍKOVÁ, L. a kol., 2003, 2004, s. 212.

Obsahem pojmu jsou také dvě základní skupiny a to osoby s chronickým postižením a osoby s lokomočním (pohybovým) postižením.

V případě **chronického postižení** se jedná obvykle o nevyléčitelné onemocnění a dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav jedince. Z velké míry snižuje kvalitu života člověka a omezuje ho také ve výkonnosti, zátěži, námaze a celkové fyzické aktivitě. Sekundárně v některých případech může tento stav přejít až k degenerativním změnám na nosném a motorickém aparátu. V druhém případě při **lokomočním (pohybovém) postižení** se jedná o omezení hybnosti, špatnou funkci motorické koordinace, která se odvíjí od vývojové vady, orgánové či funkční poruchy hybného aparátu, centrální nebo periferní poruchy inervace či od amputace nebo deformace části motorického systému. Na rozdíl od chronických postižení jsou lokomoční postižení většinou viditelné na první pohled. Takto postižení lidé mají trvale sníženou výkonnost a schopnost v mnoha oblastech lokomoce. V obou případech postižení, bývá kvalita života těchto jedinců výrazně snížena a v nemalé míře ovlivňuje i kvalitu života blízkých osob.<sup>16</sup>

Tělesné postižení lze také klasifikovat. Za základní bychom mohli považovat rozdělení dle období vzniku na vrozené či získané.

### **Základní klasifikace tělesného postižení na vrozené a získané**

Tato oblast vyvolává nespočet diskuzí o tom, které postižení je závažnější a má fatálnější dopady. Dochází k rozporům, zda je horší se s tímto hendikepem již narodit a žít tak od samého počátku s funkční nebo organickou vadou, nebo jej získat v průběhu života, což vyvolá náhlou změnu zdravotního stavu a zásah do života dosavadního. L. Novosad považuje takovéto diskuze za irelevantní, neboť se dle něj pokoušejí porovnávat objektivně neporovnatelné.<sup>17</sup>

#### Vrozené postižení

Takovéto postižení vzniká v období prenatálním, perinatálním nebo časně postnatálním. Mohlo by se zdát, že je vrozené tělesné postižení oproti získanému v některých oblastech v příznivějším postavení, ale není tomu tak. Jedná se zde pouze o odlišný vývoj v oblasti psychiky, sociálního postavení a zdravotního stavu. Již od narození se s přítomností vrozeného tělesného postižení počítá, a díky časovému prostoru lze zvolit vhodné prostředky pro překonávání jeho důsledků a adaptování se na

---

<sup>16</sup>srov. NOVOSAD, L., 2011, s. 87.

<sup>17</sup>srov. NOVOSAD, L., 2011, s. 113.

vzniklou situaci. „*To při určité struktuře osobnosti a realistické výchovné a další podpoře znamená, že takový jedinec autenticky získal a stále získává potřebné zkušenosti, ví, co může od života očekávat, osvojil si určité sociální dovednosti a zvládá jisté sociální role, vytvořil si relevantní sebenáhled, má určitou motivující hodnotovou hierarchii, usiluje o dosažení okolnostem přiměřených cílů a ví, jakých prostředků může využít*“.<sup>18</sup> Takovéto ucelené a adresné podpory se ne vždy dostane každému jedinci.<sup>19</sup>

### Získané postižení

Jedná se o postižení vzniklé úrazem nebo závažnou chorobou již v průběhu života jedince a ten se tímto dostává do situace prudké a náhlé změny zdravotního stavu. Je zde absence možnosti postupné adaptace a tímto se vystavuje zvýšenému výskytu krizových situací. Nečekaný přechod ze „*zdraví v nezdraví*“ znamená zásah do kvality života, do života rodinného, pracovního, zdravotního, sociálního a ve většině případů se neobejde bez odborné pomoci. Dochází zde k náhlé ztrátě pohyblivosti, soběstačnosti, dosavadních jistot, životního plánu, v některých případech ke ztrátě sebekontroly nad procesem vyměšování a to vše způsobuje takto postiženému trauma, na které nebyl připraven.<sup>20</sup>

---

<sup>18</sup>NOVOSAD, L., 2011, s. 113.

<sup>19</sup>srov. NOVOSAD, L., 2011, s. 113-114.

<sup>20</sup>srov. NOVOSAD, L., 2011, s. 114-116.

## 2. Volnočasové aktivity

Pro dosažení stanoveného cíle celé práce, který je „*Návrh optimalizace volnočasových aktivit pro klienty v pobytovém zařízení – Nové Zámky, poskytovatel sociálních služeb*“, jak bylo uvedeno v úvodu, je nezbytně nutné obecně definovat pojem volný čas, objasnit jeho rozdílnost u osob s mentálním postižením a uvést jeho vzdělávací charakter. V kapitole jsou také ukotveny faktory ovlivňující volnočasové aktivity poskytované v rámci ústavní péče, a to z důvodu následného situování cíle práce do pobytového zařízení Nové Zámky PSS viz kapitola 4. a dále.

### 2.1. Volný čas

Co si představit pod pojmem volný čas a volnočasové aktivity? Kdy volný čas máme a jak ho trávíme? Čím je volný čas ovlivňován? To jsou některé otázky, na které se pokusím v této kapitole odpovědět.

Samotné slovní spojení „*volný čas*“ při jeho vyslovení vyvolává příjemné asociace a představujeme si čas, ve kterém se věnujeme tomu, co nás baví, naplňuje, uvolňuje a chceme to dělat dobrovolně. Je to opak doby povinností, ve které vykonáváme vše, co musíme, co je spjato s naší profesí, s chodem domácnosti a s uspokojováním základních biologických potřeb. Někoho mohou povinnosti bavit a naplňovat, a proto mezi těmito dvěma oblastmi není ostrá hranice, která by je od sebe oddělovala.<sup>21</sup>

Pro srovnání je ze sociologického hlediska na volný čas nahlíženo jako na zbytek prostoru dne, který člověku zůstane pro vlastní potřebu. Je to doba bez povinností a každý ji může využít dle vlastního uvážení. Představuje souhrn činností, kterým se jednotlivec věnuje, aby si odpočinul, zotavil, rozvíjel svou informovanost, svou účast ve společenském životě poté, co se uvolnil od pracovních, společenských a rodinných závazků.<sup>22</sup>

Pod pojem volný čas zařazujeme tyto činnosti:

- „*Odpočinek*“
- *Rekreace*
- *Zábava*
- *Zájmové činnosti*

---

<sup>21</sup>srov. PÁVKOVÁ, J. a kol., 1999, s. 11-12.

<sup>22</sup>srov VESELÁ, J., KANIOKOVÁ VESELÁ, P., 2011, s. 139-140.

- *Dobrovolné vzdělávání*
- *Dobrovolná společensky prospěšná činnost*<sup>23</sup>

Do volného času naopak zařadit nemůžeme činnosti zabezpečující lidskou existenci jako je zdravotní péče, spánek, hygiena nebo strava. Existují ale i výjimky jako například příprava pokrmů, která se pro mnohé stala koníčkem a zábavou.<sup>24</sup>

Na volný čas lze nahlížet z mnoha různých hledisek. Ty nezákladnější jsou:

- Ekonomické- zde je důležitá výše společností vloženého kapitálu do zařízení pro volný čas a také to, v jakém množství a jakým způsobem se kapitál vrátí. Jedná se o tzv. průmysl volného času a hlavní myšlenkou je, že odpočínutý člověk podá lepší výkon v zaměstnání. V tržní ekonomice je tento průmysl samostatný, ale mnohdy opomíjí vzdělávací cíle a kultivaci člověka.
- Sociologické a sociálně pedagogické hledisko- tohle hledisko je zaměřené na vliv volného času utvářet mezilidské vztahy a kultivaci člověka. Také je zde věnována pozornost prvkům, které volný čas ovlivňují a jsou jimi například: rodinné prostředí, média, sociální skupiny, sociální vazby, vzdělávací instituce nebo pedagogické vedení.
- Politické hledisko- jedná se o míru zásahu státních orgánů do volného času obyvatelstva. Tento zásah může být v rámci financí (státní zdroje) nebo například funkčního systému (nabídka aktivit).
- Zdravotně hygienický pohled- sleduje především jak lze pomocí volnočasových aktivit podporovat zdravý tělesný i duševní vývoj jedince. Důležitými aspekty zde jsou režim dne, hygiena prostředí a sociálních vztahů, dostatek odpočinkové činnosti, míra rekreačních činností nebo dodržování nočního klidu. Správné využití volného času, pozitivně ovlivňuje zdravotní stav.
- Pedagogická a psychologická hlediska- psychologické hledisko se zabývá tím, do jaké míry volný čas a aktivity v něm vykonávané, přispívají k uspokojování biologických a psychických potřeb. Je zde zapotřebí také brát v úvahu věkové a individuální zvláštnosti. Hledisko pedagogické je zaměřeno na 2 hlavní úkoly, kterými jsou 1. Výchova ve volném čase a 2. Výchova k volnému času.<sup>25</sup>

<sup>23</sup>PÁVKOVÁ, J. a kol., 1999, s. 15.

<sup>24</sup>srov. PÁVKOVÁ, J. a kol., 1999, s. 15.

<sup>25</sup>srov. PÁVKOVÁ, J. a kol., 1999, s. 17-20.

## 2.2. Využití volného času u osob s mentálním postižením

U těchto osob je využití volného času velice specifické a ve většině případů je nutný dozor jiné osoby. Zdravý jedinec se během dospívání a v rámci socializace naučí jak sám správně využívat a trávit volný čas. Mentálně postižení mají tuto dovednost ztíženou svým zdravotním stavem a mnohdy nejsou schopni o svém volném čase rozhodovat samostatně. Jsou ale mezi nimi veliké rozdíly (viz kapitola 1.1.1. klasifikace MR), dokonce větší než v nepostižené populaci. Osoby s lehkou mentální retardací v mnoha případech úspěšně dokončí vzdělání mnohdy i na středoškolské úrovni, získají uplatnění na trhu práce a často založí i vlastní rodinu. Oproti tomu jsou lidé s těžkou mentální retardací, kteří jsou odkázáni v mnoha směrech na pomoc jiné osoby a nejsou schopni samostatného pohybu, komunikaci či zabezpečování základních potřeb. Tyto rozdíly se odráží i ve způsobu trávení volného času, náročnosti, rozsahu, výběru jednotlivých aktivit a také v rozsahu dohledu a pomoci jiné osoby.<sup>26</sup>

Primárně se podílí na organizaci volného času osob s mentální retardací rodina, která postiženému poskytuje emoční stabilitu, pocit bezpečí a jistoty, dostatek podnětů k dalšímu rozvoji a v neposlední řadě i nabídku aktivit. Tato role není významná pouze u dětí, ale i u osob v dospělém věku. Dospělí s mentální retardací bývají často odkázáni na péči a pomoc blízkých, se kterými tráví většinu svého času. V rodinném kruhu mohou vykonávat aktivity jako například vycházky do přírody, sportovní aktivity (plavání), zapojení se do prací zajišťujících chod domácnosti, návštěvy příbuzných, výtvarné činnosti nebo herní aktivity. Pokud není rodina schopna vykonávat tuto primární funkci a starat se o takto postiženého člena, bývá umísťován do pobytových zařízení sociální péče, které mohou být denní, týdenní, celoroční nebo pouze odlehčovací.<sup>27</sup>

Vzhledem na situování cíle práce do pobytového zařízení Nové Zámky PSS, které má charakter celoroční, se dále zaměříme na volný čas klientů, kteří jej využívají. Na klienty je působeno různými výchovnými a vzdělávacími aktivitami, které mohou být zájmové, pracovní, či například sportovní. Všechny činnosti vykonávají dobrovolně a nesmí být pracovníky k nim nuceni. Pokud se kterýkoli z nich rozhodne pro určitý druh aktivity, je to jeho vlastní rozhodnutí a vykonává ji ve svém volném čase. Můžeme

---

<sup>26</sup>srov. ŠVARCOVÁ, I., 2011, s. 13.

<sup>27</sup>srov. ŠVARCOVÁ, I., 2011, s. 164-168.

tedy říci, že se jedná o aktivity volnočasové. Tato výchovná a vzdělávací činnost se skládá z několika složek, kterými jsou<sup>28</sup>:

- výchova rozumová- hlavní cíl: rozvíjení myšlení a poznání
- výchova smyslová- hlavní cíl: rozvíjení funkce všech smyslových analyzátorů
- výchova estetická- působí na citovou estetickou oblast a umožňuje seberealizaci klientů
- výchova tělesná- hlavní cíl: zlepšení tělesné zdatnosti, koordinace, obratnosti a rozvíjení ukázněnosti a samostatnosti
- výchova pracovní- hlavní cíl: získání nových dovedností, návyků a poznatků<sup>29</sup>

### 2.2.1. Terapeutické přístupy

Při realizaci jednotlivých aktivit jsou v praxi využívány různé terapeutické přístupy, které lze obecně vymezit jako cílevědomé působení na osobu, směřující k zmírnění či odstranění nežádoucích potíží a k jisté prospěšné změně. Mohou být aplikovány pomocí jednotlivých terapií nebo pomocí jiných odborných a cílených činností zaměřených na člověka.<sup>30</sup>

V dalším popisu terapeutických přístupů se zaměřím na oblast terapií. Terapie mají dvě funkce **pedagogickou** a **léčebnou**, a uplatňují speciální programy, metody a techniky. Postiženým jedincům zprostředkovávají nové zážitky a zkušenosti, které jim mohou být přínosem v sociálním či pracovním uplatnění. S klienty se pracuje a vybírá se vhodná terapie dle charakteru a druhu jejich postižení (viz kapitola 1.1.1.), dle předpokládaného přínosu terapie, aktuálního psychického a fyzického stavu klienta a jeho vlastních zájmů a přání.<sup>31</sup>

*„Terapie využitelné v péči o osoby s mentálním postižením jsou především činnostního charakteru. To znamená, že ke svým cílům (terapeutickým, formativním, preventivním) primárně využívají speciálních lidských činností (např. hry, psychomotoriky, práce, kontaktu se zvířetem, umění apod.). Činnostní báze zmíněných terapií může být rovněž jistým vodítkem pro jejich klasifikaci. Dle něho se pak dají třídit do následujících základních kategorií zahrnujících:*

- *terapie hrou*

<sup>28</sup>srov. FISCHER, S., ŠKODA, J., 2008, s. 100-101.

<sup>29</sup>srov. FISCHER, S., ŠKODA, J., 2008, s. 101.

<sup>30</sup>srov. VALENTA, M., MÜLLER, O., 2004, s. 125.

<sup>31</sup>srov. VALENTA, M., MÜLLER, O., 2004, s. 125-126.



- *činnostní a pracovní terapie*
- *psychomotorické terapie*
- *terapie s účastí zvířete (zooterapie, animoterapie)*
- *expresivní terapie (arteterapie)*<sup>32</sup>.

### Terapie hrou

Jedná se o terapii založenou na využití hry za účelem změnit chování, myšlení a emoce jedinců tak, aby bylo společensky přijatelné. Je zapotřebí při výběru her počítat se specifickými omezeními jednotlivých osob a ke hře je motivovat. Tato terapie může být prováděna samostatně nebo zakomponována jako součást jiné (dramaterapie, arteterapie...)<sup>33</sup>.

### Činnostní a pracovní terapie

Jde o terapii směřující ke konkrétnímu výrobku a výsledku práce. Daného cíle se dosahuje zejména rukodělnými pracemi s různými materiály (keramická hlína, pedig, dřevo) a nácvikem v oblasti praktického života (cvičné byty). Tento druh terapie bývá nejčastěji v pobytových zařízeních poskytován klientům formou pracovních dílen jak je konkrétně popsáno v kapitole 4.1. a 4.2.<sup>34</sup>

### Psychomotorické terapie

Zaměřují se na tělesnou aktivitu osob s aplikací tělesného pohybu. Do této kategorie lze zařadit například pantomimu, relaxaci, pohybové hry nebo například tanec. V případě tance se jedná o takzvanou taneční či pohybovou terapii, která je zařazena také do kategorie expresních terapií viz níže. Využívá pohybu jako hlavního prostředku k sebeuvědomění, k uvědomění si a vnímání svého okolí a k adaptaci. Působení téhle terapie je záměrné a musí být plánovité.<sup>35</sup>

### Terapie s účastí zvířete

Do této kategorie jsou zařazovány terapie, při nichž dochází ke kontaktu člověka se zvířetem. Nejrozšířenější formou je Kanisterapie a Hipoterapie. V obou případech

<sup>32</sup>VALENTA, M., MÜLLER, O., 2004, s. 126.

<sup>33</sup>srov. VALENTA, M., MÜLLER, O., 2004, s. 126-127.

<sup>34</sup>srov. VALENTA, M., 2011, s. 127-128.

<sup>35</sup>srov. DOSEDLOVÁ, J., 2012, s. 83.

dochází ke psychické stimulaci, rozvoji sociální komunikace a k jisté samostatnosti, nezávislosti a pocitu bezpečí jedince.<sup>36</sup>

### Expresní terapie

Tento druh terapie je založen na umělecké expresi neboli na vyjádření vnitřních pocitů prostřednictvím specifického uměleckého média (kresba, hudba, hra...). Obecně se jedná o terapeutické využití osobitých projevů v rámci umělecké či paraumělecké tvorby. Pod pojem expresivní terapie spadá mnoho terapeutických oblastí, které se dělí dle toho, se kterým druhem umění se pracuje. Jedná se především o dramaterapii, arteterapii, muzikoterapii, teatroterapii, biblioterapii, psychodrama a taneční pohybovou terapii.<sup>37</sup>

Pro účely této práce v návaznosti na cíl postačí, když si blíže definujeme pouze dramaterapii a taneční pohybovou terapii, které budou součástí návrhu optimalizace viz kapitola 7.1. a 7.2.

**Dramaterapie** je v knize „*Psychopedie*“ od autorů M. Valenta a O. Müllera definována jako „*terapeuticko-formativně zaměřená disciplína, v níž převažují skupinové aktivity využívající ve skupinové dynamice divadelních a dramatických prostředků k dosažení symptomatické úlevy, ke zmírnění důsledků psychických poruch i sociálních problémů a k dosažení personálně sociálního růstu a inteligence osobnosti*“.<sup>38</sup> S touto definicí Valenta dále pracuje i v knize „*Dramaterapie*“, která je zaměřená pouze na toto téma.

Pokud se jedná o dramaterapii jako volnočasovou aktivitu určenou klientům pobytového zařízení s diagnostikovanou mentální retardací, měl by být pro dramaterapeutickou intervenci podstatný její stupeň (viz kapitola 1.1.1.) a komunikační a adaptační schopnosti jednotlivých klientů. Před samotným zavedením terapie a jednotlivých terapeutických sezení, musí pracovník, který aktivitu povede, provést několik kroků kterými jsou například: určit cíle (moje cíle ke skupině, cíle skupiny, cíle instituce a cíle k sobě samému), určit místo realizace, model a strukturu terapie a další. Pokud jde o strukturu jednotlivých sezení, měla by být v případě MR pevně stanovena, aby klienti věděli, co mohou očekávat. M. Valenta uvádí šestistupňovou strukturu:

---

<sup>36</sup> srov. VALENTA, M., MÜLLER, O., 2004, s. 130-131.

<sup>37</sup> srov. MÜLLER, O. a kol, 2014, s. 63.

<sup>38</sup> VALENTA, M., 2011, s. 138.

- pozdrav terapeuta se skupinou
- rozcvička, zahřívací cvičení
- otevření hracího prostoru
- nastartování hry
- hlavní část sezení
- uzavření sezení<sup>39</sup>

*„Tanečně- pohybovou terapii můžeme považovat za uměleckou terapii, neboť se při ní pacient vyjadřuje verbálně i neverbálně prostřednictvím specifického média, uměleckého – pohybového. Díky využití uměleckých prostředků dochází k nižší vědomé kontrole projevu emocí uvědomovaných i skrytých, abreakci (odžití emocí), a tím i tedy k prevenci sociálně méně přijatelného jednání.*

*Prostřednictvím tanečně-pohybové terapie pacient lépe poznává své tělo, svůj pohybový styl a jeho souvislost s osobnostními rysy a aktuálním emočním stavem. Dochází k propojení pohybu, atmosféry a emoce a přesného pojmenování. Cílem pohybově-taneční terapie je umožnit člověku jasnější vnímání a orientaci ve vztazích, vztah k sobě samému (porozumění a přijetí sebe sama, otevřené vyjadřování sebe sama)“.*<sup>40</sup>

### **2.3. Faktory ovlivňující volnočasové aktivity poskytované v rámci ústavní péče**

Jedním z nejdůležitějších faktorů je **kvalita samotného ústavu sociální péče**. V dnešní době již existují zařízení s velmi vysokou kvalitou komplexní péče o klienty. Tato zařízení se snaží neustále rozvíjet a zkvalitňovat poskytované služby, do kterých je zahrnuto i trávení volného času klientů. Oproti tomu jsou stále ústavy přiklánějící se k představě, že osobám umístěným v takovémto zařízení, stačí pouze pravidelná strava a bytové zázemí a není třeba na tom nic měnit. V důsledku takového přístupu vzniká u klientů přemíra volného času a to v některých případech vede k jejich neklidu, nekázní, agresivitě nebo v opačném případě k apatii.<sup>41</sup>

Častým problémem vyskytujícím se v ustavní péči bývá také **Hospitalizmus**. Jedná se o adaptaci klienta na umělé stereotypní prostředí ústavu. Klient si navykne, že činnosti, které by mohl zvládat v některých případech i sám, za něj vykonává personál

<sup>39</sup>srov. VALENTA, M., 2011, s. 146-148.

<sup>40</sup>ŠINDELÁŘOVÁ, E., [online].

<sup>41</sup>srov. ŠVARCOVÁ, I., 2011, s. 117.

ústavu. Jde například o praní, žehlení, vaření, úklid, nákup základních potřeb, organizaci pracovních aktivit a také organizování volného času. V takovém případě dochází ke snížení schopností adaptovat se na neústavní prostředí, které je zapotřebí při vykonávání volnočasových aktivit mimo zařízení. Osoby trpící hospitalizmem také často upadají do apatie, což vede ke snížené aktivitě ve volném čase a nechutenství volnočasové aktivity vykonávat.<sup>42</sup>

V ústavní péči se skrývá i mnoho dalších rizik, které volný čas klientů ovlivňují. Je snaha ke každému přistupovat individuálně, ale ve větším počtu osob to vždy není realizovatelné a obyvatelé se musí **neustále přizpůsobovat** potřebám ostatních a režimu celého zařízení. I volnočasové aktivity jsou tímto ovlivněny, protože není možné vyhovět potřebám všech a nabídka je omezená. Dalším rizikem je **absence zkušeností s normálním světem**. Často je to zapříčiněno dřívějším situováním budov určeným k těmto účelům na odlehlá místa co nejdále od ostatní společnosti. Klienti pak mívají zkreslenou představu o běžném světě a jeho fungování, což může vést k nesprávnému pohledu na volný čas.<sup>43</sup>

Nabídka volnočasových aktivit v ústavní péči je závislá na **stupni a rozsahu hendikepu či znevýhodnění** klientů a na **věkové struktuře**. Osobám je poskytována komplexní celodenní péče, která je v případě těžkých kombinovaných postižení jedinou možnou alternativou. Pokud se jedná o lehčí formy, při kterých je jedinec alespoň částečně schopen uspokojovat své základní potřeby, dochází díky komplexnosti péče k prohlubování jeho závislosti na pomoci druhých lidí. Tato závislost vede k omezení iniciativy klienta, ztrátě sebedůvěry, stigmatizaci, k neaktivitě, k nezájmu o volný čas a k mnoha dalším negativním jevům.<sup>44</sup>

Faktorů, které ovlivňují volný čas v ústavní péči je mnoho a v každém ústavu jsou individuální, proměnlivé a v různém rozsahu. Tohle se nemusí týkat všech zařízení. V některých případech mohou hrát roli také **finanční prostředky, prostory určené k trávení volného času, personální struktura, individuální přání klientů** a mnoho dalších.

---

<sup>42</sup>srov. MATOUŠEK, O., 1999, s. 118-119.

<sup>43</sup>srov. MATOUŠEK, O., 1999, s. 118-122.

<sup>44</sup>srov. VALENTA, M., MICHALÍK, J., LEČBYCH, M., a kol., 2012, s. 37.

## 2.4. Vzdělávací charakter volnočasových aktivit

Výchova a vzdělávání je celoživotní proces, do kterého neodmyslitelně patří i volný čas a jeho smysluplné vyplnění volnočasovými aktivitami. Na jejich vzdělávací charakter lze podle autorky J. Pávkové a kol., nahlížet ze dvou perspektiv.

1. Výchova k volnému času
2. Výchova ve volném čase

### Výchova k volnému času

Úkolem výchovy k volnému času je seznámit jedince se všemi nabízenými zájmovými aktivitami. Pomáhá mu se v nich orientovat, získávat zkušenosti a na základě nich si vybrat oblast či zájmovou činnost pro svoje uspokojení a seberealizaci. Vše je založeno na základě dobrovolné volby bez jakékoliv manipulace jinou osobou.<sup>45</sup>

### Výchova ve volném čase

Ve volném čase má každý jedinec prostor pro svobodnou tvořivost, uspokojení, radost, sebevyjádření, seberealizaci, a pokud si správně zvolí a vykonává volnočasovou aktivitu, dochází u něj k vědomému i k nevědomému rozvoji a vzdělávání. „*Volný čas představuje jeden z nejdůležitějších zdrojů osobního, společenského a ekonomického rozvoje a významně přispívá ke kvalitě života*“.<sup>46</sup> Podporuje také zdraví a pohodu.

Volnočasové aktivity rozvíjí hodnoty a postoje u všech, kteří je vykonávají a učí je novým znalostem i dovednostem. Upevňují u nich také pocit jistoty v činnostech již osvojených. Otevírají se jim také nové obzory do budoucího života, které mohou pomoci v mnoha oblastech. Například dobrovolné získávání a doplňování znalostí práce s PC může pomoci k získání pracovní pozice.

---

<sup>45</sup>srov. PÁVKOVÁ, J. a kol., 1999, s. 20-22.

<sup>46</sup>PÁVKOVÁ, J. a kol., 1999, s. 32.

### **3. Pobytové zařízení pro osoby s tělesným a mentálním postižením**

#### **Nové Zámky - poskytovatel sociálních služeb**

V předchozích kapitolách byla práce zaměřena pouze na teoretické ukotvení tématu vzhledem na cíl, kterým je „*navrhnout optimalizaci volnočasových aktivit v pobytovém zařízení*“. Dále se práce bude odvíjet spíše praktickým směrem a téma bude situován do konkrétního pobytového zařízení Nové Zámky PSS, pro které je v závěru návrh optimalizace vypracován.

Hlavní areál celého zařízení se nachází nedaleko města Litovel na okraji lesa Doubrava. Ústav vznikl již v roce 1964 v budově bývalého loveckého zámku s kapacitou 190 míst. Byl určen pouze pro chlapce ve věku 12 do 25 let a byl koncipován jako pracovně výchovný. Roku 1992 získal ústav právní subjektivitu a předmět činnosti se změnil na poskytnutí ubytování, stravy, zajištění zdravotní a výchovně vzdělávací péče a zajištění kulturně zájmového vyžití v rozsahu schopností a možností klientů.

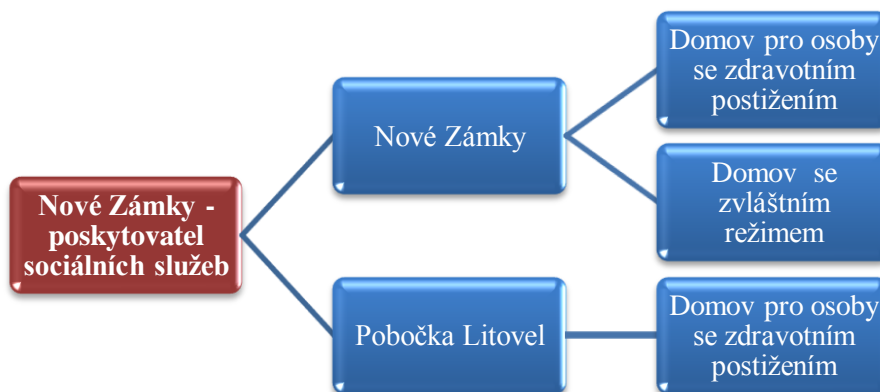
V roce 1994 došlo k rozšíření zařízení o bezbariérovou pobočku ve městě Litovel na ulici Rybníček, s kapacitou 40 klientů (pouze muži). O dva roky později byla ještě zřízena pobočka v Bílsku s charakterem koedukovaného domova určeného pro muže i ženy, s kapacitou 12 osob. Obě pobočky byly v roce 2012 sloučeny. Došlo k přestěhování uživatelů z Bílska do nově zrekonstruované budovy v Litovli a umožnilo jim to lépe využívat služeb města Litovel. Zřizovatelem příspěvkové organizace Nové Zámky PSS (poskytovatel sociálních služeb), je Olomoucký kraj. Hlavním posláním a předmětem činnosti je poskytování služeb a podpory osobám v dlouhodobé nepříznivé životní situaci, způsobené mentálním nebo vícenásobným postižením, které nelze zabezpečit pomocí blízkých osob, nebo terénních služeb.<sup>47</sup>

---

<sup>47</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY [online].

### 3.1. Struktura zařízení

Zařízení je strukturalizováno na hlavní zařízení Nové Zámky, pobočku Litovel a pracovní dílny v Července.



Struktura zařízení Nové Zámky PSS

#### Nové zámky

Jde o ústředí celého zařízení, kterého je součástí domov pro osoby se zdravotním postižením, domov se zvláštním režimem a také vedení celého ústavu. Celková kapacita je 93 uživatelů. Ubytování je pro ně realizováno ve jednolůžkových až čtyřlůžkových pokojích (bydleních) o různých prostorových dispozicích, se sociálním zařízením. Pokoje jsou vybaveny standardním zařízením i soukromým zařízením uživatelů. Jsou zde také společné prostory určené ke stravovacím a společenským účelům, přístupné všem uživatelům.

**Domov pro osoby se zdravotním postižením** je zaměřen na cílovou skupinu mužů a žen ve věku od 27 let s mentálním postižením včetně příbuzných smyslových nebo tělesných omezení, kteří jsou závislí na pomoci jiné fyzické osoby. Je zde zapotřebí stálá (dlouhodobá) péče či pomoc v zabezpečování většiny základních životních potřeb. Kapacita je 45 míst pro muže a 3 pro ženy.

**Domov se zvláštním režimem** je služba poskytována poměrně krátkou dobu od 1. 1. 2013 s kapacitou pro 45 mužů. „*Cílová skupina muži ve věku od 27 let s mentálním postižením a s přidruženým psychickým onemocněním, s mentálním postižením kombinovaným s demencí, včetně přidružených smyslových nebo tělesných omezení.*“

*Jedná se o osoby závislé na pomoci jiné fyzické osoby, jejichž specifické potřeby vyžadují určitá režimová opatření“.*<sup>48</sup>

S ohledem na cíl celé práce je nutné podotknout, že rozdělení Nových zámeků na výše zmíněný Domov pro osoby se zdravotním postižením a Domov se zvláštním režimem neovlivňuje nabídku volnočasových aktivit, která bude popsána v kapitole 4. Pro všechny uživatele je zde nabídka totožná a mohou ji dle svých schopností a aktuálního zdravotního stavu využívat.

### Pobočka Litovel

Pobočka Litovel poskytuje sociální službu **Domov pro osoby se zdravotním postižením** a to až 53 mužům a 11 ženám. Cílovou skupinou jsou zde oproti Novým Zámekům osoby již od 20 let. Snížení věkové hranice je díky zaměřenosti na osoby s mentálním postižením (včetně příbuzných tělesných nebo smyslových omezení), které jsou závislé na pomoci jiné osoby, ale již nevyžadují stálou podporu v uspokojování základních lidských potřeb. Je zde také kladen větší důraz na zapojení uživatelů do běžné společnosti, získávání soběstačnosti a přiblížení se životu ostatních vrstevníků.

K tomu napomáhá dispoziční struktura tohoto objektu. Převažují zde dvoulůžkové pokoje, v menším počtu třílůžkové a jeden jednolůžkový pokoj. Po rekonstrukci přilehlé budovy v roce 2012 mají některé pokoje charakter bytové jednotky s vlastním kuchyňským a sociálním zařízením, což dává klientům možnost k daleko větší samostatnosti a rozvoji jejich schopností. V letošním roce bylo vybavení těchto bytových jednotek rozšířeno o několik elektrospotřebičů jako pračka, sušička nebo trouba, za účelem nácvičku samostatnosti potřebné k přechodu do chráněného bydlení určeného těmto osobám.<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup> NOVÉ ZÁMKY [online].

<sup>49</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY [online].



### 3.2. Cíle zařízení

Hlavním cílem celého (posláním) zařízení a předmětem činnosti je poskytování sociálních služeb a podpory osobám v dlouhodobé nepříznivé životní situaci, způsobené mentálním nebo vícenásobným postižením, které nelze zabezpečit pomocí blízkých osob, nebo terénních služeb. Tento cíl je blíže specifikován na základě struktury zařízení do tří dílčích cílů.<sup>50</sup>

1. Nové Zámky- domov pro osoby se zdravotním postižením: podpora uživatelů v naplňování základních životních potřeb a přání při respektování jejich důstojnosti s ohledem na individuální přístup k osobám, které podporu využívají, potřebují stálou (dlouhodobou) péči a pomoc ve většině základních životních potřebách (s mentálním postižením včetně přidružených smyslových nebo tělesných poruch).
2. Nové Zámky- domov se zvláštním režimem: podpora uživatelů v jejich specifických individuálních životních potřebách při současném respektování jejich důstojnosti a práv. Jedná se o osoby závislé na pomoci jiné fyzické osoby, jejichž specifické potřeby vyžadují určitá režimová opatření (mentální postižení s přidruženým psychickým onemocněním, tělesným postižením nebo demencí).
3. Litovel- domov pro osoby se zdravotním postižením: rozvíjet a udržet u uživatelů individuální schopnosti a dovednosti při současném respektování jejich důstojnosti, tempa a naplňování jejich individuálních potřeb. Podporovat aktivní a smysluplný život s vazbou na veřejné služby. Osoby, které službu využívají, jsou závislé na pomoci jiné osoby, nevyžadují však stálou podporu v základních životních potřebách (s mentálním postižením lehkým a středním včetně přidružených smyslových nebo tělesných omezení).<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY [online].

<sup>51</sup> NOVÉ ZÁMKY [online].

### 3.3. Poskytované služby

Všechny sociální služby poskytované v zařízení Nové Zámky PSS musí být v souladu se zásadami stanovenými vedením zařízení. Jedná se o:

- *„Předcházení a zamezení sociálního vyloučení*
- *Zajištění bezpečného prostředí*
- *Individualizace služeb*
- *Podpora samostatnosti, aktivizace a rozvoje uživatelů*
- *Lidský přístup*
- *Týmová a odborná práce*
- *Zpřístupnění poskytované sociální služby veřejnosti“<sup>52</sup>*

Na základě oprávnění (rozhodnutí o registraci) poskytuje zařízení 2 základní sociální služby, kterými jsou: **Domov pro osoby se zdravotním postižením** a **Domov se zvláštním režimem**, jak již bylo zmíněno a popsáno v kapitole 4.1. Tyto dvě sociální služby jsou upraveny v zákoně 108/2006 Sb., O sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, kde je ukotveno povinné poskytování základních činností. Jsou jimi:

- *„poskytnutí ubytování*
- *poskytnutí stravy*
- *pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu*
- *pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu*
- *výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti*
- *zprostředkování kontaktu se společenským prostředím*
- *sociálně terapeutické činnosti*
- *pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí“<sup>53</sup>*

Poskytování jednotlivých sociálních služeb mají na starosti různá oddělení, která nesou zodpovědnost za jejich četnost, průběh a kvalitu.

- Oddělení zdravotní péče: zajišťuje ošetrovatelskou, zdravotní a rehabilitační péči

---

<sup>52</sup>srov. NOVÉ ZÁMKY [online].

<sup>53</sup>srov. NOVÉ ZÁMKY [online].

- Oddělení aktivizační činnosti: zajišťuje na základě individuálních potřeb a přání jednotlivých klientů individuální či skupinovou aktivizační činnost
- Sociální oddělení – sociální práce: má nejširší působnost, práci provádí sociální pracovníci a zajišťují například vedení veškeré agendy o uživatelích, dále oddělení poskytuje sociálně-právní poradenství, organizuje a koordinuje kontakt uživatelů s rodinným prostředím nebo například zpracovává podklady pro jednání se správními orgány
- Ekonomické oddělení: zabezpečuje veškeré ekonomické činnosti (mzdy, účetní agenda, rozpočet, ekonomické poradenství uživatelům)
- Oddělení obslužných provozů: pod toto oddělení spadá stravovací provoz, oddělení provozu (zajištění oprav, montáže) a údržby a provoz prádelny
- Oddělení pracovního uplatnění uživatelů: zajišťuje spolupráci s chráněnými dílnami (např. Trio) a podporuje pracovní uplatnění uživatelů mimo zařízení <sup>54</sup>

---

<sup>54</sup>srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

## 4. Nabídka a popis volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb

Trávení a vyplňování volného času klientů Nové Zámky PSS má na starost sociálně aktivizační oddělení. Jak již bylo stručně uvedeno v předchozí kapitole, hlavním úkolem tohoto oddělení je poskytnout uživatelům v dostatečné míře individuální či skupinovou **činnost ve volném čase neboli aktivizaci**. Jedná se o proces, kterým jsou uživatelé vedeni k činnostem. Výsledkem správné aktivizace by měl být spokojený uživatel a jeho dobrý pocit z toho co dělá, co se naučí, co dokáže a že má z toho radost. Aktivizační činnost vede k: naučení se něčeho nového (př. nové dovednosti, zkušenosti) a k udržení a prohloubení stávajících dovedností. Pracovníci jsou povinni podporovat uživatele v samostatnosti a jednotlivé aktivizační činnosti musí klient vykonávat zcela dobrovolně a z vlastní vůle.

Aktivizace je v tomto zařízení vnímána v různých rovinách. Uživatel může svůj volný čas vykonávat buď **pasivně** (odpočinek, sledování TV) nebo **aktivně** (hry, tanec, komunikace, výtvarná činnost) a také lze trávení volného času klientů rozdělit na **skupinové** (pracovní dílny, skupinové aktivity) či **individuální** (úplně samostatně či s podporou pracovníka). Pokud nejsou uživatelé schopni si svůj volný čas organizovat sami, podporuje je pracovník nabídkou trávení volného času. Ve společných prostorách bývá zveřejněna nabídka skupinových aktivizačních činností (především pracovní dílny) i s harmonogramem jejich průběhu, ze kterého si mohou uživatelé vybírat.<sup>55</sup>

Aktivizační oddělení je rozděleno dle hlavní struktury zařízení na pracovní dílny a aktivizaci Nové Zámky a na aktivizaci Litovel, ke které náležící pracovní dílny Červenka. Mimo to se nachází na Nových Zámkách multismyslová relaxační místnost Snoezelen (viz podkapitola 4.4.).

### 4.1. Pracovní dílny a aktivizace - Nové Zámky

Pracovní dílny jsou určeny ke skupinové aktivizaci po individuální dohodě s klientem, na základě jeho přání a potřeb. Jedná se o pracovní terapii, jak je uvedeno v kapitole 2.2.1. Klienti své přání využití pracovní dílny sdělí svému klíčovému pracovníkovi, který jej dále konzultuje s vedoucím aktivizačního oddělení. Využívání

---

<sup>55</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

dílen uživateli je založeno na jejich dobrovolnosti a nesmí být k tomuto jakkoli nucení či manipulování a v případě zjištění, že jim tato aktivizace nevyhovuje, mohou ji dobrovolně ukončit. Kapacita všech pracovních dílen je omezena počtem uživatelů.

Jednotlivé pracovní dílny mají své pracovní postupy, které zahrnují provozní dobu, pravidla chodu, druh a popis jednotlivých činností a finanční kalkulace. Jsou zpracovány v písemné podobě a k dispozici na každé dílně. Vzhledem k různé míře postižení uživatelů jsou dokumenty určené i jim (pravidla, pracovní postupy nebo harmonogram) vypracovány také formou piktogramů či fotografií viz příloha č. 1. A č. 2. Hlavním cílem práce v dílnách je získání pracovních návyků a smysluplné využití volného času. U klientů také dochází ke zvýšení pocitu potřebnosti, motivování nebo rozvoji jemné motoriky. Není vždy závazné věnovat se zde jen činnostem spjatých s názvem dílny. Práce může být proložena specifickými strukturovanými úkoly, společenskými hrami a vkládačkami nebo výtvarnou činností s prvky některé terapie jak je uvedeno v kapitole 2.2.1. To vše podléhá principům individualizace, strukturalizace a předem připraveného schématu. Takové aktivity přispívají k dalšímu rozvoji klientů v mnoha oblastech, jako jsou například komunikační schopnost, schopnost orientace v čase a prostoru nebo sociální vztahy mezi klienty.<sup>56</sup>

Mimo specificky zaměřené pracovní dílny poskytuje sociálně aktivizační oddělení skupinovou či individuální aktivizaci neboli „*INDIVIDUÁLKU*“. Tato aktivizace je uživatelům k dispozici během celého dne a reaguje na jejich individuální potřeby. Hlavní náplní činnosti „*Individuálky*“ jsou tyto činnosti:

- Upevňování trivia (čtení, psaní, počítání)
- Práce na počítači (seznámení s prostředím PC, výuka práce s jednotlivými programy, práce s internetem)
- Hudební produkce s využitím prvků muzikoterapie (může být propojeno i s tancem)
- Využití SNOEZELENU (viz Kapitola 5.4.)
- Nácvik samostatných dovedností (oblékání, hygiena, příprava pokrmů, úklid pokoje)
- Individuální procházky do přírody

---

<sup>56</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

- Promítání (možnost využití techniky ve společenské místnosti- pouštění TV, filmů)
- Podpora při využití fakultativních činností (setkání s pejsky, harmonizace...)
- Individuální práce s uživateli jako výstup dohody (čtení, psaní dopisů, doprovod...) <sup>57</sup>

Všechny uvedené činnosti mají vlastní náplň a postupy které jsou uvedeny v jednotlivých metodikách a metodických postupech vypracovaných zařízením. Maximální počet uživatelů při individuální činnosti jsou dva, ale pokud se jedná o činnost skupinovou, jako například poslech reprodukováné hudby ve společenské místnosti, určí jejich počet pracovník.

## **Nabídka a popis pracovních dílen**

### Tvořivá dílna

Zahrnuje nepravidelně se opakující činnosti s využitím materiálu jako je pedig, drát, korálky, papír, textil, či jiné. Maximální počet uživatelů v dílně je sedm a do dílny vždy přichází i odchází s doprovodem pracovníka pověřeného provozem pracovní dílny. Uživatelé kromě výrobků konkrétních, zejména dekorativních výrobků, vykonávají i činnost vedoucí k rozvoji a udržení svých dovedností v oblasti jemné motoriky, představivosti, vnímání a udržení pozornosti.

### Keramická dílna

Keramickou dílnu uživatelé využívají pro práci s hlinou a pro výtvarné činnosti. Činností si klienti rozvíjí a udržují své dovednosti a oblasti hrubé i jemné motoriky, představivosti, vnímání a udržení pozornosti. Kapacita dílny je sedm klientů. Před započítím práce mají uživatelé možnost použít ochranné pomůcky (zástěry, rukavice). Jejich příchod a odchod musí být vždy s doprovodem pracovníka.

### Svíčkařská dílna

Svíčkařská dílna slouží uživatelům k výrobě svíček a k jiným výtvarným činnostem. Při tvorbě si rozvíjí a udržují schopností v oblasti vnímání, udržení pozornosti a jemné motoriky. Kapacita je zde sedm uživatelů.

---

<sup>57</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

### Dílna park, zahrada

V této pracovní dílně (zahrada, skleník, zahradní domek) se uživatelé podílí na udržování prostor parku a zahrady. Nenahrazují práci zaměstnanců, ale dobrovolně se podílí na údržbě okolí svého domova. Dílna je především určena pro uživatele s dobrým fyzickým zdravotním stavem. Jedná se o pracovní terapii, při které dochází k rozvoji jemné i hrubé motoriky a k osvojování pracovních návyků. Při práci jsou využívány pracovní pomůcky. Kapacita dílny je osm uživatelů.

### Tvořivá a zahradní dílna

Jedná se o dílnu, která zahrnuje dvě činnosti- jednak tvorbu výrobků z papíru a korálků a současně se podílí na pracích v zahradě. Dílna má také na starost pěstování a zpracování květin, které dále využívá k dekoraci společných prostor. Uživatelé si zde osvojí pracovní návyky, rozvíjí jemnou i hrubou motoriku a trénují vnímání a udržení pozornosti. Kapacita dílny je osm uživatelů.

### Zoodílna

Navštěvování této dílny zahrnuje přípravu míst určeným pro chov zvířat (králíci, ptáci, hlodavci...) a samotný chov jednotlivých zvířat. Uživatelé se starají o čistotu klecí, zásobu a přiděl krmení, a také o zdravotní stav zvířat. Učí se schopnosti o někoho či něco pravidelně a zodpovědně se starat, budují si vztah se zvířaty, trénují schopnosti jemné i hrubé motoriky a také se učí důležitou schopnost předávat informace (v tomto případě o zvířatech) někomu druhému. Kapacita dílny je osm uživatelů.

### Cvičný byt

Dílna je umístěna mimo budovu zámku a má bariérový přístup. Je proto vhodná pro uživatele pohybující se samostatně bez pomoci. Cvičný byt je určen k intenzivnímu nácviku domácích prací a vyžaduje tak pravidelnou účast vybrané skupiny uživatelů, kteří se zde učí schopnostem a dovednostem spojených s vedením a chodem domácnosti. Připravují jednoduché pokrmy, perou, žehlí, uklízí, manipulují s elektronickými přístroji nebo nakupují. Maximální počet uživatelů v dílně je při první návštěvě dva a poté čtyři<sup>58</sup>.

---

<sup>58</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

## **4.2. Pracovní dílny - Červenka (Litovel)**

Pracoviště v Července spadá pod pobočku Litovel a probíhá zde skupinová aktivizace. Využití a obecná náplň činností se shoduje s pracovními dílnami na Nových Zámkách viz kapitola 4.1. Vzhledem k tomu, že jsou dílny mimo pobytové zařízení, dopravují se uživatelé na místo pomocí linkových autobusových spojů, nebo pokud chtějí, tak i pěšky. Osoby, které nejsou schopni přepravy linkovými spoji, jsou přepravováni firemním automobilem vybaveným plošinou.<sup>59</sup>

### **Nabídka a popis pracovních dílen**

#### Keramická dílna

Popis se shoduje s keramickou dílnou na Nových Zámkách, viz předchozí podkapitola (4.1) s rozdílem kapacity, která může být až deset uživatelů a rozšířením aktivit. Kromě práce s keramickou hlinou zde probíhá výroba dekorativních předmětů a ozdob z jiného materiálu, spolupráce a výpomoc ostatním dílnám, výtvarné činnosti, výroba mýdla, podpora při vzdělávacích a rozvojových činnostech (získávání informací...) a zlepšování či procvičování sociálních dovedností (aktivně naslouchat, tolerance...).

#### Košíkářská dílna

Košíkářská dílna zahrnuje nepravidelně se opakující činnosti s využitím materiálu jako pedig, papírové ruličky, textil a další. Uživatelé se zde také mohou zdokonalovat v psaní či čtení, což přispívá k rozvoji a udržení jejich schopností či dovedností. Kapacita dílny je osm uživatelů.

#### Dřevařská dílna

Je využívána k výrobě výrobků jako domečky, rámečky, ozdoby a dekorace ze dřeva či obdobných materiálů. Uživatelé si zde trénují především jemnou i hrubou motoriku a udržení pozornosti. Kapacita dílny je sedm uživatelů a je zde mnohdy zapotřebí využití ochranných pomůcek (př. oděv či rukavice).

---

<sup>59</sup> NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace.*



## Šicí dílna

Tato pracovní dílna je určena prozatím jen ženám. Činnosti (př. drobné opravy oděvů), které zde vykonávají, je připravují na běžný praktický život a dovednosti s ním spojené. Učí se zde tkát na stavu, háčkovat, šít polštáře a další. Vše dohromady podporuje rozvoj jemné motoriky, pečlivosti, kreativity, trpělivosti, ale i rozvoj vnímání a představitosti. Maximální počet uživatelů v dílně je osm.<sup>60</sup>

### **4.3. Aktivizační skupina Litovel**

Na pobočce Litovel funguje aktivizační skupina pracovníků, která vykonává skupinovou či individuální aktivizaci uživatelů – INDIVIDUÁLKU. Náplň její činnosti má stejnou strukturu jako na Nových Zámčích viz kapitola 4.1. Hlavním cílem je zapojení uživatelů do „*pracovně motivačních*“ činností, které je aktivizují, zvyšují jejich sociální a pracovní dovednosti a ucelují jim trávení volného času. Dále u nich dochází ke zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, nebo k udržení či získání nových osobních návyků. Oproti „*Individuálce*“ na Nových Zámčích je zde díky větší samostatnosti a větší zručnosti uživatelů, možnost širší nabídky individuálních činností vyplňujících volný čas. Mohou být rozsáhlejší a náročnější aniž by uživatelé pociťovali větší zátěž. Nabídka je rozšířena například o výtvarné činnosti, pletení různých výrobků z papírových ruliček, tkaní koberečků, výroba ozdob, sportovní činnosti (fotbal, florbal, stolní tenis...) a další.

V posledních dvou letech byla aktivizace také rozšířena o dramaterapeutický kroužek (volnočasová aktivita) nazvaný „*PIVODI*“, o který projevíli uživatelé velký zájem. Cílem dramaterapie v tomto zařízení je vést uživatele, kteří se stanou členy Pivodů k harmonizaci, výchově, vzdělávání, k poznávání sama sebe, k odstraňování společenských zábrán a dalšímu. Tato terapie není přínosem pouze samotným uživatelům, ale také pracovníkům, kteří díky svobodným a bezprostředním projevům uživatelů při hraní rolí na jevištním prostředí, získávají širší náhled na jejich chování v různých životních situacích.<sup>61</sup>

---

<sup>60</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

<sup>61</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

#### 4.4. Snoezelen Nové Zámky

Snoezelen je multismyslová relaxační místnost se specificky vytvořeným prostředím pro účely sensorické stimulace, prožití osobní zkušenosti a relaxace. Je zřízen na Nových Zámkách a je vypracována samostatná metodika pro využívání tohoto prostoru. V ní jsou popsány postupy pro využívání místnosti a jejího vybavení a zásady práce s uživateli v tomto prostředí. Uživateli je zde nabídnut prožitek „*Tady a teď*“ který u nich rozvíjí verbální i neverbální komunikace, relaxaci, stimulaci smyslů, posílení schopnosti adaptace, uvolnění, podporu emocionální a kognitivní složky osobnosti, zprostředkování nových zážitků, zkušeností a další. Tato terapie probíhá ve speciálně zařízené a vybavené místnosti tak, aby nabídla uživatelům pocit jistoty a bezpečí a dostatečnou izolaci od rušivých vlivů běžného života, která je pro tuto metodu nezbytná. Uživateli je díky tomuto prostředí zprostředkován pocit bezstarostného uvolnění, relaxace, odpočinku a odlišné sensorické zkušenosti. Cílem tohoto stimulačního prostoru, je umožnit jedincům autentický zážitek a uspokojit jejich individuální potřeby.<sup>62</sup>

Hlavním úkolem této místnosti je selektivní prezentace podnětů tak, aby aktivizovaly uživatele a jejich smysly. Dochází zde ke stimulaci zrakového vnímání (reflektory, světelné efekty), sluchového vnímání (audio stereo systém, relaxační hudba, zvukové pomůcky), chuťového vnímání (sladkosti jako odměny), čichového vnímání (aromalampy, vonné svíčky) a také k taktní stimulaci- haptika (vodní lůžko, polštáře). Příjemcem této metody jsou uživatelé, kterým aktivizace vyhovuje a projeví o ni zájem. Průvodcem metodou jsou pracovníci v sociálních službách se zaměřením na výchovnou nepedagogickou činnost, kteří jsou trpěliví, motivující, vnímaví, empatictí a mají pozitivní vztah k uživatelům. Jedná se o psychicky i fyzicky náročnou práci spojenou s velkým výdejem energie, proto není každý schopen tuto činnost vykonávat. Pokud je vybrán vhodný pracovník, může proběhnout samotný pobyt uživatele v místnosti, který má čtyři základní části. Jedná se o přivítání (pozvolný vstup s jedincem do místnosti za zvuku relaxační hudby, jeho usazení a postupné ztlumení světla na požadovanou míru), aktivní část (stimulace a aktivizace uživatele i jeho smyslů), relaxace (například na vodním lůžku) a závěr (pozvolné rozsvěcování a přechod z místnosti do reality).<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup> NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace.*

<sup>63</sup> NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace.*

Místnost Snoezelen je využívána také k jiným aktivitám jako:

- Volnočasové aktivity založené na poznacích muzikoterapie- akusticky vhodné prostředí pro práci s uživatelem
- Volnočasové aktivity založené na poznacích biblioterapie: vhodné prostředí pro aktivní či pasivní četbu
- Volnočasové aktivity založené na poznacích animoterapie: vhodné prostředí pro působení zvířat
- Práce rehabilitačních pracovníků<sup>64</sup>

---

<sup>64</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

## **5. Kvalifikační a osobnostní předpoklady pro poskytovatele volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb**

Na téma volnočasové aktivity a jejich optimalizaci, což je cílem této práce, nelze pohlízet pouze z hlediska jejich druhu a obsahu, ale také z hlediska jejich poskytovatelů, protože v zařízení Nové Zámky PSS nesou dle interní dokumentace za jednotlivé aktivity zodpovědnost.

Veškeré kvalifikační a osobnostní předpoklady zaměstnanců Nové Zámky PSS jsou v souladu s potřebami osob, kterým organizace poskytuje sociální služby. Volnočasové aktivity jsou v tomto zařízení poskytovány „Pracovníky v sociálních službách se zaměřením na výchovnou nepedagogickou činnost. Při výkonu této profese jsou od pracovníků vyžadovány tyto předpoklady:<sup>65</sup>

### **1. kvalifikační předpoklady – požadované vzdělání**

- vzdělání v souladu se zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů: střední vzdělání s výučním listem nebo střední vzdělání s maturitní zkouškou a absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu; absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu se nevyžaduje u fyzických osob, které získaly podle zvláštního právního předpisu způsobilost k výkonu zdravotnického povolání ergoterapeut, u fyzických osob, které získaly odbornou způsobilost k výkonu povolání sociálního pracovníka podle § 110 zákona č.108/2006 Sb., a u fyzických osob, které získaly střední vzdělání v oboru vzdělání stanoveném prováděcím právním předpisem.

### **2. dovednosti, doplněné vzdělání, odborné znalosti, praxe,...:**

- znalost sociálních služeb (zákon o sociálních službách) - praxe, stáž, návštěvy v zařízení, péče o osobu blízkou
- uživatelská znalost práce na PC (Word, Excel, Outlook), uživatelská znalost práce s internetem
- znalost základních práv a svobod
- schopnost zohlednit specifika uživatele (jeho potřeby, věk, schopnosti, postižení)

---

<sup>65</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

- odpovědné plnění povinností vyplývajících ze závazku ke svému zaměstnavateli
- zájem o další vzdělávání, schopnost aplikovat dovednosti a znalosti v praxi
- chránit právo uživatele na soukromí a důvěrnost jeho sdělení
- podporovat uživatele k vědomí vlastní odpovědnosti
- znalost lidských potřeb
- dovednost používat základy neverbální komunikace
- dovednost správně vnímat, chápat a písemně zaznamenat (zaznamenat nejdůležitější informace, emoce a signály, pochopit sdělení a umět je předat)
- profesionální lidský přístup
- znalost aktivizačních technik<sup>66</sup>

### **3. osobnostní předpoklady, sociální předpoklady**

- empatie
- pozitivní myšlení a přístup ke změnám
- dobré komunikační schopnosti
- schopnost řešit konflikty
- spolehlivost
- trpělivost
- samostatnost
- partnerský individuální přístup
- důslednost při práci s uživateli
- odpovědnost
- schopnost týmové práce
- profesionální lidský přístup
- dodržování zásad slušného, korektního jednání, chování a vystupování
- loajální vystupování
- flexibilita
- kreativita
- umět vyhodnotit situaci, rozpoznat priority
- umění motivovat
- být otevřený jiným názorům

---

<sup>66</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

- důslednost při práci s uživateli
- dávat přednost profesionální odpovědnosti před svými soukromými zájmy
- pozitivní přístup k uživatelům – vidět pozitiva dřív než chyby, umět zaměřit se na silné stránky jednotlivce, umět naslouchat a respektovat jedinečnost každého člověka

#### 4. další požadavky:

- mlčenlivost
- způsobilost k právním úkonům, bezúhonnost, zdravotní způsobilost v souladu se zákonem o sociálních službách
- dobrý fyzický stav
- dobrý psychický stav - odolnost vůči zátěži při vysokém pracovním zatížení při práci s cílovou skupinou a v konfliktních situacích
- práce ve směnném provozu - střídání pracovních směn – práce o víkendech a svátcích
- ochota vykonávat práci přesčas

Pokud se jedná o pracovníka v sociálních službách se zaměřením na výchovnou nepedagogickou činnost zařazeného v dílnách, je nutné, aby k výše uvedeným požadavkům splňoval navíc:

- účast v kreativním kurzu
- manuální zručnost
- tvůrčí nadání a fantazie
- podnikavost – mít nápady a navrhovat řešení
- práce s nástroji v dané dílně<sup>67</sup>

---

<sup>67</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

## **6. Pravidla dalšího vzdělávání poskytovatelů volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb**

S ohledem na předchozí kapitolu „*Kvalifikační a osobnostní předpoklady pro poskytovatele volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb*“, je zapotřebí zmínit také pravidla jejich dalšího vzdělávání. Výše uvedené předpoklady, které jsou na zaměstnance kladeny, je nutné dále rozvíjet podle aktuálních potřeb zařízení, jeho klientů a samotných zaměstnanců.

Na základě zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů je zaměstnavatel povinen zaměstnanci (v tomto případě Pracovník v sociálních službách se zaměřením na výchovnou nepedagogickou činnost) zabezpečit vzdělávání v rozsahu 24 hodin v každém kalendářním roce, který si tím obnovuje, upevňuje a doplňuje kvalifikaci.<sup>68</sup> V zařízení Nové Zámky PSS si zvolili systematický přístup k firemnímu vzdělávání zaměstnanců, z čehož vyplývá, že je nejprve provedena analýza vzdělávacích potřeb, poté probíhá plánování vzdělávání, samotná realizace vzdělávání a nakonec evaluace.<sup>69</sup>

Pravidla tohoto vzdělávání pro pracovníky Nové Zámky PSS jsou ukotvena v „*pravidlech dalšího vzdělávání sociálních pracovníků a pracovníků v sociálních službách*“. Tato pravidla jsou pro zaměstnance závazná a absolvování vzdělání je zaznamenáváno samotným pracovníkem do indexu dalšího vzdělávání, ve kterém musí dosáhnout výše zmíněné 24 hodinové hranice (zaměstnanec si tuto hranici musí hlídat samostatně). Pracovníci jsou povinni se dále vzdělávat za účelem jejich profesního rozvoje, zlepšování pracovního výkonu, zvládnutí nových požadavků, zvýšení jejich flexibility a další. Témata jednotlivých vzdělávacích akcí zejména školení a akreditovaných kurzů vychází z osobních vzdělávacích plánů zaměstnanců a jsou vypracována pověřenou sociální pracovnící v úzké spolupráci s vedoucími bydlení, vedoucí sociálně aktivizačního oddělení a vedoucími poboček.

S podporou přímého vedoucího si pracovníci stanovují na každý kalendářní rok „*Osobní vzdělávací plán*“. Hlavní náplní tohoto plánu je stanovení osobních profesních cílů, které jsou hlavní složkou pro analýzu vzdělávacích potřeb. Tyto osobní profesní

---

<sup>68</sup> srov. Zákon č. 108/2006 Sb., O sociálních službách ve znění pozdějších předpisů.

<sup>69</sup> srov. BARTONKOVÁ, H., 2010, s. 110.

cíle vyjednává pracovník společně s vedoucím, kdy společně srovnávají zejména jeho odborné znalosti, schopnosti a dovednosti s pracovním profilem vytvořeným na jeho pracovní pozici, s potřebami cílové skupiny uživatelů sociální služby, s posláním organizace a jejím dalším směřováním. Vyjednávání probíhá obvykle metodou rozhovoru a jsou brány v úvahu také výsledky z předchozího hodnocení pracovníka. Na konci roku společně s přímým nadřízeným plán zhodnotí a nastaví nový na další rok. To, co se mu nepodařilo během roku zrealizovat, si může převést do plánu nového.<sup>70</sup>

### Tvorba osobních profesních cílů v Nové Zámky PSS:



Po vypracování osobních vzdělávacích plánů (nejpozději do 31. 1. daného roku) je na základě jejich obsahu sestaven a vypracován „*Program dalšího vzdělávání zaměstnanců organizace*“ na aktuální rok (viz příloha č. 3: Program dalšího vzdělávání zaměstnanců organizace pro rok 2013), který kromě potřeb zaměstnanců reaguje i na potřeby uživatelů, rizika služby či nové trendy.

Samotné vzdělávání zaměstnanců probíhá rovnoměrně v průběhu celého roku. Hodnocení jednotlivých vzdělávacích akcí je uskutečněno na konci roku v rámci „*Ročního hodnocení zaměstnance*“ které zahrnuje:

- Vyplnění formuláře Ročního hodnocení zaměstnance: tento formulář je určen pro zaměstnance (viz příloha č. 4.).
- Soukromý rozhovor se zaměstnancem: rozsah 0,5-1 hodina, zahrnuje sebehodnocení pracovníka, hodnocení vedoucím (hodnocení i zpětná vazba),

<sup>70</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.



stanovení profesních cílů zaměstnance, naplánování další spolupráce (tvorba „*Osobního vzdělávacího plánu*“) a vyhodnocení rozhovoru

Pokud vedoucí pracovník shledá nedostatečnost v jednoročním hodnocení, je oprávněn jej opakovat v případě potřeby vícekrát v průběhu roku.<sup>71</sup>

### **V organizaci Nové Zámky – poskytovatel sociálních služeb se uskutečňuje další vzdělávání pracovníků v sociálních službách s využitím těchto forem:**

#### **1. Účast na školicích akcích organizovaných zaměstnavatelem (povinná a dobrovolná témata):**

U témat označených jako **povinná** se vyžaduje účast dotčených pracovníků určených vedoucím. Témata vzdělávacích seminářů jsou na každý rok aktualizována a společně s plánem metodických setkání, odborných stáží, supervizí apod. zveřejněny v „*Programu dalšího vzdělávání zaměstnanců organizace*“ (viz příloha č. 3) na příslušný rok na místech dostupných pro pracovníky (nástěnky...).

Pokud jde o témata **dobrovolná** (dobrovolnost pouze ve výběru tématu), jedná se o samostudium jednoho povinně vybraného tématu na počátku roku pracovníkem z „*přehledu témat sebevzdělávání v organizaci*“ zveřejněným na místech dostupných pracovníkům. U jednotlivých témat jsou uvedeny termíny, ve kterých budou probíhat ústní prezentace zaměstnance na jim vybrané téma, v rozsahu cca 0,5 – 1 hod., ostatním kolegům, kteří projeví o toto téma zájem a nadřazenému. Pracovník po ústní prezentaci odevzdá písemné podklady ke svému přednesu pověřené sociální pracovníci.<sup>72</sup>

#### **2. Účast na kurzech s akreditovaným programem:**

Pověřená sociální pracovnice podává na základě prostudování Osobních vzdělávacích plánů (vzdělávacích potřeb), vedoucím pracovníkům nabídku akreditovaných kurzů, kterých by se mohli zúčastnit. Pokud se v Osobních vzdělávacích plánech objevují totožná či podobná témata, může akreditovaný kurz proběhnout v podobě „*školicí se organizace*“ přímo v organizaci. V případě

<sup>71</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

<sup>72</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

specifické vzdělávací potřeby jednotlivce či malého počtu pracovníků, probíhá akreditovaný kurz mimo zařízení formou outsourcingu.

Pracovníci se rovněž sami informují o možnostech dalšího vzdělávání, tj. nabídkách akreditovaných seminářů, kurzů, workshopů apod. pořádaných mimo organizaci, v souladu s vlastním plánem vzdělávání nebo v souladu s potřebou vyplývající ze změn v legislativě či náplni práce. Svoji možnou účast konzultují s přímým nadřízeným a pověřenou sociální pracovnící. Účast na placených akreditovaných seminářích a kurzech musí vždy schválit ředitel organizace. Ten, kdo se zúčastní takového akreditovaného semináře nebo kurzu, seznámí ústně svého přímého nadřízeného s obsahem akce, s jeho přínosem a podá případné doporučení pro účast dalších pracovníků. Neprodleně mu také odevzdá kopii získaného osvědčení.<sup>73</sup>

### 3. Odborné stáže (do jiných organizací):

Odbornou stáž organizuje pověřená sociální pracovnice společně s ředitelem organizace. Může se uskutečnit pouze na základě písemné smlouvy mezi zaměstnavatelem a zařízením, která ji zajišťuje. Písemnou smlouvu podepisuje za organizaci ředitel. Pracovník nebo určený vedoucí stáže (zástupce skupiny vyslaných pracovníků), který se jí účastnil ve vybrané organizaci, seznámí pověřenou sociální pracovníci s výsledkem a s dobrými i špatnými příklady práce v navštívené organizaci.<sup>74</sup>

Pro širší rozvoj jsou zaměstnancům umožněny další formy podpory, které se nezapočítávají do povinného rozsahu vzdělávání:

### 4. Samostudium odborné literatury:

Pracovníci mají možnost v rámci svého vzdělávání využívat odbornou literaturu, která je shromažďována u pověřené sociální pracovnice.

### 5. Intervize:

Pracovníci mohou využívat intervizi - potřebu sdílení zkušeností, vzájemné podpory a reflexe mezi kolegy. Může být organizovaná přímým nadřízeným či

---

<sup>73</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

<sup>74</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

pověřenou sociální pracovníci, která na ni může pozvat i jiného kolegu či odborníka.

#### 6. Supervize:

Organizace umožňuje pracovníkům podporu nezávislého odborníka (dále jen supervizora). Potřebu supervize společně s tématy sděluje na základě požadavků pracovníků vedoucí oddělení, zástupci ředitele. Ten podá supervizorovi návrh na témata, druh (skupinová, týmová apod.), možná data konání a časovou dotaci pro danou supervizi. Podmínky jsou upraveny písemnou smlouvou. Informace o možnosti (kdy, jak) sdělí zástupce ředitele jednotlivým vedoucím a ti dále pracovníkům.

Vzdělávací strategie v této organizaci je také podpořena systémem „*Finančního a morálního oceňování*“, který vede k motivaci zaměstnanců pro další rozvoj a vzdělávání. Jedná se o osobní příplatky, mimořádnou odměnu a morální či nefinanční oceňování (př. veřejná pochvala).<sup>75</sup>

---

<sup>75</sup> srov. NOVÉ ZÁMKY: *Interní dokumentace*.

## 7. Návrh optimalizace volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky- poskytovatel sociálních služeb

Na základě prostudování interních materiálů, které mi byly poskytnuty zařízením Nové Zámky PSS, se v následující kapitole pokusím podat návrh na optimalizaci volnočasových aktivit, poskytovaných v tomto zařízení.

### 7.1. Rozšíření celkové nabídky

Celková nabídka volnočasových aktivit, tedy možností jak mohou uživatelé tohoto zařízení trávit volný čas, je poměrně rozsáhlá a pestrá, jak bylo popsáno v kapitole 4. Je tedy velmi těžké najít oblast, kterou by bylo vhodné rozšířit. Je převážně zaměřena na zájmové činnosti provozované v pracovních dílnách, popřípadě v rámci individuální činnosti s „*Pracovníkem v sociálních službách se zaměřením na výchovnou nepedagogickou činnost*“.

Vzhledem k celkovému složení obyvatel (převážně s mentálním postižením včetně příbuzných smyslových nebo tělesných omezení), bych navrhovala nabídku rozšířit zejména o pohybové aktivity. V literatuře jsou nazývány jako tělesná výchova a mají vliv nejen na fyzický, ale i psychický stav těch, kdo je správně využívají. Při tělesné výchově dochází k rozvoji psychických funkcí, jako je paměť, pozornost, fantazie, myšlení či například řeč. Postižený si také trénuje přizpůsobivost novým situacím, soustředěnost a koordinaci pohybů.<sup>76</sup>

Tělesná výchova je v nabídce volnočasových aktivit v zařízení zastoupena, ale pouze v malé míře. V letním období mají uživatelé možnost vypůjčení různého sportovního náčiní jako je míč, volejbalová síť a podobně, ale v zimním období je nabídka omezena. Navrhovala bych proto zavést **skupinovou pohybovou terapii** (viz kapitola č. 2.2.1.) v rámci „*INDIVIDUÁLKY*“ na Nových Zámkách a v Litovli, která je realizována především ve vnitřních prostorech. Cvičení by mělo probíhat ve více formách tak, aby byly přiměřené a správně dávkované, vzhledem k aktuálnímu a individuálnímu stavu jednotlivých uživatelů a stupni jejich postižení (viz kapitola 1.1.1.). Před samotným zavedením takovéto aktivity, je nutné v rámci individuálního plánování s jednotlivými uživateli zjistit, zda by měli o činnosti tohoto typu zájem. Pokud ano, navrhovala bych, zavést nabídku cvičení alespoň dvakrát týdně ve dvou

---

<sup>76</sup>srov KVAPILÍK, J., ČERNÁ, M., 1990, s. 91-92.

variantách, a to podle náročnosti (mírná a středně těžká). Výběr náročnosti by měl konzultovat pracovník, který aktivitu s uživatelem povede a v případě nevyhovující náročnosti, doporučit druhou variantu.

Celé skupinové pohybové cvičení by se mělo skládat ze čtyř částí, jak soudí Eva Čadová v knize „*Metodika práce se žákem s tělesným postižením a zdravotním znevýhodněním*“ dle autorky Karáskové. Aktivity, které by mohly být využity, jsou blíže popsány v příloze č. 5. **V úvodní části** bych navrhovala vždy začít krátkou rozcvičkou cca. 5-10 min (viz příloha č. 5), která uživatele zahřeje, pomůže mu uvědomovat si svoje jednotlivé části těla, přítomnost ostatních kolem sebe na které musí brát při cvičení ohled a zorientovat se v prostoru. Po úvodní části by měla následovat **průpravná část** o délce cca. 10 min, ve které si uživatel osvojí jednotlivé prvky cvičení potřebné pro další část. Tou je **část hlavní** (cca. 25-30 min) zahrnující zvolený druh cvičení. V rámci tohoto návrhu bych doporučila zvolit rytmické cvičení za doprovodu hudby. Zde je vhodné využití různých cvičebních pomůcek jako míčky rozlišných tvarů, velikostí či struktur, šátky, plavací nudle a další. Díky pomůckám bude pohyb pro uživatele zajímavější a mnohdy i snazší. Cvičení může mít různou formu... jako cvičení se šátkou, s plavacími nudlemi (viz příloha č. 5) a jiné podle toho, jak si pracovník určí plán volnočasové aktivity. Bylo by vhodné druh cvičení pravidelně střídat, aby neztrácelo na atraktivitě pro uživatele. Po hlavní části následuje **závěrečná část** o délce cca. 5-10 min. Jedná se o část uklidňující, ve které probíhá relaxace a odpočinek, například ve formě skupinové masáže (viz příloha č. 5.), nebo odpočinku na žíněnkách při poslechu relaxační hudby (v leže).<sup>77</sup>

Celková časová náročnost je cca hodinu. Měl by být také ponechán prostor na pitný režim mezi jednotlivými částmi a alespoň jedenkrát v průběhu rytmického cvičení. V letním období je možné aktivitu provádět ve venkovním prostředí, kde jsou na uživatele kladeny daleko vyšší požadavky, než v budově. Je zde zapotřebí více ukázněnosti a soustředěnosti, což vede k rozvoji morálních vlastností.

---

<sup>77</sup> srov. ČADOVÁ, E., 2012, s. 78.

## 7.2. Optimalizace dosavadní nabídky volnočasových aktivit

Dosavadní nabídka volnočasových aktivit v zařízení Nové Zámky PSS, jak je popsána v kapitole 4., poskytuje všem uživatelům rozsáhlý a pestrý výběr. Jednotlivé aktivity v rámci pracovních dílen nebo „*Individuálky*“, mají zpracované metodické postupy, které mi byly umožněny prostudovat a na základě srovnání s odbornou literaturou (viz některé návrhy), bych navrhovala optimalizaci v případě cvičného bytu, upevňování trivii a dramaterapeutického kroužku.

Cvičný byt: Navrhovala bych **vytvoření bezbariérového přístupu** do cvičného bytu na Nových Zámkách, aby byla tato aktivita umožněna většímu počtu uživatelů. Dále bych navrhovala, vzhledem k většímu zaměření na zapojení uživatelů do běžné společnosti a získání soběstačnosti, **vytvoření takového prostředí i na pobočce v Litovli**.

Upevňování trivií: tato aktivita je nabízena v rámci „*Individuálky*“ jak na Nových Zámkách, tak i v Litovli. Navrhovala bych zavedení **pravidelné skupinové výuky**, která by uživatelům poskytla větší rozvoj těchto schopností, možnost skupinové práce a motivaci ve formě hodnocení od pracovníka před ostatními uživateli. Skupinová výuka také umožní porovnávání schopností s ostatními a podporuje soupeřivost mezi uživateli, což vede k daleko větší motivaci „*vzdělávat se*“ (umět to co ostatní).

Dramaterapeutický kroužek: Vzhledem k nedávnému zavedení, není zcela ustálený postup průběhu této aktivity. Navrhovala bych proto k již vypracovaným metodickým postupům vypracovat i podrobný **plán průběhu dramaterapeutického kroužku „PIVODI“**, který by měl být alespoň dvakrát ročně obnovován dle nácviku aktuálního divadelního představení, které je výstupem dané aktivity. Tento plán by měl sloužit pracovníkům, kteří kroužek vedou, k přípravě na jednotlivé hodiny a uživatelům k informovanosti o tom, co je čeká a na co se mohou těšit.

V rámci tohoto plánu by mělo být zpracováno:

Model dramaterapeutického sezení, který zahrnuje:

- Časovou dotaci- doporučuji dvakrát týdně alespoň 30 minut
- Cíl dramaterapie zahrnující cíle zařízení, uživatelů a pracovníků
- Obecnou strukturu dramaterapeutických sezení (viz kapitola 2.2.1.)

- Popis technik vybraných pro jednotlivé části sezení<sup>78</sup>

#### Strukturu (plán) jednotlivých sezení

- Tento plán si sestavuje pracovník samostatně na základě výše uvedeného modelu dramaterapie a vychází z vlastního terapeutického stylu, složení klientely (viz klasifikace MR kapitola 1.1.1.) a stanovených cílů.
- Pracovník by zde měl stanovit jednotlivé aktivity (a jejich popis), které bude v rámci jednotlivých částí sezení aplikovat<sup>79</sup>.

V metodickém postupu „dramaterapie“ jsou jednotlivé dramaterapeutické techniky pouze vyjmenovány a nejsou nikterak rozčleněny. Navrhovala bych proto dramaterapii strukturalizovat ve výše uvedeném plánu na jednotlivé části a na základě toho techniky rozčlenit a blíže popsat. Jako vhodnou bych doporučila strukturu od autora M. Valenty:

- pozdrav terapeuta se skupinou
- rozcvička, zahřívací cvičení
- otevření hracího prostoru
- nastartování hry
- hlavní část sezení
- uzavření sezení<sup>80</sup>

Na počátku každého jednotlivého sezení bych také navrhovala klást větší důraz na tzv. zahřívací cvičení. Tento druh aktivit je v metodických postupech opomíjen. Jako zahřívací aktivity bych doporučila například tyto:

- *„Emocionální sochy: Skupina chodí po místnosti až do chvíle, kdy terapeut vykřikne „štronzo!“ – členové komunity znehybní a zůstanou „zmrazení“ v poloze jakých si soch. Když si skupina zvykne na přechod pohyb – „štronzo“, vyvolá terapeut jistou emoci/náladu těsně předcházející stav „štronzo“. Uživatelé spontánně vytvoří posturickou expresi této emoce a zůstanou v této nehybné poloze (postoji) až do okamžiku, kdy terapeut „štronzo“ zruší a oni se opět mohou pohybovat po místnosti.*

<sup>78</sup> srov. VALENTA, M., 2011, s. 145-149.

<sup>79</sup> srov. VALENTA, M., 2011, s. 145.

<sup>80</sup> srov. VALENTA, M., 2011, s. 146-148.

- *Emocionální pantomima: Klient si vybere určitou emoci (nebo je mu emoce přidělena), kterou bude ztvárňovat. Ostatní členové skupiny hádají, o jakou emoci se jedná.*
- *Hádej, jak se cítím: Obdoba předešlého cvičení s tím rozdílem, že klienti znázorňují svoje aktuální emoční stavy. Cvičení umožňuje klientům uvědomit si plně svoje emoce, vyjádřit je a povzbudit se v jejich expresi a také pozorovat jeden druhého. Vhodné pro start i ukončení lekce, anebo tehdy, když terapeut cítí, že skupina dá raději přednost skutečným emocím před těmi imaginárními.*
- *Následuj moji emoci: Klient vstoupí na scénu a začne nonverbálně předvádět určitou emoci, náladu. Jakmile některý z členů komunity pochopí, o jakou emoci, náladu jde, připojí se k akci. Tak cvičení pokračuje až do chvíle, kdy se připojí poslední člen skupiny. Techniku je vhodné zařadit za skupinová zrcadla<sup>81</sup>.*

Díky využívání takovýchto aktivit dochází k upevnování vztahů v kolektivu, zkoncentrování jednotlivých smyslů a poznání sama sebe i ostatních. Druhy a varianty by bylo vhodné střídát dle aktuálních potřeb a psychického či fyzického stavu uživatelů. Pracovníci mají možnost přístupu k odborné literatuře v rámci vlastního vzdělávání, která je dostupná u pověřené sociální pracovnice a obsahuje tituly jako „*Dramaterapie*“ od autora M. Valenty, „*Hry se zpěvem*“ od autorky V. Mišurcové, nebo například „*Pohybové hry*“ od Z. Dalibora. Seznam této literatury poskytuje pracovníkům dostatečnou oporu pro výběr jednotlivých aktivit a kompletní realizaci dramaterapeutického kroužku.

### **7.3. Optimalizace dalšího vzdělávání poskytovatelů volnočasových aktivit**

Ke správně odváděným volnočasovým aktivitám také neodmyslitelně patří kvalita vzdělávání pracovníků, kteří je realizují a poskytují. Jak bylo popsáno v kapitole 5 a 6, každý pracovník musí splňovat určité kvalifikační a osobnostní předpoklady a také každoročně plnit plán dalšího vzdělávání odvíjející se od osobních vzdělávacích plánů.

Zavedený systém dalšího vzdělávání pracovníků má v tomto zařízení komplexní podobu a zaběhlý způsob analýzy vzdělávacích potřeb. Vzhledem k nabídce a kvalitě volnočasových aktivit bych doporučovala, klást větší důraz na další vzdělávání

<sup>81</sup>srov. VALENTA, M., 2011, s. 153-154.



pracovníků v oblastech dle jejich zaměřenosti na jednotlivé aktivity. Před zřizováním nových aktivit, bych navrhovala, ukotvit do metodik podmínku stanovující řádné vzdělání v dané oblasti. Došlo by tímto k celkovému zkvalitnění nabídky a k eliminaci vedení volnočasových aktivit nekompetentním pracovníkem.

Doporučila bych také rozšířit v rámci dalšího vzdělávání zaměstnanců oblast evaluace. Je v zařízení prováděna pouze na základě „*Ročního hodnocení zaměstnance*“ viz kapitola 6., což je nedostatečné pro zjištění efektivity- zda byly v rámci dalšího vzdělávání uspokojeny zjištěné vzdělávací potřeby. U této formy evaluace, se mohou objevit některé bariéry na straně účastníka, jako například uvedení nepravdivých informací zapříčiněných neanonymitou. Příkladně bych se proto i k volbě jiné metody, která by zaručovala anonymitu. Vhodné pro toto zařízení by bylo využití **360° zpětné vazby** viz níže., která slouží k měření získaných kompetencí.

Jedná se o vícenásobné hodnocení pracovníka, v tomto případě získaných znalostí dovedností, ze strany těch, se kterými přichází při práci do styku. Mezi hodnotitele je zařazen přímý nadřízený, kolegové na stejné úrovni, dále lidé, které vede (podřízení), zákazník (v našem případě uživatel, kterému je volnočasová aktivita zprostředkována) a jako poslední také samotný pracovník (sebehodnotitel).<sup>82</sup>

Před samotným započítáním **360° zpětné vazby** se doporučuje vypracování seznamu požadovaného chování po ukončení vzdělávací aktivity a od účastníků žádat jeho zhodnocení. Tato metoda je prováděna především formou dotazníkového šetření, ale může být kombinována i například s rozhovory. V případě dotazníků lze dosáhnout anonymity a tím i získání daleko objektivnějších údajů. Získané informace neslouží jen k hodnocení již proběhlé vzdělávací akce, ale i k efektivnímu plánování dalšího budoucího vzdělávání.<sup>83</sup>

V zařízení Nové Zámky PSS by bylo vhodné stávající roční hodnocení zaměstnanců zachovat, ale rozšířit jej o vzájemné hodnocení mezi zaměstnanci a o hodnocení pracovníků ze strany uživatelů s částečnou anonymitou. V případě provedení této změny, by měla evaluace charakter **360° zpětné vazby** a poskytla by účastníkům, poskytovatelům i zadavateli dalšího vzdělávání širší, ucelenější a objektivnější zpětnou vazbu.

---

<sup>82</sup> srov. KUBEŠ, M., ŠEBESTOVÁ, L., 2008, s. 9.

<sup>83</sup> srov. VODÁK, J., KUCHARČÍKOVÁ, A., 2011, s. 150.

## Návrh 360° zpětné vazby v zařízení Nové Zámky PSS



## Závěr

V závěru práce bych zmínila především poznatky, ke kterým jsem v průběhu jejího zpracování dospěla. Volnému času u osob s mentálním a tělesným postižením musí být věnováno daleko více pozornosti, než je tomu u běžné populace. Postižení lidé nejsou v některých případech schopni si svůj volný čas koordinovat samostatně, a proto je nutné, aby jim s tímto někdo pomáhal a pokud jsou klienty pobytového zařízení, aby jim toto zajistilo dostatečnou nabídku volnočasových aktivit.

Cílem mojí práce bylo „*navrhnout optimalizaci volnočasových aktivit pro klienty pobytového zařízení Nové Zámky PSS*“. Rozhodla jsem se na základě poskytnutých a prostudovaných interních materiálů, tuto optimalizaci rozpracovat z hlediska rozšíření celkové nabídky, optimalizace dosavadní nabídky a optimalizace dalšího vzdělávání poskytovatelů volnočasových aktivit. Tato optimalizace byla navržena v poslední kapitole, čímž byl naplněn cíl práce.

Samotnému sestavení návrhu předcházelo prostudování odborné literatury, na základě které jsem v teoretické části práce objasnila pojmy související s tématem a cílem. Je v ní popsána mentální retardace, která se průběžně objevuje v celé práci. Dále je zde stručně popsáno tělesné postižení. V závěru teoretické části jsem se věnovala pojmu volný čas, který je pro tuto práci stěžejní. Nenahlížela jsem na něj pouze z obecného hlediska. V dílčích podkapitolách jsem zmínila jeho vzdělávací charakter a propojila ho s pojmem mentální retardace a volnočasové aktivity.

V práci je také rozpracován obecný popis pobytového zařízení Nové Zámky PSS a nabídka volnočasových aktivit, což jsem využila jako oporu pro výše zmíněný návrh optimalizace.

Na závěr bych chtěla poukázat na některá úskalí při dosahování cíle, tedy zpracování návrhu optimalizace. Nebylo pro mne snadné v již zavedeném systému trávení volného času uživatelů v zařízení Nové Zámky PSS, najít nedostatky, které by bylo vhodné zlepšit a popřípadě jakým způsobem. Také jsem se potýkala s obtížnou propojitelností s odbornou literaturou.

## Seznam použité literatury

1. BARTOŇKOVÁ, H.: *Firemní vzdělávání. Strategický přístup ke vzdělávání pracovníků*, 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 2010.
2. ČADOVÁ, E. a kol.: *Metodika práce se žákem s tělesným postižením a zdravotním znevýhodněním*, 1. vyd., Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012.
3. DOSEDLOVÁ, J.: *Terapie tancem: role tance v dějinách lidstva a v současné psychoterapii*, 1. vyd. Praha: Grada, 2012.
4. FISCHER, S., ŠKODA, J.: *Speciální pedagogika: edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*, 1. vyd. Praha: Triton, 2008.
5. KUBEŠ, M., ŠEBESTOVÁ, L.: *360stupňová zpětná vazba jako nástroj rozvoje lidí*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008.
6. KVAPILÍK, J., ČERNÁ, M.: *Zdravý způsob života mentálně postižených*, 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990.
7. MATOUŠEK, O.: *Ústavní péče*, 2. Přepřacované vydání, Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 1999.
8. MÜLLER, O. a kol.: *Terapie ve speciální pedagogice*, 2. přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014.
9. NOVÉ ZÁMKY: Poskytovatel sociálních služeb. Interní dokumentace firmy, Nedatováno.
10. NOVOSAD, L.: *Tělesné postižení jako fenomén i životní realita: diskursivní pohled na tělo, tělesnost, pohyb, člověka a tělesné postižení*, 1. vyd. Praha: Portál, 2011.
11. PÁVKOVÁ, J. a kol.: *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*, 1. vyd. Praha: Portál, 1999.
12. PIPEKOVÁ, J. a kol.: *Kapitoly ze speciální pedagogiky*, Brno: Paido  
13. 2006.
14. RENOTIÉROVÁ, M., LUDÍKOVÁ, L. a kol.: *Speciální pedagogika*, 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2003, 2004.
15. SOLOVSKÁ, V.: *Rozvoj dovedností dospělých lidí s mentálním postižením*, 1. Vyd. Praha: Portál, 2013.
16. SUCHÁ, J., JINDROVÁ, I., HÁTLOVÁ, B.: *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, 1. vyd. Praha: Portál, 2013.
17. ŠIŠKA, J.: *MIMOŘÁDNÁ DOSPĚLOST edukace člověka s mentálním postižením v období dospělosti*, Universita karlova v Praze: Nakladatelství Karolium, 2005.

18. ŠVARCOVÁ, I.: *Mentální retardace*, 4. vydání Praha: Portál, 2011.
19. VALENTA, M.: *Dramaterapie, 4. aktualiz. a rozš. vyd.*, Praha: Grada Publishing, 2011.
20. VALENTA, M., MICHALÍK, J., LEČBYCH, M., a kol.: *Mentální postižení v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*, 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2012.
21. VALENTA, M., MÜLLER, O.: *Psychopedie*, 2. vyd. Praha: Parta, 2004
22. VESELÁ, J., KANIOKOVÁ VESELÁ, P.: *Sociologické aspekty managementu*. 1. vydání, Praha: Grada Publishing, 2011.
23. VODÁK, J., KUCHARČÍKOVÁ, A.: *Efektivní vzdělávání zaměstnanců*. 2. aktualiz. a rozš. vyd, Praha: Grada Publishing, 2011.
24. Zákon č. 108/2006 Sb., O sociálních službách ve znění pozdějších předpisů.

#### **Internetové zdroje**

1. NOVÉ ZÁMKY- Poskytovatel sociálních služeb., [online], nedatováno, dostupné z: [<http://www.novezamky.cz/>].
2. ŠINDELÁŘOVÁ, E.: *Taneční-pohybová terapie*, [online], nedatováno, dostupné z: [<http://www.maut.cz/cz/clanek-12-2/main-top> ].

## **Seznam zkratek**

PSS- poskytovatel sociálních služeb

MR- mentální retardace

WHO- Světová zdravotnická organizace

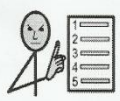
MKN- Mentální klasifikace nemocí

IQ- inteligenční kvocient


## **Přílohy**


1. Pravidla pro svíčkařskou dílnu
2. Časový harmonogram dílny
3. Program dalšího vzdělávání zaměstnanců organizace pro rok 2013 v zařízení Nové Zámky PSS
4. Hodnocení služby pracovníkem – rok 2013 v zařízení Nové Zámky PSS
5. Návrh aktivit pro skupinové pohybové cvičení

## Pravidla pro svičkařskou dílnu




pravidla

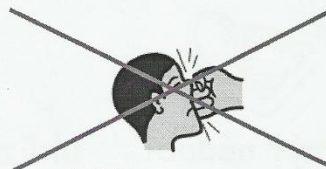
- 1) Když přicházíme do dílny a odcházíme z dílny - pozdravíme se  


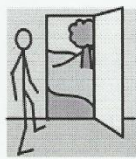
pozdravíme se
- 2) Pokud někdo přijde do dílny, odpovíme mu na pozdrav
- 3) Když pro nás někdo něco udělá  


děkuji


nebo nám něco dá – poděkujeme
- 4) Nekřičíme na ostatní,  
neskáčeme do řeči,  
necháme druhé domluvit  


nekřičím

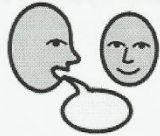



neubližuji ostatním
- 5) odcházím z dílny, sdělím to pracovníkovi  



odcházím




chovat se tiše



řeknu to pracovníkovi
- 6) Pomáháme těm,  
co to potřebují  


pomáhám ostatním
- 7) Pokud dělám špinavou práci,  
používám pracovní oděv  
nebo ochranou zástěru  


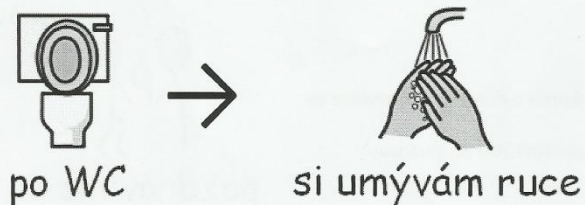
používám



pracovní oděv



8) Dodržujeme hygienu – umýváme si ruce před jídlem, po použití WC, po ukončení činnosti



9) Nebereme druhým věci, jídlo, pití, pracovní pomůcky



nebereme cizí věci

10) Uklízíme si po sobě -  
umyju hrnek, uklidím stůl a pomůcky



umýt nádobí



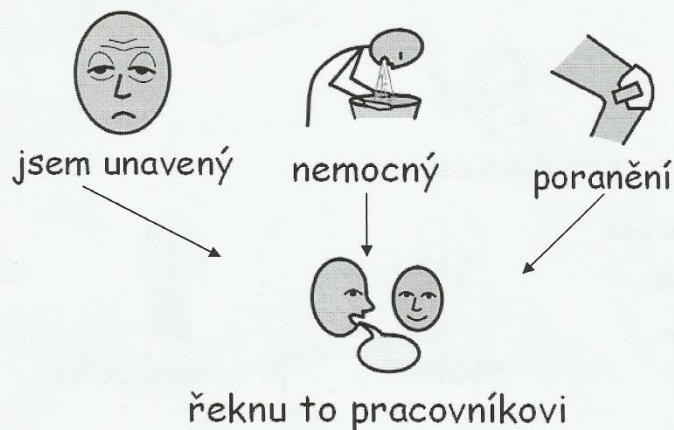
uklízíme pracoviště

11) Pracujeme podle návodu a podpory pracovníka



podpora, rada

12) Pokud jsem unavený, pokud se poraním, pokud se mi něco nelíbí, řeknu to pracovníkovi

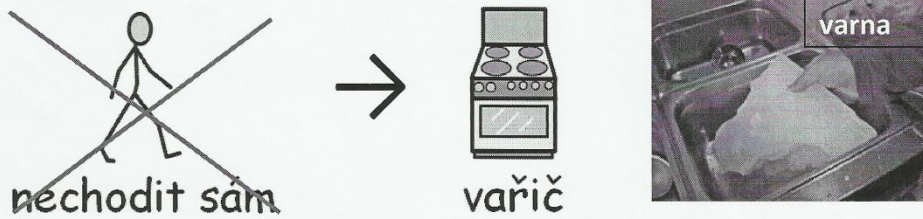


13) uživatelé nesmí používat bez dohledu pracovníka:

- varnou konvici  
a jiné elektrospotřebiče



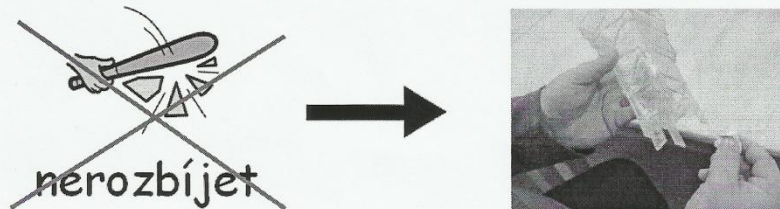
- uživatelé nesmí chodit k varně a elektrickému vařiči bez přítomnosti pracovníka



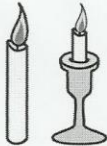
- uživatelé neberou věci ze stolu pracovníka
- uživatelé si neberou výrobky bez domluvy s pracovníkem



- zachází s pomůckami tak, aby se nerozbily, neponičily

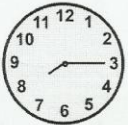



**Časový  
harmonogram dílny**



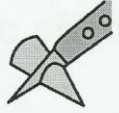
  
**svíčkařská dílna**

**DOPOLEDNE**

**činnost v dílně**


 → do → 

čtvrt na devět                      čtvrt na dvanáct



            

nalít vosk                      navléci knot                      krájet vosk



do formy      na ták                      vytváříme svíčky



**konec činnosti**

 → do → 

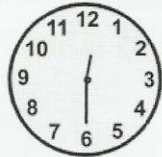
čtvrt na dvanáct                      půl dvanácté

odcházíme                      na oběd

ODPOLEDNE

činnost v dílně



půl jedné



třičtvrtě na tři

do



zdobíme a balíme



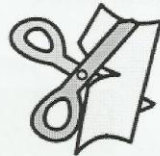
nebo



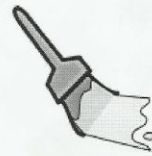
skládáme



malujeme



stříháme



lepíme

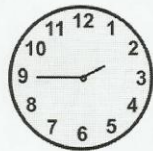


vaříme kávu



povídáme si

konec činnosti



třičtvrtě na tři



odcházíme



na svačinu

Příloha č. 3: Program dalšího vzdělávání zaměstnanců organizace pro rok 2013  
v zařízení Nové Zámky PSS

Program dalšího vzdělávání zaměstnanců organizace pro rok 2013 (PSS, SP) finální stav					
aktivita/ určeno pro pracovníky:	datum	téma	začátek, místo konání	pozn.	skutečný počet hodin
<b>školicí akce organizace</b> ** povinné vzdělávání pro PSS	4. 2., 5. 2., 11. 2, 12. 2. 2013 výběr jednoho termínu	Individuální plánování pro <b>klíčové pracovníky</b> (mimo členů Pracovní skupiny)	v 13,00 v Litovli	školení se započítává jako školicí akce organizace, zápis do indexu **  školení se doporučuje i pro všeobecné sestry ** z fondu pracovní doby	2
	13.2. Litovel, 6. 2. 2013 Nové Zámky	Individuální plánování pro členy Pracovní skupiny	13.2. Litovel, 6. 2. 2013 Nové Zámky		2
	8.2.2013	Individuální plánování pro sociální pracovníky	NZ		2
	5. 3., 6. 3. 2013, výběr jednoho termínu	Individuální plánování v organizaci I. část	na III. bydleni NZ, v 13,00 hodin		2
	21.3., nebo 4. 4. 2013	Individuální plánování pro členy Pracovní skupiny	NZ		2
	27.3.2013	Individuální plánování pro členy Pracovní skupiny	NZ		2
	2.4., 5.4., 11.4., 12.4. 2013 výběr 1. termínu	Individuální plánování pro <b>klíčové pracovníky</b> (mimo členů Pracovní skupiny)	sál NZ, v 13,00 hodin		2
	22.4., 23.4., 25.4., 26.4. 2013 výběr jednoho termínu	Individuální plánování pro <b>klíčové pracovníky</b> (mimo členů Pracovní skupiny)	sál NZ, v 13,00 hodin		2
	6.5., 10.5. 2013 výběr jednoho termínu	Individuální plánování v organizaci II. část včetně SP (mimo klíč. prac.)	sál NZ, v 13,00 hodin		2
	16.5.2013	Individuální plánování pro členy Pracovní skupiny	NZ		2
	29.5.2013	Individuální plánování pro členy Pracovní skupiny	Litovel		2
	3.6., 5.6., 7.6. 2013 výběr jednoho termínu	Individuální plánování pro <b>klíčové pracovníky</b> (mimo členů Pracovní skupiny)	sál NZ, v 13,00 hodin		2
	15. 4 a 17. 4. 2013 výběr jednoho termínu	Projekt harmonizace - předpoklady úspěšné realizace programu a aktivní zapojení personálu domova	sál NZ, v 13,00 hodin		2
	17.10.2013	Individuální plánování pro členy Pracovní skupiny	NZ		2
	23.10.2013	Individuální plánování pro členy Pracovní skupiny	Litovel		2
	21.10.2013	Polohování, prevence bolesti zad při práci s uživatelem, kompenzační pomůcky	sál NZ, v 13,00 hodin		1
	5.11, 7.11., 19.11.2013 výběr jednoho termínu	Individuální plánování v organizaci - cíle v	sál NZ, Litovel		2
	26.11.2013	Úvod do metody snoezelen	sál NZ		2
<b>akreditované vzdělávání</b> ** povinné vzdělávání pro PSS, SP - výběr zájemců zejména podle osobních plánů	23.5.2013	Aktivizace klientů s těžkým mentálním postižením	sál NZ	školení se započítává jako školicí akce organizace, zápis do indexu **  z fondu pracovní doby	8
	4.6.2013	Úvod do péče o klienty na pracovištích se zvláštním režimem			8
	12.6.2013	Jak úspěšně jednat s klientem s problémovým chováním	sál NZ od 9-15 hodin		8
	13.11.2013	Zvládání zátěže pro pracovníky v sociálních službách	sál NZ		8

další individuální školení		Hodnocení pracovníků, Zákon o sociálních službách, Příprava klientů na samostatný život, Náplň dne a terapie lidí s těžkou až hlubokou MR, Rozhoduj za sebe, Snoezelen základní pojetí, Snoezelen navazující pojetí, Kurz krizové intervence	pro vedoucí, SP, individuálně		
supervize pracovních týmů	jaro	možnost 2 supervíí pro každý pracovní tým	2 hodiny	nezapočítává se do školících akcí organizace ** z fondu pracovní doby	
	podzim				
školící akce organizace ** pro absolventy kurzu	21.11.2013	Setkání již vyškolených pracovníků v oblasti PŠS, NZ + pobočky	13,00 hodin, sál NZ	započítává se do školících akcí organizace ** z fondu pracovní doby	2
školící akce organizace ** nepovinná školení ** prezentace PSS 7,8 na základě samostudia	25.6.2013	Péče o člověka s demencí I. (podtéma - porozumění přjeti, příprava na budoucnost, komunikace)	atelier NZ 13,00 hodin	zápis do indexu ** započítává se do školících akcí organizace ** z fondu pracovní doby	2
	27.9.2013	Bazální stimulace (podtéma - teoretická východiška, neurofyziologická podstata, prvky bazální stimulace)	atelier NZ 13,00 hodin		2
	11.10.2013	Asertivitou proti stresu I. (podtéma - komunikace, stresory, distres)	atelier NZ 13,00 hodin		2
	25.10.2013	Asertivitou proti stresu II. (podtéma - složky asertivního chování, kritika a její přijímání)	atelier NZ 13,00 hodin		2
	8.11.2013	Bláznit je lidské I. (podtéma - pomáhající člověk, člověk překážející, mladý člověk)	atelier NZ 13,00 hodin		2
	29.11.2013	Bláznit je lidské II. (podtéma - sexualita, schizofrenie, mánie, člověk ubíjející)	atelier NZ 13,00 hodin		2
odborné stáže pro PSS	11.2.2013	Vincentinum PSS Šternberk, p. o.		zápis do indexu ** započítává se do školících akcí organizace ** z fondu pracovní doby	3
	24.2.2013	Domov "Na Zámku" (Nezamyslice)			3
	16.4.2013	Domov duchodců Štítý/Jedlí			8
	19.4.2013	Centrum Dominika Kokory, p. o.			8
	29.4.2013	Domov duchodců Červenka			8
	7.5.2013	Široká Niva			4
	13.5.2013	Domov pro seniory Radkova Lhota			8
	20.5.2013	Klíč - centrum sociálních služeb, p. o.			8
	24.5.2013	OS Jasněnka Uničov			4
	24.5.2013	Centrum sociálních služeb Uničov			4
	10.6.2013	Domov pro seniory Lumírov			8
	26.9.2013	Sociální služby Prostějov			8
	3.10.2013	Sociální služby Prostějov			8
	16.10.2013	Domov pro seniory Lumírov			8
18.10.2013	Domov Na zámečku Rokytnice	8			
další termíny vzdělávacích akcí vyplývající z náplně práce či legislativy	18.11. nebo 20.11.2013	Poskytování první pomoci	sál NZ 13,00	nezapočítává se do školících akcí organizace ** zápis do poslední stany indexu	2
	2.12. nebo 4.12.2013	Hygienické minimum	sál NZ 13,00		2

**Hodnocení služby pracovníkem – rok 2013**

Vážení zaměstnanci,  
v rámci zvyšování kvality poskytované služby a spokojenosti uživatelů i pracovníků  
Vám předkládáme k vyplnění dotazník.

Dotazník je prioritně sestaven pro pracovníky v přímé péči, ale budeme rádi, když jej  
vyplní i ostatní zaměstnanci.

Otázky nejsou povinné, nemusíte odpovídat na všechny. Dotazník nemusíte  
podepisovat. Po vyplnění jej předejte vedoucímu oddělení či pobočky, případně jej  
vhodte do schránky u kanceláře sociální pracovnice

Druhy odpovědí:

- Hodnocení body: 5=výborné, 4=velmi dobré, 3=dobré, 2=horší, 1=nedostatečné,
- výběrem odpovědi - vyberte nabízené slovo, které otázku nejvíce vystihuje
- volná odpověď – popište vlastními slovy

**I. OBLAST SPOLUPRÁCE**

**1. Jak hodnotíte spolupráci v týmu na vašem oddělení:           5 – 4 – 3 – 2 – 1**

v čem by se dala zlepšit  
.....

**2. Za co byste pracovní tým pochválil/a, co se Vám povedlo:**  
.....

**3. Jak hodnotíte spolupráci:**

• s všeobecnými sestrami   5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit

v čem by se dala zlepšit  
.....

• s rehabilitací   5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit

v čem by se dala zlepšit  
.....

• s pracovníky dílen   5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit

v čem by se dala zlepšit  
.....

• se sociálními pracovníky                                       5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit

v čem by se dala zlepšit  
.....

• se stravovacím provozem                                       5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit

v čem by se dala zlepšit  
.....

• s prádelnou 5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit  
v čem by se dala zlepšit

• s ekonomickým oddělením 5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit  
v čem by se dala zlepšit

• s údržbou 5 – 4 – 3 – 2 – 1– nemůžu hodnotit  
v čem by se dala zlepšit

**Jako hodnotíte spolupráci s vedoucím:**

*velmi spokojen – spíše spokojen – spíše nespokojen – velmi nespokojen*

**Za co byste ho-ji pochválil/a:**

**Co byste mu-jí doporučil/a:**

**4. Jako hodnotíte spolupráci s celým vedením organizace:**

*velmi spokojen – spíše spokojen – spíše nespokojen – velmi nespokojen*

**Za co byste jej pochválil/a:**

**Co byste jim doporučil/a:**

## II. ZMĚNY V ORGANIZACI

**5. Jakou změnu, která proběhla v organizaci, považuje:**

za přínosnou a proč:

za špatnou a proč:

**6. Co by se dalo změnit k lepšímu v dalších letech ve prospěch:**

uživatelů



zaměstnanců

.....

**7. Jak byste ohodnotil/a změnu prostředí (a mater. vybavení) v organizaci za rok 2013**

**směrem k uživatelům:**

došlo ke zlepšení, v čem:

.....

je stejné

zhoršilo se, v čem:

.....

**směrem k pracovníkům**

došlo ke zlepšení, v čem:

.....

je stejné

zhoršilo se, v čem:

.....

**III. INFORMOVANOST**

**8. Jak byste ohodnotil/a dostupnost intranetu:**

*dobrá – dostačující - spíš horší - nedostatečná*

**9. Jakým způsobem nejčastěji získáte informace o změnách (nových směrech, akcích) v organizaci:**

od vedoucího

z intranetu

od kolegů

z tištěných materiálů – směrnic, zápisů z porad

**IV. OBLAST VZDĚLÁVÁNÍ:**

**10. Zaškrtněte stáž, které jste se zúčastnil/a. Označte (zakroužkováním) její kvalitu, přínos,...**

**(5 nejlepší – 1 nejhorší)**

<input type="checkbox"/> Domov se ZR Jedlí	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Centrum Dominika Kokory	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Domov důchodců Červenka	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> CHB Široká Niva	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Domov pro seniory Radkova Lhota	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Klíč – centrum soc. služeb	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> OS Jasněnka	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Centrum sociálních služeb Uničov	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Domov pro seniory Ludmírov	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Sociální služby Prostějov	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Domov Na zámečku Rokytnice	5	4	3	2	1

**11. Zaškrtněte akreditovaný kurz, kterého jste se zúčastnil/a. Označte (zakroužkováním) jeho kvalitu, přínos,... (5 nejlepší – 1 nejhorší)**

<input type="checkbox"/> Aktivizace klientů s těžkým mentálním post.	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Úvod do péče o klienty na pracovištích se ZR	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Jak úspěšně jednat s klien. s problém. chováním	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Zvládnání zátěže pro pracovníky v soc. službách	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> jiný- název:	5	4	3	2	1

**12. Zaškrtněte kurz pořádaný zaměstnavatelem, kterého jste se zúčastnil/a. Označte (zakroužkováním) jeho kvalitu, přínos,... (5 nejlepší – 1 nejhorší)**

<input type="checkbox"/> Projekt harmonizace	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Polohování prevence	5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/> Úvod do metody snoezelen	5	4	3	2	1

**V. SUPERVIZE**

**13. Jak hodnotíte přínos supervize:**

*velmi spokojen – spíše spokojen – spíše nespokojen – velmi nespokojen - nevyužívám*

- **podářilo se díky supervizi na oddělení něco vyřešit**  ANO  NE
- **pomáhá vám osobně k tomu, abyste se cítil/a lépe**  ANO  NE

Vyhovuje vám současný supervizor  ANO  NE  NEVIUŽÍVÁM

Co by dalo v oblasti supervize vylepšit:

.....

**VI. OTÁZKY PRO KP4**

**14. Ohodnot'te školení, které bylo určeno pro zavádění nového způsobu individuálního plánování:**

Časová dotace školení byla dostatečná	<input type="checkbox"/> ANO	<input type="checkbox"/> NE
Výklad byl srozumitelný	<input type="checkbox"/> ANO	<input type="checkbox"/> NE
Mohl jsem klást otázky	<input type="checkbox"/> ANO	<input type="checkbox"/> NE
Byly zodpovězeny dotazy	<input type="checkbox"/> ANO	<input type="checkbox"/> NE

Co byste příště uvítal/a:

.....

**15. Ohodnot'te metodiky vydané k IP**

- jejich zpracování je dostatečné  
nedostatečné,  
cohybí:.....  
.....
- jejich zpracování je srozumitelné  
nesrozumitelné,  
v čem:.....

**16. Využíváte spolupráce s plánovačem  ANO  NE**

**Pokud ano, jak spolupráci hodnotíte:**

*velmi spokojen – spíše spokojen – spíše nespokojen – velmi nespokojen*

**17. Jak jste spokojen se spoluprací s metodikem k IP:**

*velmi spokojen – spíše spokojen – spíše nespokojen – velmi nespokojen – spolupráci nevyužívám*

Co by se mohlo zlepšit:

.....

**VII. DALŠÍ PŘIPOMÍNKY, NÁZORY:**

.....

.....

**Vyplňte, prosím, z jakého jste oddělení:**

I.  II.  III.  IV.  Litovel  SA oddělení  Odd. zdravotní péče

Ekonomické odd.  Odd. provozu a údržby  Odd. stravovacího provozu

## **Rozcvička**

### **Úvod**

Prostřednictvím krátkého cvičení bude rozvíjena klientova schopnost uvědomovat si jednotlivé části těla a schopnost pravolevé orientace.

### **Požadované schopnosti**

- Orientace na vlastním těle.
- Schopnost uvědomit si, že se lidské tělo skládá z jednotlivých částí, které mají své názvy.
- Schopnost uvědomit si, že existuje pravá a levá strana.
- Schopnost vykonat pohyb na základě slovního pokynu.

### **Pomůcky**

K aktivitě nejsou třeba specifické pomůcky.

### **Postup**

1. Postavte se před klienta a začněte s jednoduchými pokyny, např.: „Dotkni se nosu!“ „Ukaž, kde máš rameno, kde máš patu.“ Vyzvěte klienta, aby tyto pokyny plnil.
2. K jednotlivým částem těla postupně přidávejte požadavek na určitou stranu, např.: „Dotkni se pravého ucha, levého kolena, palce na levé noze.“ Abyste mohli přikročit k procvičování pravolevé orientace, je třeba nejdříve zopakovat, která ruka je pravá a která levá. Pro většinu klientů je obvyklou pomůckou uvědomit si, kterou rukou píší, čímž identifikují pravou ruku (pokud se jedná o praváka) a druhou ruku většinou logicky označí jako levou.
3. Pokyny můžete postupně sťažovat: „Dej levý ukazovák na nos.“ „Dotkni se pravou rukou krku.“ „Polož pravou ruku na levé koleno.“
4. Pokud klient některým z vašich pokynů nerozumí a neví, čeho se má dotknout, můžete se společně postavit před zrcadlo. V zrcadle bude také klient názorně vidět, že pohyb vykonává špatně, např. levou rukou místo pravé.<sup>84</sup>

## **Cvičení se šátkem**

- Zvedáme jednu ruku se šátkem do vzpažení, zamáváme šátkem, totéž na opačnou stranu.
- Šátek držíme oběma rukama za rohy, zvedneme do vzpažení a povolíme.
- Šátek držíme oběma rukama za rohy, děláme půlkruhy ve tvaru písmene U.

---

<sup>84</sup> SOLOVSKÁ, V., 2013, s. 72-73.

- Jedna ruka drží šátek za roh v předpažení s nataženým loktem, celou paži děláme malé kroužky (tj. máváme šátkem do kruhu), totéž na opačnou stranu.
- Cvik podobný předchozímu, ale místo kroužků děláme vlnovky (i přes střední čáru, tedy pravou též na levé straně a opačně), totéž na opačnou stranu.
- Ruka je v předpažení s nataženým loktem, šátek držíme za roh, střídavým pohybem předloktí na jednu a druhou stranu postupně nabíráme šátek, až jej máme celý v dlani.
- Šátek zmuchláme do koule, vyhodíme, chytíme.
- Šátek dáme za záda, chytíme oba konce rukou a pohybujeme nahoru a dolů (tj. podobný pohyb, jako když si záda utíráme ručníkem).
- Přendáváme šátek z ruky do ruky tak, abychom jím kroužili kolem těla na úrovni zad, pod kolena, na úrovni hlavy, vždy po směru hodinových ručiček i proti němu.
- Uvážeme šátek okolo pasu na uzel, břišní dýchání do šátku.
- Ruka je připažená u těla, drží šátek, střídavě kýveme celou rukou vpřed a vzad (tj. podobně jako když při chůzi děláme pohyby rukama), můžeme připojit také dolní končetiny (pochod na místě vsedě na židli).
- Složíme šátek na polovinu, čtvrtinu, osminu.
- Napodobujeme ždímání (protisměrný pohyb obou zápěstí).
- Pokud máme šátek pro každého účastníka v jiném barevném provedení, můžeme zkusit, zda si účastníci zapamatovali barvu „svého“ šátku.<sup>85</sup>

### **Cvičení s plavacími nudlemi**

Držíme plavací nudli svisle:

- zvedáme ji směrem vzhůru do vzpažení;
- zvedáme ji směrem vzhůru do vzpažení a nahoře ji mírně nakláníme vpřed, abychom se s ostatními mohli navzájem dotknout horními konci.

Prostředek plavací nudle máme pod chodidly, jsme zutí, konce plavací nudle držíme v obou rukou:

- ohýbáme patu a špičku přes plavací nudli do oblouku směřujícího dolů;
- přešlapujeme po plavací nudli zleva doprava a zpět;
- zvedáme pokrčené nohy tahem rukou za konce plavací nudle, kterou máme pod chodidly;
- totéž pouze s jednou dolní končetinou;
- „veslujeme“ oběma částmi plavací nudle, přitom zapojíme celou horní polovinu těla.

Sedíme, prostředek plavací nudle umístíme mezi záda a opěradlo židle ve výši ramen, ruce položíme přes plavací nudli, chytíme konce, ruce zkřížíme na prsou a zpět.

<sup>85</sup> SUCHÁ, J., JINDROVÁ, I., HÁTLOVÁ, B., 2013, s. 57-58.

Sedíme na prostřední části plavací nudle, držíme oba konce, předloktí je rovnoběžné s plavací nudlí, předloktí překřížíme před pupíkem.

Držíme plavací nudli oběma rukama za konce, je ohnutá do tvaru písmene U:

- vzpažíme;
- předpažíme;
- diagonály (z výchozí polohy u pravého stehna jdeme šikmo nahoru vlevo, zpět, totéž opačně);
- rotace v předpažení („točení volantem“).

Ponecháme poloviční počet plavacích nudlí a cvičíme v protilehlých dvojicích:

- přetahujeme se (lehce);
- zvedáme plavací nudli;
- rotujeme plavací nudli kolem její osy (tedy otáčíme jí dokola).

Necháme v kruhu jednu plavací nudli. Drží ji za konce dva protilehlí účastníci. Plavací nudle se posunuje v kruhu po směru hodinových ručiček tím, že si ji jednotliví účastníci sedící vedle sebe předávají.

Vedoucí skupiny stojí uprostřed kruhu a drží svisle všechny plavací nudle. Náhle je pustí a účastníci je chytají. Totéž lze dělat s jedinou plavací nudlí.

Uděláme z plavací nudle kruh a prohazujeme jím míč.<sup>86</sup>

### **Skupinová masáž**

- **Vhodné pro:** skupinu o alespoň pěti účastnících a jednoho pracovníka, který aktivitu vede. Účastníci mohou mít i střední poruchu kognitivních funkcí.
- **Náročnost:** 1-2
- **Orientační doba trvání:** 5-10 minut
- **PROCVIČUJE SE:** svalová síla horních končetin, neverbální komunikace ve skupině, relaxace přetížených svalů
- **POMŮCKY:** žádné, popř. malý molitanový míček či míček s výstupky („ježek“) podle zvolené varianty
- **POSTUP:** Účastníci sedí na židlích, které jsou rozestaveny do tvaru kruhu. S nimi sedí pracovník, na jehož pokyn se účastníci na židlích přetočí všichni např. vpravo o 90°, takže sedí v kruhu v řadě za sebou. Eventuálně upravíme vzdálenosti mezi jednotlivými židlemi. Každý z účastníků pak masíruje záda a krční páteř tomu, kdo sedí před ním.
- **Varianta:** K masáži je také možné použít malé molitanové míčky nebo míčky s výstupky („ježky“).<sup>87</sup>

<sup>86</sup> SUCHÁ, J., JINDROVÁ, I., HÁTLOVÁ, B., 2013, s. 59-60.

<sup>87</sup> SUCHÁ, J., JINDROVÁ, I., HÁTLOVÁ, B., 2013, s. 66.

## **Anotace**

Příjmení a jméno autora: Veronika Kobzová

Název katedry a fakulty: Katedra sociologie andragogiky a kulturní antropologie,  
Filozofická fakulta

Název diplomové práce: Volnočasové aktivity pro osoby s tělesným a mentálním  
postižením v pobytovém zařízení

Počet znaků: 83210

Počet příloh: 5

Počet titulů použité literatury: 26

Klíčová slova: Volnočasové aktivity, volný čas, vzdělávání, pobytové zařízení

Key words: Leisure activities, leisure, education, residential facilities

## **Anotace**

Celá práce je zaměřena na volnočasové aktivity pro osoby s tělesným a mentálním postižením. Téma je situováno do konkrétního pobytového zařízení Nové Zámky - poskytovatel sociálních služeb, s cílem navrhnout optimalizaci volnočasových aktivit a to z několika hledisek. Týkají se rozšíření celkové nabídky, optimalizace dosavadní nabídky a optimalizace dalšího vzdělávání poskytovatelů volnočasových aktivit. Práce je strukturována do tří částí. V první je na základě odborné literatury obecně terminologicky ukotveno téma volnočasových aktivit a s ním související pojmy. Druhá část popisuje pobytové zařízení, jeho strukturu, cíle a celkovou nabídku volnočasových aktivit. Ve třetí části je na základě analýzy interních materiálů popsán systém dalšího vzdělávání poskytovatelů volnočasových aktivit v daném zařízení. V závěru je vypracován návrh optimalizace nabízených aktivit z výše uvedených hledisek.

## **Annotation**

The entire work is focused on leisure activities for persons with physical and mental disabilities. The topic is situated in a particular residence facilities New Locks - provider of social services, in order to design optimization and leisure activities from several viewpoints. They concern the extension of the total supply, optimization of existing supply and optimization of further education providers leisure activities. The

work is divided into three parts. The first is based on the scientific literature generally grounded terminology topic of leisure activities and related concepts. The second part describes the residential institution, its structure, goals and overall range of leisure activities. The third part is based on an analysis of internal materials described a system for training providers of leisure activities in the facility. The conclusion is drawn design optimization activities offered on the above aspects.