

Univerzita Palackého v Olomouci  
Cyrilometodějská teologická fakulta  
Katedra křesťanské sociální práce

Bakalářská práce

2024

*Jaroslava Liptáková, DiS.*

Univerzita Palackého v Olomouci  
Cyrilometodějská teologická fakulta  
Katedra křesťanské sociální práce

*Sociální politika a sociální práce*

*Jaroslava Liptáková, DiS.*

*Vnímání potenciálu spirituality jako zdroje  
při překonávání strachu, úzkosti nebo osamělosti ve stáří  
pohledem klientů sociálních služeb*

Bakalářská práce

Vedoucí práce: ThLic. Michal Umlauf, Ph.D

2024

## Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a použila jsem přitom jen uvedené prameny a literaturu.

Ve Staré Vsi nad Ondřejnicí 24. 4. 2024

Jaroslava Liptáková, DiS.

## Poděkování

Na tomto místě chci poděkovat vedoucímu práce, panu ThLic. Michalovi Umlafovi, Ph.D. za jeho obětavé a vstřícné vedení v průběhu psaní práce. Jsem vděčná za připomínky, trpělivost a zpětnou vazbu, kterou mi vždy ochotně poskytl. Poděkování patří také celé mé rodině a mému příteli V. a jeho rodině za podporu a motivaci k dokončení studia. Mé díky směřují rovněž ke všem účastníkům výzkumu, a v neposlední řadě děkuji především Duchu svatému za dar rozumu a moudrosti a za sílu vytrvat.

# OBSAH

Úvod .....	5
1 Stáří a s ním spojené těžkosti i pozitiva .....	7
1.1 Stáří a stárnutí .....	7
1.2 Pohled společnosti na stáří .....	9
1.3 Limity ve stáří jako příčiny strachu, úzkosti a osamělosti .....	12
1.4 Sociální práce se seniory .....	15
2 Potenciál spirituality ve stáří .....	18
2.1 Vymezení spirituality .....	18
2.2 Potenciál spirituality ve stáří .....	20
2.3 Pozitiva spolupráce sociální práce a praktické teologie pro seniory využívající sociální služby.....	23
3 Metodologie výzkumu .....	26
3.1 Hlavní výzkumný cíl a okruh výzkumných otázek .....	27
3.2 Představení participantů a průběh výzkumu.....	27
3.3 Rizika zvolené výzkumné strategie a reflexe etických rizik .....	28
4 Kazuistiky .....	31
4.1 Kazuistika 1: paní Irena .....	31
4.2 Kazuistika 2: paní Jana .....	34
4.3 Kazuistika 3: paní Vlasta.....	36
5 Diskuze .....	39
Závěr.....	43
Bibliografie.....	45
Seznam zkratk .....	50
Anotace.....	51
Seznam příloh.....	52

## Úvod

Zásadní motivací pro psaní této práce byl můj zájem pracovat se seniory, a to tak, aby péče o ně vycházela z holistického pohledu na člověka využívaného v profesi sociální práce, a aby nejen má budoucí praxe byla spirituálně citlivá. Domnívám se, že v současnosti je již profesionální a individuální přístup ke klientovi rozvinut na poměrně vysokou úroveň, zároveň je však dnešní společnost stížena sekularizací, která nás všechny v různé míře ovlivňuje. Spiritualita neboli duchovno bývá často špatně pochopeno a zařazováno do škatulky „náboženství“, tím pádem by nebylo co řešit u nereligiózních klientů. To se pak projevuje například v konkrétní realizaci individuálního plánování v sociálních službách, jejichž pracovníci si často neví rady právě se spirituální oblastí, kterou nemají ve své službě dostatečně ošetřenou a sami u sebe zpracovanou. Pokud se k této nejistotě přidají ještě stereotypy, kdy veřejnost považuje spiritualitu za něco zastaralého a hodícího se už jen pro staré lidi a představí si typicky třeba nedělní bohoslužbu za účasti několika babiček, pak je nejvyšší čas připomenout správný pohled na duchovní stránku lidské osoby. Tento názor není jen můj, zastávají ho i autoři odborné literatury a jejich výzkumy, na něž se v textu práce odkazuji. Pro účely jejího zpracování jsem našla dostatek zdrojů, avšak z hlediska aktuálního stavu poznání mnou popisovaných skutečností v českém prostředí mám za to, že nám oproti jiným zemím stále chybí více publikací a především podrobnějších výzkumů v této oblasti.

Tématem této práce je vnímání potenciálu spirituality jako zdroje při překonávání strachu, úzkosti nebo osamělosti ve stáří pohledem klientů sociálních služeb. Na to navazuje i cíl shodný s výzkumným cílem, kterým je zjistit a kvalitativním výzkumem doložit, zda klienti považují svoji spiritualitu za zdroj a pomoc při zvládnutí těžkostí spojených se stářím, jako je strach, úzkost či osamělost, a jak oblast spirituality vnímají a prožívají.

Práce se skládá z teoretické a výzkumné části, má charakter kompilace a v případě výzkumu se jedná o výzkumné šetření kvalitativního typu zpracované v podobě kazuistik. Ke sběru dat jsem využila metodu polostrukturovaného rozhovoru.

Strukturu této práce jsem vytvářela tak, aby vše směřovalo k naplnění cíle, přičemž jsem čerpala z tematicky odpovídající literatury v oblasti sociální práce, psychologie a teologie včetně stávající legislativy a existujících výzkumů k dané problematice. Vedle těchto zdrojů se odkazuji rovněž na svoji absolventskou práci s názvem Potenciál spirituality v sociální práci při podpoře klienta v jeho strachu, úzkosti nebo osamělosti ve stáří pohledem

V. E. Frankla, kterou jsem úspěšně obhájila na CARITAS - Vyšší odborné škole sociální v Olomouci v roce 2022.

Téma je relevantní vzhledem ke studovanému oboru Charitativní a sociální práce. Vycházím především z mezinárodní definice sociální práce, na jejímž základě poukazuji na nutnost prosazování změn ve prospěch seniorů v rámci sociální politiky v naší zemi a specifikuji sociální práci se seniory především z pohledu případové sociální práce a jejích metod.

V první kapitole teoretické části se věnuji vymezení stáří jako takového včetně jeho limitů a pojetí sociální práce se seniory, zmiňuji rovněž pohled společnosti. Ve druhé kapitole objasňuji pojem spiritualita a popisuji její potenciál ve stáří, poté uvádím pozitiva spolupráce sociální práce a praktické teologie. Třetí kapitola, spadající již do výzkumné části, se zabývá metodologií výzkumu a zahrnuje rizika zvolené výzkumné strategie a reflexi etických rizik. Následující čtvrtá kapitola obsahuje tři kazuistiky a pátá kapitola poskytuje prostor k závěrečné diskuzi.

# 1 Stáří a s ním spojené těžkosti i pozitiva

Jak je již zmíněno v úvodu, cílovou skupinu, o níž práce pojednává, představují senioři. K tomu, abychom dokázali někomu pomoci a nalézt odpovídající řešení, je nezbytné, abychom dotyčného a posléze i jeho potíže co nejlépe znali. Proto se budu v první kapitole zabývat vymezením základních pojmů a pokusím se ve stručnosti vyjmenovat vše podstatné, co se může k daným skutečnostem vztahovat. Řeč bude o tom, co je to vlastně stáří, jak jej můžeme vymežit a kategorizovat nejen dle literatury, ale i z hlediska vnímání současné společnosti. Dále se budu věnovat pojmům strach, úzkost a osamělost ve stáří, a tím, proč vůbec tyto negativní aspekty spojovat s touto životní etapou. Opominout nechci ani pohled a možnou intervenci či příležitost na poli sociální práce.

## 1.1 Stáří a stárnutí

Stáří známe jako poslední z vývojových období člověka, ať už z přímého kontaktu se starými lidmi či z literatury, anebo jej již zažíváme podobně jako například participanti této práce. Hned na začátku se tedy nabízí otázka, proč se vůbec stářím zabývat a proč se jej pokoušet nějak vymezovat, když se přece jedná o něco naprosto běžného v našem životě. Myslím si, že především proto, že se to týká každého z nás. Každý člověk stárne, a to nejen v horizontu svého přirozeného konce, ale celý život, každým dnem je starší. Říká se, že stárnutí, stáří a smrt je jediná jistota, kterou zde na Zemi máme, a tedy i jediná spravedlnost (Haškovcová, 2010, s. 16-15).

Jak lze stáří vymežit? Nejčastějším, ne však jediným způsobem, se kterým se v literatuře setkáme, je vymezení stáří dle věku, ačkoliv se zde ocitá námitka, že rozdělování stáří na věkové etapy je pouhým sociálním konstruktem hodícím se spíše pro administrativní záležitosti, neboť kalendářní, chronologický či matriční věk nic nevyovídá o skutečném stavu starého člověka (Haškovcová, 2010, s. 24-25). Pro lepší orientaci, a také z hlediska délky tohoto životního období, neboť ve stáří může člověk za předpokladu dobrého zdraví a dalších příznivých podmínek v současnosti prožít třeba i třicet let života nebo více, je však užitečné stáří kategorizovat dle věku. Světová zdravotnická organizace (WHO) používá následující periodizaci: 60 - 74 let představuje rané stáří nebo též starší věk, 75 - 89 let vlastní stáří či jinými slovy pokročilý, vysoký věk, vlastní stáří neboli sénium, a v rozmezí 90 let a více se již jedná o dlouhověkost (Haškovcová, 2010, s. 20).



Dále je známé rozdělení na první, druhý, a třetí věk, tedy mládí, dospělost a stáří, přičemž samotné stáří se dále dělí na třetí věk neboli rané stáří, představující „mladé seniory“, a čtvrtý věk coby pravé stáří, počínající dovršením 74 let, jež je spojováno s větší mírou závislosti a nesoběstačnosti oproti třetímu věku, kdy je člověk ještě poměrně dobře schopen realizovat své cíle a přání (Suchomelová, 2016, s. 40; Haškovcová, 2010, s. 25).

Haškovcová rovněž uvádí poslední trend odborné literatury, která pracuje s označeními „young old“ nebo jen „old“ pro „mladé seniory“, „old old“ pro „staré seniory“, a konečně „very old old“ - velmi staří či dlouhověcí - pro ty, kdo dovršili 85. rok věku (Haškovcová, 2010, s. 21).

Za seniora je dnes obvykle považován ten, kdo dosáhne stanovené hranice pro odchod do starobního důchodu, což s sebou samozřejmě přináší úskalí nepřesnosti spočívající v posouvání této hranice dané stávající legislativou. Prozatím je ve spojitosti s odchodem do penze udáván věk 65 let (Haškovcová, 2010, s. 21).

Věk ovšem, jak již bylo zmíněno na začátku, není jedinou komponentou pro správné vnímání stáří. Podstatné jsou totiž i biologické a psychické faktory, neboť vedle stáří kalendářního existuje také stáří biologické, jehož vývoj závisí na genetických dispozicích i vnějších faktorech, například na životním stylu (Opatrný, Motlová, 2008, s. 93-94). Lze tedy konstatovat, že stáří samo o sobě není patologické, nýbrž odvíjí se od individuálního stavu jedince.

Stářím rozumíme ontogenetické období v lidském životě, zatímco stárnutí je proces, v jehož průběhu přirozeně dochází k četným změnám organismu, z nichž mnohé bývají nežádoucí. Stárnout lze nejen fyzicky, kdy s sebou vyšší věk přináší jistou křehkost a rostoucí rizika i případy onemocnění, úrazů či zhoršené imunity, ale i psychicky, kdy je člověk provázen vědomím zkrácené životní perspektivy a blížícího se konce, zpomalenou činností mozku zapříčiněnou menším množstvím podnětů či příchodem některého z typů demence (Suchomelová, 2016, s. 21-22).

Z pohledu psychologie s sebou stáří přináší řadu úkolů i možností a je na jedinci, jak se ke svému stárnutí postaví, a zda si dokáže uvědomit, že již nastal čas odstoupit od životního shonu a věnovat se těm činnostem a myšlenkám, díky nimž bude jeho stáří skutečně naplněné. To, že je stáří posledním úsekem životní cesty, neznamená, že by nebylo rovnocenné předchozím vývojovým obdobím, protože „*každé životní stádium má své vlastní, jedinečné poslání a osobnost zraje po celý život*“ (Říčan, 2005, s. 276-277). Podle papeže Františka je stáří darem zralosti a moudrosti pro všechna životní stádia (Brzeziński, 2023, s. 4).

Hlavním vývojovým úkolem stáří je dle Eriksonovy teorie osmi stádií dosažení integrity, tedy celistvosti a naplnění života. Tato celistvost v sobě dle Říčana zahrnuje čtyři aspekty, a to pravdivost k sobě samému, projevující se poznáním svého života jako celku, dále smíření se vším, co bylo, s přijetím pozitivních i negativních úseků minulosti, uzavřením a odpuštěním, pak také pojetí integrity jako domov, kdy dochází k uvědomění si svých kořenů a milovaných míst, a konečně se jedná o životní filozofii, jakousi moudrost spojenou s životním přesvědčením, filozofií, vírou a duchovní otevřeností. Protipólem integrity je zoufalství, které se může dostavit pod vlivem těžkostí, kterým musí senior čelit, a jež obsahuje například ztrátu smyslu života, osamocenosť, narůstající bezmoc a vědomí blížící se smrti. Proti těmto integritu ohrožujícím skutečnostem je potřeba aktivně bojovat, a lze říci, že bez tohoto boje člověk integrity ani nedosáhne, není to automatická vlastnost stáří (Říčan, 2004, s. 380-382).

## 1.2 Pohled společnosti na stáří

Prozatím jsem za účelem jasnějšího zarámování a pochopení tématu, o kterém práce pojednává, specifikovala stáří coby ontologické období v životě člověka jak věkovým ohraničením, tak za pomoci dalších biologických a psychických faktorů včetně pohledu psychologie zahrnujícího stáří jako období integrity. Stáří je ovšem jinak popisováno v odborné literatuře, a jinak vnímáno v praxi a ve společnosti. Ráda bych proto nyní shrnula současný postoj české společnosti ke starým lidem, protože se dotýká nás všech a především samotných seniorů, neboť vedle pozitivní zpětné vazby na stáří se poměrně často setkávají spíše s předsudky, stereotypy a dalšími negativními pohledy, které se pak odráží ve zhoršené kvalitě života seniora, jenž se může cítit společností odsunut na pokraj jako zbytečný a nepotřebný.

Pohled společnosti na stáří je patrný ve výzkumech cílených na tuto věkovou skupinu a s ní spojené otázky. Nejen v této kapitole se opírám například o výzkumy a studie realizované v rámci projektu MŠMT ČR *Proměna sociálního obsahu kategorie generace seniorů. Příspěvek k sociologii třetího věku. Projekt 2D06021* (Sak, Kolesárová, 2012, s. 7). Během čtyř let (2007 - 2011) bylo provedeno osmnáct kvalitativních a kvantitativních výzkumů popsanych v knize *Sociologie stáří a seniorů* od Saka a Kolesárové, z nichž některé obsahují data od více než tisícovky respondentů různých věkových kategorií (Sak, Kolesárová, 2012, s. 195-198). Dalším zdrojem z praxe, který stojí za zmínku, je kvalitativní studie *Duchovní potřeby jihočeských seniorů*, zpracovaná v publikaci Věry Suchomelové

*Senioři a spiritualita*, která vychází z hloubkových rozhovorů s dvaceti seniory a přímého pozorování jejich přirozeného prostředí (Suchomelová, 2016, s. 125-127). Dalšími autory, kteří se zabývají problematikou stáří, jsou Lucie Vidovičová a Ladislav Rabušic, kteří spolu s týmem ostatních odborníků stojí jmenovitě za projektem „*Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti pro ČR*“ (MUNI FSS, Ageismus.cz, O projektu, [online]).

Jedná se o cenný materiál, neboť obdobných studií a výzkumů v tomto směru není mnoho a dle mého názoru v českém prostředí chybí.

Je to právě společnost, která z velké míry určuje, jak bude stáří vypadat a probíhat, protože daný jedinec v ní prožívá celý svůj život - své dětství, mládí i dospělost, a stáří jakožto výsledný produkt této společnosti o ní něco vypovídá (Sak, Kolesárová, 2012, s. 13). O tom, zda v naší zemi dokážeme nebo nedokážeme zachovávat úctu a respekt ke starším generacím, si můžeme sami vytvořit obrázek ze stávajícího a přetrvávajícího trendu adorace mládí, mnohých stereotypů a předsudků, a také informací, které nám předkládají média. Při pohledu na tyto postoje je až politování hodné, že negativní převládá nad pozitivním, a že tato negativita vychází často z povrchního náhledu či strachu z něčeho bolestného, zdánlivě neproduktivního a konečného.

Pro naši dobu je typický věčný ideál mládí, který nás nutí pečovat o svůj vzhled takovým způsobem, který by odpovídal nejnovějším kosmetickým a módním požadavkům. Krásné a mladistvé tělo, plastické operace, potřeba být „in“, to vše zahání stáří takřikajíc do kouta jakožto něco neakceptovatelného, takže starý člověk nemůže takový nápor ustát. Vnitřní kvalita člověka ustupuje vnějšímu designu a vytrácí se cit pro hlubší dimenzi a duchovno (Sak, Kolesárová, 2012, s. 14-15).

Touha zůstat stále mladým ovšem není jen záležitostí posledních let, nýbrž je tu přítomna spolu s touhou po nesmrtelnosti již celá tisíciletí. Zaznívá v umění současném i minulém, typickým příkladem může být jak píseň Karla Gotta *Být stále mlád*, tak Epos o Gilgamešovi. Jak ale podotýká Smékal, *člověk je mladý, dokud je schopen divit se, žasnout a radovat se z nových zážitků a zkušeností*“ (Smékal, 2005, s. 56). Klade tak důraz na vnitřní krásu a vitalitu, nikoliv na viditelné stárnutí organismu. Být vnitřně mladým je dle mého náhledu daleko efektivnějším než se starat pouze o svůj vzhled, a to ne proto, že bych tělesný stav kladla na nižší úroveň, ale proto, že vnitřní nastavení ovlivňuje i celkové zdraví či potenciál se uzdravit.

Na nebezpečí narůstajícího sklonu k povrchnosti upozorňuje i papež František ve své exhortaci *Evangelium gaudium* (čl. 62), když píše, že „*v majoritní kultuře zaujímá čelné místo to, co je vnější, bezprostřední, viditelné, rychlé, povrchní a provizorní.*“

K negativnímu postoji ke stáří bohužel mnohdy přispívají i média, když poukazují například na důchodovou reformu, stárnutí populace, a přibývání lidí v důchodovém věku, což je pro stát ekonomicky zatěžující okolnost, ať už se jedná o péči v sociálních nebo zdravotnických zařízeních. Řešením by mohlo být to, aby se sami staří lidé snažili zlepšit svůj image v médiích, například tím, že zviditelní své aktivity či úspěchy (Haškovcová, 2010, s. 48-49).

Zde se ovšem dostáváme do úzkých, protože ne každý senior je vzhledem ke svým zdravotním možnostem schopen dostat roli aktivního seniora. Opět zde do jisté míry narážíme na kult věčného mládí, tedy snahy vypadat co nejlépe a zvládat co nejvíce aktivit, jako když byl člověk mladý, což odporuje přirozenému úbytku sil ve stáří. Model takzvaného „aktivního stáří“ sice ukazuje starého člověka v dobrém světle a vyzdvihuje jeho pozitiva a možnosti seberealizace, na druhou stranu s sebou ale přináší riziko vyloučení všech seniorů, kteří na tuto úroveň nedosáhnou kvůli vyššímu věku či přibývajícím zdravotním potížím, a na jejich stárnutí by bylo nahlíženo jako na nesprávné, protože jsou neaktivní a nevyužívají všech nabízených možností (Suchomelová, 2016, s. 34-35).

Stáří a téma smrti se pro naši společnost stalo strašákem a něčím, co se pokoušíme oddálit, jak jen to jde, nejlépe na neurčito, nebo jej popřít úplně, jako by neexistovalo. Někdy tento strach či odpor může zajít až tak daleko, že dochází k dehonestujícímu zacházení se starými lidmi pouze na základě jejich věku, zde je řeč o tzv. ageismu (Suchomelová, 2016, s. 40). Haškovcová upozorňuje rovněž na nevhodné pojmenovávání seniorů a uvádí některé pojmy vzniklé v minulém století, například „*přestárlí občané*“ nebo „*dříve narození občané*“ (Haškovcová, 2010, s. 21). Dále píše o mýtech ve stáří, které se týkají falešných představ a přesvědčení, že každý senior, proto, že je to senior, je neužitečný, vyžadující více lékařské péče, trpící demencí, chudý, asexuální apod. (Haškovcová, 2010, s. 42-47).

Nepřipravenost na stárnutí nevykazuje jen široká společnost, ale rovněž naše politická reprezentace, o čemž je dle průzkumu přesvědčena převážná část české populace jak z řad seniorů, tak z ostatních věkových skupin (Sak, Kolesárová, 2012, s. 16). To se pak promítá i do image vytvářeného médií, jak je již zmíněno výše.

Naštěstí výzkumy nevykazují jen záporné a vůči stáří odmítavé výpovědi, ale i pozitivní postoje. Stáří je spojováno s moudrostí, která není automatická, ale lze se k ní dopracovat. Senior má tu výhodu, že má oproti mladším lidem více životních zkušeností, zažil více společenských i politických událostí, a získal tak určitý nadhled (Sak, Kolesárová, 2012, s. 21-25). Na otázku, s čím si česká populace spojuje seniory, a co se jí jako první při slově „senior“ vybaví, zaznívají v procentuálně vyšší míře odpovědi jako „*starý, starší člověk,*

*důchodce, prarodiče*“, a pak až negativně zbarvené názory jako *„ekonomicky slabší část obyvatel, nespokojený, závislost na jiných, únava, vzhled“* a další, nicméně nutno podotknout, že pojmy jako *„zkušenosti, znalosti, rozum, moudrost“* uvedla pouhá dvě procenta dotázaných. Stejně tak i v následující výzkumné otázce zabývající se přínosem seniorského věku a důchodu pouze pět procent respondentů uvedlo tyto kategorie (Sak, Kolesárová, 2012, s. 27-29).

### **1.3 Limity ve stáří jako příčiny strachu, úzkosti a osamělosti**

Z předchozí kapitoly, v níž jsem shrnula postoje společnosti ke stáří, je patrné, že lidé se většinou v souvislosti s konečným obdobím života obávají bezmocnosti, nemocnosti, bolesti, neproduktivity, ztráty blízkých, změny vzhledu či jen toho, že to již zkrátka nebude to, co to bývalo. Je zřejmé, že mnohdy můžou být tyto obavy přemrštěné, anebo se typicky jedná o některé mýty o stáří, na druhou stranu některé mohou být adekvátní a zcela na místě. Pokud bychom si položili otázku, proč v dnešní době spojovat se stářím právě strach, úzkost či osamělost, pak odpovědi mohou být právě i zmíněné prvky těchto obav. Stáří jakožto období mnoha změn v biologické, psychické, sociální a spirituální oblasti s sebou skutečně nese mnohá omezení, která mohou ke strachu, úzkosti a osamělosti přispívat, a být jejich zdrojem, ale i důsledkem. Určitý limit, například úbytek sil a nesoběstačnost, může zapříčinit osamělost a strach, co bude dál, a tyto pocity zase způsobí, že dotyčný bude ještě více fyzicky slábnout a potřebovat více pomoci od svého okolí. Všechny oblasti lidské osoby jsou propojené, což znamená, že jeden problém se může prolínat do více dimenzí. A protože se většinou bojíme toho, co neznáme, jeví se jako užitečné znát tyto stránky lidské osoby i změny a rizika, jež s sebou stáří přináší, a tak předcházet negativním pocitům.

Nejprve je dobré definovat si, co je to vlastně strach a úzkost a jaký je mezi nimi rozdíl. Strach se týká konkrétní skutečnosti, kterou člověk zná a bojí se, že nastane, případně už ji zažívá, zatímco úzkost lze popsat jako obavu z něčeho neznámého, například z nejisté budoucnosti. Stavů úzkosti či strachu mohou nabývat různé intenzity, zdravé napětí může vystřídat ochromující neklid a nezvladatelná zoufalost a beznaděj (Křivohlavý, 2000, s. 51-52). Strach a úzkost jsou tudíž běžné stavy našeho organismu, pomáhají nám připravit se na nepříjemné či nebezpečné situace, a slouží tak de facto k zachování života. Problémem se stávají tehdy, *„pokud se objevují příliš často, jsou silné, trvají příliš dlouho nebo se objevují v nevhodných situacích“* (Praško, Vyskočilová, Prašková, 2006, s. 11-12). Mohou nás natolik

svazovat, že se staneme uzavřenými a v konečném důsledku osamělými (Křivohlavý, 2000, s. 51-52).

Osamělost je něco jiného než samota. Samotu lze chápat jako významný zdroj psychohygieny, člověk ji vyhledává dobrovolně, aby si odpočinul, kdežto osamocení je nechtěný stav, který lze zažívat coby pocit vyloučenosti a izolovanosti i v prostředí, kde člověk není sám, příkladem může být domov pro seniory stejně jako vlastní rodina. Ve stáří je osamělost častější než v předchozích životních obdobích, avšak nelze přímo tvrdit, že je to období osamělosti, míra jejího zakoušení totiž vždy závisí na daném jedinci, jeho postoji a emoční stabilitě a na okolnostech vyvolávajících pocit osamělosti (Fyzioklinika, poradna [online]).

Autoři, kteří se zabývají generalizovanou úzkostnou poruchou, nachází příčiny tohoto stavu v životních událostech. Některé z nich se objevují právě ve stáří a mohou tak způsobovat nadměrný stres. Jedná se, mimo jiné, například o úmrtí partnera/ partnerky nebo jiného blízkého člena rodiny či blízkého přítele, odchod do důchodu, změna finančního stavu, životních podmínek, zvyklostí a sociálních aktivit (Praško a kol., 2006, s. 26-27). Pojďme si tedy přiblížit, jaké změny ve stáří mohou vést ke zvýšeným pocitům strachu, úzkosti a osamělosti.

V biologické oblasti se na odstartování a průběhu stárnutí i na pravděpodobné délcežití významnou měrou podílí geny. Samozřejmě genetické dispozice nepředstavují absolutní danost, záleží na prostředí a životním stylu, který může proces stárnutí podpořit či oddálit. Stejně tak není možné tvrdit, že stáří je obdobím nemocí, obecně však je starý člověk s přibývajícím věkem náchylnější na onemocnění různého typu (Vágnerová, 2000, s. 448). Typickým jevem je polymorbidita, tedy stav organismu, který trpí více chorobami najednou. S tím souvisí i polypragmázie, tj. užívání více léků naráz. Lékaři se nejčastěji setkávají s případy insomnie, inkontinence či imobility (Haškovcová, 2010, s. 251-252).

Jak jsem již zmínila výše, jednotlivé oblasti lidské osobnosti se vzájemně prolínají, stejně jako jedna potíže zasahuje do více oblastí. Limity v tělesné oblasti mohou negativně působit na sociální složku osobnosti, neboť změněný zevnějšek a stav, kdy člověku není dobře, odráží seniora více či méně od sociálních aktivit a přivádí jej k osamělosti. Biologický stav odráží rovněž stav psychiky. Pokud někdo ve svém stáří rezignoval, ztratil zájem pečovat o svůj vzhled a domácnost, a může se v krajním případě přiblížit k Diogenovu syndromu, tj. syndromu zanedbaného starce (Vágnerová, 2000, s. 449-450).

Ve stáří kromě tělesných změn dochází i ke změnám v psychice, které jsou dle Vágnerové podmíněny buďto biologicky, tj. stárnutím či vlivem určité nemoci nebo

psychosociálně v závislosti na individuálním životním stylu, sociálních zkušenostech a aktuálním postojům společnosti. Dochází k proměně schopnosti a rychlosti rozhodování, zhoršuje se orientace kvůli potížím se zrakem a sluchem, přibývají poruchy paměti a snižuje se potřeba i schopnost naučit se něco nového. Senior se stává rigidním a emočně labilnějším, vyhledává více citové opory než dřív a mění se také jeho osobnost, stává se úzkostnějším či podezřívavějším a prohlubuje se sklon k introverzi a samotářství. Je si také vědom blížícího se konce života (Vágnerová, 2000, s. 450-459). Spíše než strach ze smrti však seniora provází strach z umírání (Vágnerová, 2000, s. 504). Čím dál častějším problémem stáří je také demence různého typu, projevující se zhoršenou pamětí a schopností logicky uvažovat a změnami osobnostními, emočními a sníženým zájmem o okolní dění (Vágnerová, 2000, s. 493-494).

Biologické i psychické limity se promítají do sociální oblasti a mohou vést k izolaci a opuštěnosti seniora, ať už se straní společnosti záměrně nebo je jí opomenut a odvržen na okraj. Vzdávající potřebu sociálního kontaktu mohou naplnit jak vrstevníci, kteří seniorovi nejlépe rozumí, tak děti a mladí, kterým mohou staří předávat své zkušenosti. Komunikace bývá ovšem často ztížena nedoslýchavostí seniora či tendencí postěžovat si na své problémy, opakovat vícekrát své sdělení a podobně. Mezi zásadní sociální změny se řadí odchod do důchodu coby symbolický odchod ze světa práce a ze společnosti a s tím spojený ekonomický pokles, přestěhování do nového domova nebo sociální služby či ovdovění. Mění se také vztah k dětem a zintenzivňuje se vztah k vnoučatům (Vágnerová, 2000, s. 460-483).

Sociální oblast seniora tedy zahrnuje jak nespočet výzev v podobě vyrovnání se se svými limity a boji s osamělostí a s předsudky vůči stáří tváří v tvář rychle se měnící době, tak příležitosti zachovat si své stávající sociální dovednosti díky zázemí v rodině či v zařízení sociálních služeb, v nichž přetrvává snaha zprostředkovat klientovi nespočet sociálních aktivit.

Při pohledu na stáří si nejvíce všímáme změn tělesných, psychických a sociálních, jež jsem právě popsala. Jak je to ale v duchovní oblasti? I tam se odehrávají četné boje zejména o naději a smysl života. Pocit bezsmyslnosti života či naopak jeho naplnění a touha po smrti jakožto úniku a vysvobození může vyústit ve spirituální bolest, která často zůstává nepovšimnuta (Opatrný, Motlová, 2008, s. 96). Koenig (dle Suchomelová, 2016, s. 96) upozorňuje rovněž na nezdravé prožívání víry, která může vést v krajních případech k neuróze a nahrazování mezilidského kontaktu vztahem k Bohu. Duchovní růst seniora může být omezen i vlivem zkreslených představ, například karikatur Boha, a uvědomováním si

svých limitů a nepříznivých okolností, jež vedou k domněnce, že „Pán Bůh na mě zapomněl“ (Suchomelová, 2016, s. 118-119).

Duchovní krize, které může senior prožívat, nejsou na první pohled zřejmé a viditelné jako ve zbývajících oblastech, paradoxně však mohou být největším problémem, lze říci jakýmsi kořenem ostatních problémů, neboť duchovní aspekty se hluboce dotýkají identity starého člověka a jeho postoje a chuti k životu. Pokud starý člověk znejistí i v duchovní oblasti, pak je zapotřebí neodkladné pomoci a podpory. Ukázkou duchovně zdrceného člověka je starozákonní postava Job. Muž, který byl velmi úspěšný a zároveň zbožný, přichází na stará kolena náhle o všechno, o majetek, postavení i zdraví, snaží se tomu porozumět, ale zároveň činí Bohu výčitky: „*Změnil ses mi v krutého protivníka, strojíš mi úklady svou mocnou rukou*“ (Jb 30, 21). Pomoci mu v té chvíli nedokážou ani nejbližší, kteří se jej snaží utěšovat, leč marně, protože se neumí plně vcítit do Jobova utrpení. Krize v duchovní oblasti vyžaduje laskavé a trpělivé duchovní doprovázení, realizované buďto duchovně uvědomělými a citlivými laiky nebo osobami pověřenými církví.

Můžeme shrnout, že samotné stáří není obdobím ani přímou příčinou strachu, úzkosti a osamělosti. Jsou to jen jeho limity, které mohou způsobovat zmíněné negativní stavy a kterých má někdo více a někdo méně.

## 1.4 Sociální práce se seniory

Doposud jsem se zabývala stářím v rámci jeho biologických, psychických, sociálních a spirituálních daností, přičemž hlavní slovo měla psychologie a společnost. Nyní bych jej ráda zasadila do kontextu profese sociální práce, zmínila možnosti, které starým lidem nabízí a vyzdvihla etické principy, jež jsou potřebné pro citlivou praxi.

Základem je položit si otázku, co je cílem sociální práce, protože tuto charakteristiku pak můžeme vnímat i v sociální práci se seniory. Mezinárodní definice sociální práce z roku 2014 říká, že „*sociální práce je na praxi založená profese a akademická disciplína, která podporuje sociální změnu a rozvoj, sociální soudržnost a zplnomocňování lidí. Pro sociální práci jsou zásadní principy sociální spravedlnosti, lidských práv, společenské zodpovědnosti a respektu k rozmanitosti. Sociální práce podporuje lidi a jejich okolí v řešení těžkých životních situací a výzev, aby se zvyšovala jejich životní pohoda. Opírá se přitom o teorie sociální práce, společenských a humanitních věd a o vlastní znalosti*“ (MPSV [online]). Z dané definice vyplývá hned několik záchytných bodů ve prospěch našeho tématu.



Pokud sociální práce podporuje sociální změnu, rozvoj a sociální soudržnost, může to dle mého pohledu v praxi znamenat například pozitivní působení na společnost, lépe řečeno vytváření pozitivního obrazu stáří, ať už v médiích, v politice, anebo ve společnosti celkově, aby se stavěla k seniorům přátelsky a více vstřícně. Změny se mohou týkat financování sociálních služeb, pečlivějšího výběru osob, které mají se seniory pracovat, tak, aby byli dostatečně kvalifikováni i lidsky kvalitní, zvýšeného důrazu na plnění standardů kvality a mnohého dalšího. Jedná se tedy o prosazování změn ve prospěch seniorů s ohledem na celou společnost a eliminování limitů, které existují včetně upozorňování na ně.

Dále sociální práce klade důraz na zplnomocňování lidí, to je bezpochyby jejím důležitým posláním. Sociální pracovník by měl umět nabízet odbornou pomoc tak, aby klientovi sedla na míru a odpovídala jeho potřebám, ne pracovníkovu názoru, byť by to myslel sebelépe. Není odkázán pouze na sebe, ale zejména v případě rozhovoru „*má jediného dosažitelného pracovníka, totiž svého klienta*“ (Úlehla, 2004, s. 13). Klient je vždy odborníkem na svůj problém, nejlépe jej zná, protože jej zažívá na vlastní kůži. Proto je tak významné starým lidem co nejvíce naslouchat, protože stáří ještě neznáme z vlastní zkušenosti. Dále je důležité zmínit, že sociální práce neřeší problémy za klienta, ale pomáhá mu je řešit, zplnomocňuje ho, poskytuje mu prostředky, informace a služby, díky kterým by se situace starého člověka zlepšila nebo minimálně stala únosnou. Jak stojí ve výše uvedené definici, „*sociální práce podporuje lidi a jejich okolí v řešení těžkých životních situací a výzev, aby se zvyšovala jejich životní pohoda*“.

K jakým seniorům vlastně sociální práce směřuje, a jaké jsou ony životní situace a výzvy? „*Věk sám o sobě není důvodem zvýšené potřeby péče*“ (Janečková, 2005, s. 163). Sociální práce se věnuje zejména těm seniorům, kteří jsou omezeni ve své soběstačnosti z důvodu limitů v biologické, psychosociální a spirituální oblasti, dále lidem osaměle žijícím, velmi starým, propuštěným z nemocnice, trpícím demencí či depresí, žijících v nevyhovujícím prostředí, obětí špatného zacházení apod. (Janečková, 2005, s. 163-164). Toto zásadní nasměrování sociální práce svým způsobem vyvrací mylné představy o stáří vztahující se k přesvědčení, že vyšší věk s sebou automaticky nese problémy a omezení, zároveň je ovšem škoda, že je více patrná její snaha vystupovat až v problematických okamžicích, jimž by se dalo předejít. Mám na mysli například nedostatečnou propagaci a informování veřejnosti o dostupných možnostech pomoci, klienti se k ní dostanou, až když je nejhůř, a pak již není dostačující, což bývá problém některých sociálních zařízení.

Podstatným prvkem práce se seniory je také zaměření na jedince, tedy na případ, mám na mysli případovou sociální práci. Jak píše Havránková, hodnota jedince je nadřazena všemu

ostatnímu a dobrý sociální pracovník by měl umět dávat klientovi prostor právě k vyjádření vlastní individuality a rozhodnutí, jaký postoj ve svém životě a aktuální situaci zaujme. *„Důležité je podepřít a zvýraznit to zdravé a pevné, co v člověku je, a komunikovat s tímto zdravým aspektem jeho osobnosti. Být v kontaktu s jeho silou a schopností, nikoli s bezradností“* (Havránková, 2003, s. 68).

Sociální práce se seniory se neobejde bez sociální spravedlnosti a zachovávání lidských práv. Příkladem může být zákon o sociálních službách, který *„upravuje podmínky poskytování pomoci a podpory fyzickým osobám v nepříznivé sociální situaci“* (Zákon č. 108, §1). Každému klientovi se tak dostane adekvátní pomoci dle jeho potřeb, přičemž pro všechny občany platí stejné zásady jejího poskytování. Vedle legislativy se může sociální pracovník opřít také o Etický kodex sociálního pracovníka České republiky a další etické dokumenty.

## 2 Potenciál spirituality ve stáří

V první kapitole jsem shrnula stáří jako takové, nyní bych již ráda zaměřila pozornost na oblast spirituality a její potenciál pro starého člověka. Nejprve je jistě na místě uvést spiritualitu obecně, a to jak z hlediska sociální práce a psychologie coby jedné z oblastí lidské osobnosti, tak v náboženském porozumění. Také vnímám jako velmi potřebné upozornit na pojem nenáboženská spiritualita, neboť většina lidí si spiritualitu mylně spojuje pouze s náboženstvím. To, že spiritualita skutečně ukrývá obrovský potenciál v životě starého člověka, mohu podpořit i závěry své absolventské práce, která se opírá o myšlenky V. E. Frankla. Dále chci poukázat i na spolupráci oborů sociální práce a praktické teologie, jež je pro spirituálně citlivou praxi velmi prospěšná.

### 2.1 Vymezení spirituality

Na začátku bych ráda uvedla, že spiritualita není to samé, co je náboženství, ani se nevztahuje pouze k náboženství. „*Náboženstvím rozumíme to, čím se zabývá religionistika, věda o náboženství*“ (Říčan, 2007, s. 33). Náboženství, tak jak je obecně známe, jsou institucemi s jasně nastavenými pravidly, hierarchií a pravdami víry. V případě spirituality se však jedná o něco vnitřního, zcela jedinečného a osobního, a také těžko uchopitelného, máme-li ji vměstnat do definice.

Spiritualitu lze chápat buďto v širším nebo užším pojetí. V širším slova smyslu spiritualita zahrnuje otázky po smyslu života a hledání něčeho, co nás přesahuje. Každý člověk má přirozeně spirituální potřeby jako je láska, naděje, odpuštění, aniž by musel být členem nějaké náboženské skupiny, jde tedy o nenáboženskou spiritualitu. V užším slova smyslu již je spiritualita spjata s náboženstvím a jeho konkrétními projevy, věřící člověk uvažuje a prožívá v duchu náboženství, které vyznává (Hrnčiariková, Hrnčiarik, 2011, s. 327-328).

Lze polemizovat o tom, v jakém vztahu spiritualita a náboženství jsou, jasná shoda ovšem nepanuje, existuje spíše více pohledů. Dle Candy může spiritualita zahrnovat náboženství nebo naopak náboženství zahrnovat spiritualitu. Dále můžeme dávat do popředí jen spiritualitu nebo jen náboženství anebo ani náboženství ani spiritualitu či považovat oba pojmy za totožné (Canda, 2020, s. 98-101). Já osobně této diskusi nepřikládám velkou důležitost, jako podstatné shledávám to, že každý člověk a potažmo i každý senior má svou osobní spiritualitu. Potenciál spirituality, o němž v této práci píším, je tedy chápán jako

potenciál nenáboženské i náboženské spirituality a je tedy rozvinutelný opravdu pro všechny. Postrádalo by smysl zabývat se potenciálem pouze nenáboženské nebo pouze náboženské spirituality. Spiritualita každého je zcela jedinečná a vyvíjející se a proměňující po celý život, navíc i v rámci jednoho náboženství či filosofického směru je mnoho dalších spiritualit v podobě nejrůznějších hnutí, tradic či učení různých autorů.

Spiritualita v širším slova smyslu se tedy dotýká každého z nás, nejen klientů, ale i těch kdo s nimi pracují v sociální sféře. Pracovníci nemohou tím pádem tvrdit, že spiritualitě nerozumí, protože například nechodí do kostela. Nenáboženskou spiritualitu lze totiž chápat jako jednu ze složek lidské osobnosti a odkazuje tak na pojetí celistvého člověka v teorii sociální práce.

V textu Prohlášení Mezinárodní federace sociálních pracovníků o etických principech se můžeme dočíst, že „*sociální pracovníci uznávají biologický, psychologický, sociální a duševní rozměr života lidí a berou člověka jako celostní bytost a podle toho s ním jednají*“ (IFSW, 2018). Spiritualita je tedy něco nevydělitelného z pohledu na člověka, nelze jej redukovat jen na biologickou či jen na psychickou jednotku apod.

Podobně i Frankl charakterizuje lidskou osobu jako tělesnou i duševně - duchovní jednotu, přičemž tato celistvost tvoří podstatu člověka. Tyto tři vrstvy, jichž je každá osoba průsečíkem, není možné oddělit (Tavel, 2007, s. 125). Člověk je označen jako rozmanitost v jednotě. Pro lepší představu lze použít přirovnání k orchestru, který vytváří dokonalý zvukový soulad díky mnoha různým nástrojům. Stejně tak spolu ladí i jednotlivé dimenze lidské osoby, které Frankl označuje termíny somatická, psychická a noetická (Frankl, 1995, s. 12). Noetická dimenze je právě spirituální stránka, o níž je řeč, slovo *noetická* totiž vychází z řeckého nous, což znamená spirituální, případně intuitivní (Crumbaugh, s. 159).

Spiritualita napomáhá člověku udržet si výše vymezenou celistvost. Dodává lidské osobě jedinečnost, doplňuje zbylé složky osobnosti, které mají díky ní smysl, podtrhuje smysl života v sebezpřesaznosti dosažitelné díky prožívání vztahů k druhým a ve vztahu k Bohu a konečně ona sama je středem lidské osoby v podobě duše či centra vědomí a představuje tak bod jednoty a integrace (Canda, 2020, s. 109-112). A právě integrita je, jak jsem uvedla v první kapitole, hlavním vývojovým úkolem stáří. Zajímavé a vypovídající je tvrzení Říčana, když píše, že „*Eriksonovo dílo patří dosud k vrcholům psychologie náboženství a spirituality*“ (Říčan, 2007, s. 239).

Za zmínku jistě stojí i spiritualita chápaná v užším slova smyslu. Každé náboženství má svou vlastní podobu spirituality, která je jistě obohacující, já bych však ráda poukázala na

křesťanskou spiritualitu, neboť sociální práce je postavená na křesťanských základech a křesťanství je rovněž typickým náboženstvím pro naši evropskou kulturu.

Samotný pojem spiritualita „pochází z latinského „*spiritualis*“ („duchovní“), odvozeného od „*spiritus*“ („dech“ nebo „duch“), a v křesťanství odkazuje k působení třetí božské osoby, Ducha svatého, na jednotlivého člověka a hlavně pak k odezvě tohoto působení v jeho životě“ (Vojtíšek, 2012, s. 10). Duch a dech mají společný slovní kořen a „*duchovní*“ v křesťanském smyslu je ten, v němž je přítomen Duch svatý“ (Špidlík, 2000, s. 30-33). Křesťan věří, že jej Bůh stvořil ke svému obrazu, se záměrem, aby byl člověk podobný svému Stvořiteli v mnohých vlastnostech, například ve schopnosti milovat (srov. Gen 1, 26-27, Jan 15, 12). To shrnuje i Katechismus katolické církve: „*Lidská osoba, stvořená k Božímu obrazu, je zároveň bytost tělesná i duchová*“ (KKC 362). Bůh tyto dvě složky proměnil v jednotu, tím že hmotě vdechl život (Gen 1). Dech života, jež v sobě máme, je proto zároveň dechem Božím, odkazujícím na Ducha svatého. Z takto pojímané Boží blízkosti neboli přítomnosti Boha ve středu našeho bytí a ze skutečnosti stvoření člověka jako Božího obrazu vyplývá pro lidskou osobu nesmírná a nezczitelná důstojnost a svoboda.

Ať už se díváme na spiritualitu z širšího nebo užšího pohledu, vždy je těžké ji jasně vymezit. Přesná definice neexistuje, každý odborník uvádí jiný obsah. Na tuto nejednoznačnost upozorňuje Vojtíšek, který spiritualitu označuje jako „*jakékoli vnímání posvátnosti, jakýkoli vztah k posvátnému a veškeré projevy tohoto vztahu*“ (Vojtíšek, 2012, s. 10). Posvátné je něco, co nás přesahuje, co v nás vzbuzuje údiv, co dává smysl našemu životu, co je zkrátka nedotknutelné a svaté. Lze to objevovat uvnitř sama sebe i ve vztazích v reálném světě a ve vztahu k Bohu. Spiritualita je přirozenou a nedílnou součástí člověka.

## **2.2 Potenciál spirituality ve stáří**

Již několikrát jsem zmínila, že hlavním úkolem stáří je dosažení integrity, tedy celistvosti a přijetí života takového, jaký byl. K tomu může být velmi nápomocná právě spiritualita. Z hlediska pozitivní psychologie, která se soustředí na kladné jevy jako je radost, naděje, odpuštění a mnohé další, je spiritualita podstatným pozitivním jevem, který stojí na nejvyšší příčce lidského žebříčku hodnot či na vrcholku pyramidy lidských potřeb, neboť se jedná o hledání toho, co nás přesahuje a fascinuje, co je posvátné (Křivohlavý, 2004, s. 176-180).

Spiritualita se vyvíjí nejen v období stáří, ale po celý život. Starý člověk se dle Křivohlavého a dalších odborníků z řad psychologie stává moudrým, pokud vedl dobrý život.

Dobrou zprávou je, že i když dochází k úbytku kognitivních schopností, „*kvalita moudrosti zůstává i ve vysokém stáří nedotčena*“ (Křivohlavý, 2004, s. 163-165).

Moudrost a spiritualita jsou dle mého názoru do značné míry provázané. Moudrost totiž zahrnuje veškeré dosavadní zkušenosti, námahy, úspěchy a uvažování, spiritualita zase souvisí se smyslem života a utrpení, s potřebou lásky, přijetí a odpuštění, se vztahy s blízkými a se vztahem k něčemu transcendentnímu. Proto je dobré pečovat o růst obou těchto nehmotných kvalit. Smékal poukazuje na přínos duševní hygieny, kterým je harmonizace osobnosti a klade důraz na kultivaci duchovní úrovně, protože může pozitivně ovlivňovat tělesnou a psychosociální úroveň a napomáhat k dosažení morální ukotvenosti, moudrosti v rozhodování a účinnému projevení lásky (Smékal, 2005, s. 161-162). Sestup do hloubky svého nitra tak může být něčím uzdravným a upokojujícím. V tomto případě lze dobře využít i samoty, která by jinak sama o sobě byla tíživá. Občasné uchýlení do samoty jako do komůrky srdce nám dovoluje čerpat novou životní energii (Smékal, 2005, s. 100). Spiritualita v období stáří se tak může prohlubovat a stáří se může díky spiritualitě zkvalitňovat a nabývat smyslu.

Pokud bychom měli porovnat jednotlivá životní období a určit, ve kterém spiritualita narůstá nejvíce, je to bezpochyby stáří. Je to dáno jednak tím, že staří lidé mají více času zabývat se duchovními otázkami než mladí lidé orientující se na kariéru, existenční a vztahové problémy, a také narůstající sekularizací české společnosti, neboť přibývající generace jsou méně a méně nábožensky orientované. To je očividné i v propadu hodnot v procesu stárnutí. Kategorie Bůh nabývá na významu dle výzkumu Saka a Kolesárové jen u věkové skupiny seniorů starších 71 let (Sak, Kolesárová, 2012, s. 144-147). Stáří je dle třetiny české populace „*životní fáze, jejíž smysl je především v orientaci na vlastní duchovní vývoj*“ (Sak, Kolesárová, 2012, s. 160).

Na jednu stranu je pozitivní, že široká veřejnost má o stáří takovýto úsudek a spojuje si jej s duchovními hodnotami, na druhou stranu se u mladších generací stížených sekularizací obávám typického postoje, že „do kostela chodí už jen pár babiček, že náboženství a víra je jen pro staré lidi, kterým už nic jiného nezbývá“ a podobně. Spiritualita ve stáří by měla představovat jakýsi pomyslný běh v cílové rovině dosažené po zdolání celoživotní trasy vedoucí přes nejrůznější překážky, díky nimž se spiritualita posilovala a rostla.

Starý člověk zakouší potřebu smířit se se svým životem, aby si mohl říci, že měl smysl. A nejen to. Podle Frankla má smysl i utrpení a smrt, záleží na obsahu a kvalitě života, ne na jeho délce. Přirovnává život k vyhořelé pochodni, její světlo mělo smysl, i když už teď nehoří. Ačkoliv je žití konečné, vše prožité se zvětňuje, tedy ukládá do věčnosti, a tak nabývá

nového rozměru (Frankl, 1995, s. 80-84). Frankl nalézá povzbuzení i pro člověka, který si sice uvědomuje, že prožil život hezky, ale už je to pryč, a teď zažívá pocit neužitečnosti. Podle něj je totiž nejvyšším výkonem trpělivé snášení utrpení, čímž se starý člověk stává vzorem pro své vrstevníky i mladší generace, jeho život se stává pomníkem nesoucím nápis, že utrpení má smysl (Frankl, 1995, s. 206-209). Možnost vnímat tento přesah své existence zajišťuje právě spirituální stránka člověka.

Potenciál spirituality dokazují i četné výzkumy, například výzkum v prožívání smyslu života Petera Tavela v r. 2003, podle něj věřící dokáží prožívat svůj život smysluplněji než lidé bez vyznání (Tavel, 2007, s. 97-98). Otázkou vlivu víry na život, zdraví, smysl života a další kategorie se zabývalo už více odborníků, mezi nejznámější se řadí K. I. Pargament a H. G. Koenig (Tavel, 2007, s. 181-187). Zajímavé je, že ač byl každý výzkum realizován na jiném místě v jinou dobu s jinými respondenty i výzkumnými otázkami, přesto všechny podtrhly pozitivní vliv spirituality v životě člověka.

Snad největším výzkumem doposud, jenž se zabýval vlivem spirituality a religiozity na zdraví je příručka náboženství a zdraví od amerického profesora psychiatrie H. G. Koeniga. Ten na základě více než 3000 studií prokázal, že díky spiritualitě a religiozitě člověk lépe zvládá mnohé situace, například se lépe vyrovnává s opuštěností a úzkostmi, lépe zvládá stres a vede zdravý životní styl, zvyšuje se jeho vnímání smyslu života, naděje a štěstí (Doležel, 2017, s. 36).

Také v českém prostředí nalézáme výzkumy hovořící ve prospěch spirituality, například již dříve zmíněná kvalitativní studie Věry Suchomelové *Duchovní potřeby jihočeských seniorů*. Ze závěrů mimo jiné vyplynulo, že „*osobní spiritualita je důležitým zdrojem zvládání stárnutí a stáří a významným identitotvorným prvkem*“, že „*stejně jako aktivita vnější je pro staršího člověka důležitá aktivita niterná*“ a dále jihočeští senioři mluvili třeba o potřebě smyslu a kontinuity životního příběhu a o potřebě víry, naděje a lásky (Suchomelová, 2016, s. 233). To vše vypovídá o tom, že starší lidé jsou citliví v duchovní oblasti a hledají naplnění svých duchovních potřeb, a že spiritualita jim dodává pocit opory a smyslu života. To jsem mohla pozorovat a slyšet i v rámci rozhovorů, které popisuji ve výzkumné části bakalářské práce.

Ráda bych se ještě vrátila ke své absolventské práci, ve které shrnuji více aspektů potenciálu spirituality ve stáří. V jejím závěru uvádím, že spiritualita je významným zdrojem duchovní stability, opory a útěchy, že proměňuje složky lidské osoby, tím, že stojí na vrcholku pyramidy lidských potřeb a zastřešuje zbylé potřeby, že celkově harmonizuje osobnost a má tudíž jednotící potenciál a napomáhá člověku k dosažení integrity. Dále

poukazují na sociální rozměr spirituality, projevující se v zakoušení vztahů a prožívání spirituality ve společenství, a všechna tato fakta nahlížím také z pozice Franklova humanistického přístupu, podle něž je zásadní zodpovědět si otázky po smyslu, které nám život klade, byť i v podobě utrpení, jež se může stát smysluplným, a dotyčný tak může nabýt opravdové vnitřní svobody (Liptáková, 2022, s. 30-31). Myslím si, že cítit se svobodně, naplněně a vyrovnaně na konci svého života není vůbec málo, a že je to něco, po čem touží každý z nás včetně mě.

### **2.3 Pozitiva spolupráce sociální práce a praktické teologie pro seniory využívající sociální služby**

Domnívám se, že spolupráce oborů sociální práce a praktické teologie je velmi prospěšná pro kvalitní péči o seniory zejména v oblasti duchovních potřeb. Jak zmiňuji níže, obě disciplíny mají společný základ i podobný cíl a mohou se tak v praxi vzájemně obohacovat.

Praktická, jiným názvem též pastorální teologie, poskytovala dříve vodítka k tomu, jak vést lidi k víře, jak spravovat církve a provádět různé náboženské aktivity. V pozornosti praktické teologie tak, jak ji známe dnes, však stojí člověk ve své jednotě a konkrétní životní situaci (Křišťan, 2008, s. 16-18). Zásadním podnětem pro současné pojetí praktické teologie se stal dokument II. vatikánského koncilu *Gaudium et spes* (Radost a naděje). Hned v první větě zaznívá: „*Radost a naděje, smutek a úzkost lidí naší doby, zvláště chudých a všech, kteří nějak trpí, je i radostí a nadějí, smutkem a úzkostí Kristových učedníků, a není nic opravdu lidského, co by nenašlo v jejich srdci odezvu*“ (GS 1). Praktická teologie si všímá všech životních situací člověka a snaží se mu ve spolupráci s dalšími obory, jako je psychologie, filozofie a sociální práce, poskytnout adekvátní pomoc. K tomu směřuje i pastore, tj. „*soubor činností, v nichž církev navenek i dovnitř realizuje svoje poslání*“, konkrétně „*široce pojatá pastore - úsilí církve směřující k plnému rozvinutí člověka ve všech jeho dimenzích*“ (Křišťan, 2008, s. 20-21). To lze jistě vztáhnout i na sociální práci se seniory, protože i jejím úsilím je vyvíjet takovou aktivitu ve prospěch seniora, která by mu umožnila prožít naplněné stáří ve všech dimenzích lidské osobnosti. A to se týká nejen sociální práce, ale i dalších zmíněných oborů, každý totiž rozumí větším dílem jiné dimenzi, například psychologie přispěje svými poznatky nejlépe psychické dimenzi, ale má co říci i zbylým třem.

Silným pojítkem teologie jako takové a sociální práce je bezesporu důraz na lidskou důstojnost. Teologie jde v definování důstojnosti o krok dále než antická filosofie, podle níž měl člověk důstojnost jen na základě toho, že byl stvořen jako rozumný tvor nebo se jeho



důstojnost zakládala na společenském statutu. Lidská důstojnost je pojímána dle židovské a potažmo křesťanské víry jako něco, co je dáno Bohem, který člověka stvořil ke svému obrazu. Odtud jeho důstojnost. „*Zakládá se na vztahu stvoření ke svému tvůrci*“ (Bohlen, 2010, s. 32). Sociální práce, která stojí na židovsko-křesťanských základech, má myšlenku lidské důstojnosti spolu s lidskými právy a sociální spravedlností ošetřenou v Etickém kodexu dle IFSW. „*Sociální práce je tudíž pro společnost, která se cítí být vázána ideálem lidské důstojnosti, zcela nepostradatelná*“ (Bohlen, 2010, s. 30-31). Sociální pracovníci mají povinnost přistupovat ke klientům v duchu tohoto ideálu, a tudíž dbát i na spirituální stránku.

Lehner spatřuje společný základ sociální práce a praktické teologie v propojení tří kroků popsanych v sociální encyklice Mater et magistra, tj. „*vidět - posoudit - jednat*“ s teorií Silvie Staub Bernasconi - *vidět* znamená znát problém a umět jej vysvětlit, *posoudit* zahrnuje znalost hodnot a kritérií, a *jednat* předpokládá znalosti postupu a evaluace (Lehner, 2010, s. 37-38). Vidíme zde tedy společnou snahu obou disciplín nejen teoretizovat, ale také promyšleně jednat.

Suchomelová považuje pastorační práci seniorů za důležitý prvek, který by neměl v českých zařízeních pro seniory chybět, bohužel tomu tak mnohdy je. Porovnává situaci českých a rakouských seniorů a podotýká, že v Horním Rakousku je péče o duchovní potřeby klientů dokonce zajištěna zvláštními pracovníky, kteří k tomu mají i náležité vzdělání. U nás by to byli kněží či pastorační asistenti, kteří zpravidla do zařízení dochází v určitém intervalu, ovšem někteří jihočeští senioři ve výzkumu Suchomelové uvedli, že je ani nenapadlo se těmto osobám s něčím svěřit (Suchomelová, 2016, s. 238-241). Z mého pohledu se může jednat o problém s autoritou, například to že se knězi vyzpovídám, ale už s ním nenavážu přátelský rozhovor nebo že pastorační asistentka zpívá na mši, ale to je všechno. Jakoby zde chyběl větší kontakt, čas a naslouchání, zkrátka věci potřebné k vytvoření důvěrného vztahu, v němž by se pak klient mohl otevřít a svěřit se. V tomto ohledu si myslím, že by bylo dobré více propagovat a rozvíjet dobrovolnickou činnost, tedy aby co nejvíce klientů mělo svého dobrovolníka, který za nimi pravidelně dochází a má pro ně prostor.

Jako poslední podstatný bod bych ráda uvedla výuku teologie na vysokých školách v oboru sociální práce. Bohlen píše, že teologie by stejně jako profesní etika neměla chybět, a že „*kvůli sebechápání sociální práce na základě objasňování jejich vlastních hlubokých dimenzí musí být tedy teologie uznávána jako věda relevantní pro sociální práci, a to jak na církevních, tak také na státních vysokých školách*“ (Bohlen, 2010, s. 28). Pokud se studenti setkají s pojetím spirituality již při studiu, může to výrazně napomoci k proměně sociálních

služeb tak, aby se v nich na spirituální péči nezapomínalo. Jako příklad bych ráda zmínila spolupráci CARITAS - Vyšší odborné školy sociální a CMTF v Olomouci.

V předchozích kapitolách jsem vymezila stáří a spiritualitu včetně jejich pozitiv i limitů, a nyní již budu moci získané poznatky ověřit v praktické části, počínající příští kapitolou.

### 3 Metodologie výzkumu

V rámci své bakalářské práce jsem se rozhodla realizovat výzkumné šetření kvalitativního typu formou zpracování kazuistik. Spiritualita je totiž dle mého porozumění jev, který se těžko kvantifikuje, ale lze jej poměrně dobře popsat, pokud se na něj zaměříme detailněji, což kvalitativní výzkum a konkrétně kazuistika umožňuje, a proto ji považuji za adekvátní a nejvhodnější formu výzkumu v této práci.

*„Kvalitativní výzkum je v psychologických vědách přístupem využívajícím principů jedinečnosti a neopakovatelnosti, kontextuálnosti, procesuálnosti a dynamiky a v jeho rámci cíleně pracujeme s reflexivní povahou jakéhokoli psychologického zkoumání“* (Miovský, 2006, s. 18). To lze jistě vztáhnout i na oblast sociální práce, která tyto charakteristiky bezpochyby ocení. Vedle kvalitativního zkoumání existuje také kvantitativní výzkum. Obecně vzato jsou tyto výzkumy rozdílné až protichůdné, na druhou stranu se však mohou doplňovat, protože každý má své přednosti i nedostatky. Kvalitativnímu výzkumu je nejčastěji vytýkáno zaměření na jeden či několik konkrétních subjektů, takže vzniká potíž se zobecnitelností výsledků. Obrovskou výhodou je však hloubkový popis případů a zohlednění prostředí, situací a dalších souvisejících prvků, které vytváří celkový obraz výzkumu a napomáhají chápat výsledky v plném kontextu (Hendl, 2012, s. 50-51). Můžeme konstatovat, že nejvíce bude kvalitativní přístup oceněn v rámci případové sociální práce díky svému hloubkovému, komplexnímu a reflexivnímu pojetí.

Kazuistika je v odborné literatuře často definována podobně jako případová studie, protože se zaměřuje na podrobný popis případu, například jedné osoby. Miovský považuje kazuistiku (v psychologickém výzkumu „klinická kazuistika“) za jednu z variant případové studie (Miovský, 2006, s. 94-95). Oproti tomu Chrastina upozorňuje na odlišnost těchto pojmů, a doporučuje je nezaměňovat. Přestože jsou to dle překladu synonyma, odlišují se svými funkcemi, významy, pojetími i účely. Cílem kazuistiky je poukázat na zajímavý a pozoruhodný případ. Případová studie je tedy chápána jako autonomní či komplementární metoda kvalitativního výzkumu, kazuistika jako souhrnná forma představení případu vhodná k prezentování, vzdělávání a publikování (Chrastina, 2019, s. 16-18). V každém případě na následujících stranách předkládám podrobný popis případů třech informantek a mohu konstatovat, že každá kazuistika je originální a nezaměnitelná.

Za účelem vypracování kazuistik jsem použila metodu polostrukturovaného rozhovoru neboli polostrukturovaného interview. Lze jej označit jako střední cestu mezi strukturovanou a nestrukturovanou variantou, neboť je dopředu stanovena osnova s okruhem otázek, které

může tazatel v průběhu rozhovoru jemně upravovat či měnit jejich pořadí a ponechat účastníku výzkumu větší prostor u těch otázek, k nimž má více co říci a naopak nezdržovat se u těch, u kterých je tázaný stručněji (Miovský, 2006, s. 159-160). To považuji za velmi výhodnou možnost vzhledem k odlišnému vyjadřování, rozdílným zkušenostem a postojům jednotlivých participantek.

Dříve než popíši konkrétní výsledky a závěry výzkumu, považuji za nezbytné uvést hlavní výzkumný cíl a výzkumné otázky, představit participantky a nastínit samotný průběh rozhovoru a dále zreflektovat etická rizika a zvolenou výzkumnou strategii.

### **3.1 Hlavní výzkumný cíl a okruh výzkumných otázek**

Hlavním výzkumným cílem, jenž je totožný s cílem této bakalářské práce, je zjistit a kvalitativním výzkumem doložit, zda klienti považují svoji spiritualitu za zdroj a pomoc při zvládání těžkostí spojených se stářím, jako je strach, úzkost či osamělost, a jak oblast spirituality vnímají a prožívají. Z toho plyne hlavní výzkumná otázka, zda mají senioři - klienti sociálních služeb zkušenost se svojí spiritualitou jako se zdrojem při zvládání strachu, úzkosti či osamělosti. Cíl bude naplněn tak, že výsledná zjištění plynoucí ze zodpovězených výzkumných otázek a následně zpracovaných kazuistik porovnáám mezi sebou v rámci závěrečné diskuze a budu je konfrontovat s tvrzeními z teoretické části.

Za účelem dosažení cíle výzkumu jsem si předem stanovila následující okruh výzkumných otázek, které rozvíjí hlavní výzkumnou otázku. Tyto otázky byly osnovou polostrukturovaného rozhovoru, některé tedy zazněly jen okrajově či vůbec, a jiné byly naopak rozvinuty, jak už vyplývá z povahy tohoto typu rozhovoru. Nejprve jsem se ptala na oblast spirituality, aby bylo zřejmé, jak vůbec participanté termín spiritualita chápou a jak se v jejich životě spiritualita rozvíjela. Dále mě zajímalo, co pro ně bylo a stále je těžké a náročné, a nakonec, zda jim spiritualita pomohla tyto situace lépe překlenout. Okruh otázek uvádím jako přílohu 1 této práce.

### **3.2 Představení participantů a průběh výzkumu**

Výzkumný vzorek tohoto výzkumu představují tři seniorky spadající do věkové kategorie 70 a více let. Každá z nich je klientkou jiného domova pro seniory. Mým záměrem bylo, aby každá participantka zaujímala jiný postoj k náboženství, tedy abych vyloučila výběr pouze klientek, které například praktikují katolickou víru, a abych tak spiritualitu nezúžila pouze na

křesťanskou zkušenost. Proto první kazuistika vypráví o ženě, která se stala katoličkou až v dospělosti navzdory zcela odlišnému ideovému přesvědčení její rodiny v době komunismu. Druhá kazuistika popisuje ženu, která si prošla krizí víry, hledáním pro ni správného náboženství a nalezením nové duchovní cesty a ve třetí kazuistice promlouvá seniorka bez náboženského vyznání s vlastním chápáním spirituality. První participantku jsem znala ze své odborné praxe v rámci studia, a proto jsem se s ní domluvila prostřednictvím sociální pracovnice. V případě druhé a třetí participantky, které jsem neznala, jsem oslovila dva náhodné domovy pro seniory, seznámila jsem tamní sociální pracovnice s cílem a podobou výzkumu a okruhem otázek a ty mi pomohly vybrat seniorky, které s uskutečněním rozhovoru souhlasily.

Rozhovory jsem realizovala v lednu a v únoru 2024, všechny se odehrály v prostředí domova pro seniory, a to bez přítomnosti dalších osob. Jeden z rozhovorů trval hodinu, další téměř dvě hodiny, jelikož participantky byly velmi ochotné sdílet své pohledy a zkušenosti a vyjadřovaly radost z toho, že si mohou takto popovídat a cítit se užitečně. Rozhovory jsem si se souhlasem participantek nahrála na záznamník v telefonu. Na začátku jsem se vždy představila a ujistila participantky o naprosté anonymitě a využití získaných informací pouze pro účely bakalářské práce a stručně jsem vysvětlila, o čem práce pojednává, jaký je cíl výzkumu, a že mohou na otázky odpovídat zcela svobodně a nemusí zodpovědět, co nebudou chtít. Na konci jsem poděkovala za rozhovor, ujistila jsem se, že je vše v pořádku a že se při něm participantky cítily komfortně a přislíbila jsem zaslání výsledného textu celé práce jak participantkám, tak sociálním pracovnícím.

### **3.3 Rizika zvolené výzkumné strategie a reflexe etických rizik**

Při realizaci výzkumu je důležité dbát i na etické aspekty, a to jak při počátečním plánování, tak v samotném průběhu i konečném popisu výsledků. Punch píše o etické odpovědnosti výzkumníka, která zahrnuje akademickou integritu a poctivost, přístup, souhlas a ochranu účastníka, a mezi zásadní etické aspekty zařazuje zejména informovaný souhlas, diskrétnost a anonymitu, nakládání s daty a výsledky, poctivost a důvěru k participantům a recipocitu, tj. přínos pro účastníky výzkumu (Punch, 2008, s. 86-87). Hendl přidává svobodu odmítnutí, tzn., že účastník může kdykoliv ukončit svoji účast ve výzkumu, dále soukromí zajištěné změnou jmen či určitých skutečností a emoční bezpečí týkající se citlivých otázek (nap. téma smrti) a připravenosti výzkumníka, který by měl umět reagovat na klientovy pocity a dopřát mu dostatečný prostor i svobodu ve vyjádření emocí (Hendl, 2012, s. 153-154). Za klíčový

považují také Etický kodex sociálního pracovníka ČR vycházející z dalších etických dokumentů.

Během výzkumu jsem dbala na to, abych ke klientům přistupovala co nejvíce citlivě a s respektem, nejprve jsem pokládala jednodušší otázky a pak až emočně náročnější. Participantky jsem opakovaně ujistila o zachování anonymity, kterou zajistím změnou jmen a vynecháním všech citlivých údajů a konkrétních názvů. Stejně tak jsem ubezpečila sociální pracovníky, že jejich sociální služba a její místo nebudou v práci jmenovány. Účastníky jsem vždy obeznámila s cílem práce a výzkumu, aby měli povědomí, o čem bakalářská práce pojednává, a zároveň jsem se je snažila povzbudit v tom, že žádná jejich odpověď není špatná, že zde nejde o podání odborných informací, ale jen a jen o jejich pohled a zkušenost, a že na položenou otázku nemusí odpovídat, pokud nechtějí. Taktéž věděli o možnosti kdykoliv výzkum ukončit. Před začátkem rozhovoru jsem participantky poprosila o možnost nahrát si rozhovor na záznamník v mobilním telefonu, s tím, že nahrávka ani doslovný přepis či jeho části nebudou nikde uveřejněny, všechny participantky ochotně souhlasily.

Co se týká prostředí výzkumu, sociální pracovnice mě vždy přivedla za klientkou v čase, který s ní předem domluvila, představila mě a nechala nás o samotě. Dvě klientky měly jednolůžkový pokoj, s jednou klientkou jsme zašly do společenské místnosti, kde nikdo nebyl, soukromí a klid byly tedy zajištěny. Vnímala jsem, že pro klientky bylo toto prostředí komfortní, neboť je znaly, a byly zde v podstatě doma. Také zde měly všechny potřebné věci po ruce, například pití, kapesníčky nebo knihu, kterou mi chtěly ukázat. Jediným narušením, jež jsem nemohla ovlivnit, byl občasný příchod pracovnice ze sloužícího personálu, která se ujišťovala, že je vše v pořádku a ihned zase odešla, klientky to však nepovažovaly za rušivý element.

Má největší obava, která se částečně naplnila, směřovala k průběhu rozhovoru. Byla jsem si vědoma obsáhlosti okruhu výzkumných otázek i toho, že mám hodinu času, případně více, pokud participantky budou samy chtít pokračovat déle, a nebyla jsem si jistá, jak se vše podaří stihnout. Rozhovor s první klientkou se časově podstatně protáhnul, bylo ovšem patrné, že klientka sdílí své zkušenosti velmi ráda, že chtěla vše co nejlépe vysvětlit a někdy i odbíhala od tématu, takže jsem ji musela po čase připomenout danou otázku. Podobně tomu bylo i u rozhovoru s další klientkou, který se už ale stihl v kratším čase než předchozí. Na poslední rozhovor stačila opravdu jen hodina, klientka byla stručnější, a přála si dodržet stanovenou délku. Polostrukturovaný rozhovor je tedy dle mé zkušenosti náročnější korigovat tak, aby účastník měl dostatek prostoru k vyjádření a zároveň neodbíhal příliš od tématu a aby se rozhovor stihl, neboť delší povídání klientky zároveň unavovalo. Na

druhou stranu s sebou přináší pozitiva v podobě možnosti otevřeného sdílení se a empatického naslouchání, lidského přístupu a vzájemného obohacení, protože klientky měly radost z nového kontaktu. Já sama jsem klientky chtěla co nejméně přerušovat, abych jejich myšlenky nevytrhávala z kontextu, který mi sdělovaly.

Za největší riziko mé výzkumné strategie, která se ubírala kvalitativní cestou, považuji nízký počet účastníků výzkumu a také to, že zahrnuje pouze ženy. Všechny participantky rovněž využívají stejný typ pobytové sociální služby - domov pro seniory, ač je každý jiný a v jiném městě. Chybí zde tím pádem větší variabilita názorů a postojů a výzkum tak nelze zobecnit. Pokud ovšem budu na kazuistiku nahlížet spíše jako na modelové případy a příklady z praxe, pak si myslím, že mohou poskytovat velmi dobrý vhled do nastíněné problematiky. K tomu přispívají i odlišné spirituální postoje participantek a jejich rozdílný vztah k náboženství, jak jsem již uvedla v předchozí podkapitole.

## 4 Kazuistiky

V této kapitole se již věnuji samotným kazuistikám. V každé z nich zaznívá příběh jedné seniorky pobývající v domově pro seniory, skutečná jména byla nahrazena fiktivními. Součástí každé kazuistiky je popis osobního prožívání spirituality včetně shrnutí jejího celoživotního vývoje, který i samy participantky považují za nedílnou součást. Dále participantky popisují období, kdy prožívaly v určité míře strach či úzkost, anebo zažívaly osamělost a vyjadřují se k otázce, zda pro ně spiritualita byla v těchto chvílích zdrojem a pomocí.

### 4.1 Kazuistika 1: paní Irena

Paní Irena o sobě sdělila, že pochází z nevěřící rodiny. Měla jednu sestru a dva bratry. Otec byl předsedou okresního výboru KSCČ, takže víra v Boha nebo jen zmínka o Bohu, církvi či něčem duchovním byla u nich naprosto nemyslitelná. Cestu ke křesťanské víře a ke své osobní spiritualitě si tedy postupně našla sama. Podotýká, že k víře v existenci Boha („*věřit v Boha*“) by se nejspíš dostala díky rozumovému uvažování, ale k důvěře v Boha, tedy k „*věřit Bohu*“ by paradoxně nejspíš nedospěla tak snadno, kdyby nevyrůstala v ateistickém prostředí. V objevení víry jí napomohli lidé okolo ní, zejména někteří kněží, které poznala, a především ji hnala její vlastní touha a potřeba vědět víc o křesťanství. Chtěla totiž vědět, proti čemu přesně její otec bojuje, aby pak měla, jak sama říká, náležité zbraně, kterými by zaútočila a byla úspěšná stejně jako její otec. Vypráví, že i přesto že to měla ztížené coby dcera komunistického funkcionáře, vydala se na faru za místním knězem, aby jí půjčil nějakou náboženskou knihu, a po pár pokusech byla úspěšná. Přečetla si Nový zákon, jehož výtisk má do dneška u sebe v poličce a to pro ni bylo zlomovým okamžikem. Její postoj k náboženství a k duchovním věcem se začal měnit navzdory kruté realitě - otec ji zmlátil a nepustil studovat na střední školu. Pracovala tedy nejprve u otceva známého v bance, a poté se odstěhovala z domu, našla si novou práci a během ní si dodělala střední školu s maturitou a řidičák na autobus. Následně se vdala a měla tři dcery a jednoho syna. Své manželství však nepovažuje za nejšťastnější. Myslela si, že si s manželem porozumí v oblasti víry, neboť znal dobře Bibli, avšak ve výsledku se ukázalo, že právě prostřednictvím biblických a náboženských znalostí se svou ženou manipuluje a využívá ji, a dokonce se ani náležitě nestaral o svou rodinu po finanční stránce, takže paní Irena doslova počítala drobné na



nejnutnější jídlo. Svým dětem se s tím ani po smrti manžela nikdy nesvěřila a ponechala jim obraz otce tak, jak jej měly rády.

Pro paní Irenu bylo v jejím mládí těžké pochopit, jak může Bůh dopouštět utrpení u nevinných lidí. Jako příklad uvádí známou, která zemřela poměrně mladá a zanechala po sobě tříletého syna. Litovala osiřelého dítěte a nechápala, jak může církev o Bohu mluvit jako o laskavém otci, když nezabrání těmto a mnohým dalším bolestným věcem. Nebyla si jistá, zda vůbec Bůh existuje, a pokud ano, tak ho nenáviděla. Dnes říká, že ani nyní to stále plně nechápe, ale že nemá smysl nad tím dumat, nýbrž přijmout to, i když je to proti logice a důvěřovat Bohu, že i zlé věci, které se dějí, mají v božím plánu své místo a v závěru to může být využitelné a dobré. Jen On zná pravý význam těchto událostí.

Dalším tvrdým zjištěním bylo pro paní Irenu to, když si uvědomila, že podle toho, co se píše v Bibli, moc lidí ve skutečnosti nežije, přitom je to tak úžasná kniha. Odpověď kněze, že jsme slabí a hříšní lidé jí tehdy připadala nedostačující. Dnes s ní již souhlasí, ale stále nerozumí lidem, kteří se nedokážou spolehnout na Boha a bojí se toho, co přijde těžkého. Také si uvědomuje, jak se svět vyvíjí a je v něm méně a méně prostoru pro spiritualitu, jako příklad uvádí nedostatek nových řeholních povolání.

Paní Irenu mrzí také to, jak se k ní zachoval její syn, který ji nepozval na svou vlastní svatbu. Navíc to byl jen civilní sňatek, který paní Ireně připadá smutný a prázdný. Vzpomíná na to, že do té doby měla se synem krásný vztah, a že i on byl velmi vnímavý k duchovním věcem, ale pak se od ní najednou odřízl a už o něm skoro nic neví.

Paní Irena se svěřila, že bez posily plynoucí z duchovního života by svůj život už dávno ukončila sebevraždou, a to kvůli těžkostem v manželství, které již popsala. Připadala si využitá a chyběla jí citová blízkost, něha a opora manžela. Náročné to bylo i kvůli dětem, o které se chtěla co nejlépe postarat. Na otázku, zda se již dokázala smířit se svým životem a se vším, co v něm bylo, odpovídá, že ano, ale některé věci by udělala jinak, zejména to, že nyní by již nemlčela k manželovu špatnému chování k tomu, že jí nedával dostatek peněžních prostředků na zajištění domácnosti. To, že se vůči tomu nevymezila, označuje za nesprávné pojetí pokory, na které doplatila nesvobodou a byla zatlačena do kouta.

V současnosti, tj. ve svém stáří, vnímá paní Irena jako nejtěžší téma smrti a postupné ubývání sil. Nebojí se smrti jako takové, spíše umírání. Jednak proto, že je to něco neznámého a také případných bolestí. Je pro ni těžké přijmout přibývajících omezení a zdravotní potíže. Těžko se smiřuje s tím, že je více a více závislá na cizí pomoci a není již soběstačná tak jako dřív. Vnímá, že to vše je přirozené a úměrné věku a nazývá domov pro seniory jakousi

poslední štaci, tedy místem, kam přišla umřít. Přiznává svůj strach a spojuje si ho s malou důvěrou k Bohu.

Při pohledu na všechny prožité či prožívané trápení však paní Irena nachází obrovskou vnitřní sílu právě v duchovnu. Když se řekne spiritualita, vybaví si „*organizované duchovno*“. Spiritualitu si spojuje především s katolickou církví, v níž probíhá určitá formace. Spiritualita mimo církev je dle ní svobodná a spíše bez hranic, což může být mínus, ale nemusí. Na každý pád prožívá v rámci své spirituality osobní a přátelský vztah k Ježíši, dle svých slov mu přece tyká. Bůh je pro ni původcem i cílem jejího života, neumí si ho bez Něj představit, život by jinak neměl smysl. Co se týká projevování víry, říká o sobě, že není růžencový typ, ale ráda se modlí vlastními slovy, prostě si s Ježíšem povídá. Velmi důležitá je pro ni také účast na mši svaté, je to něco, co jiné denominace nemají.

Paní Irena má kladný vztah ke kněžím, váží si jich, protože se podle ní kněžskou činností nejvíc přibližuje nebe zemi a kněžství zahrnuje obrovské požehnání a milosti. Sama má jednoho zpovědníka, se kterým řeší různé věci, ale jiným kněžím už se tolik nesvěřuje, mají toho totiž hodně. Vzpomíná především na jednoho kněze, který jí hodně inspiroval i prakticky pomohl a poradil v těžších obdobích. Kromě kněží se v duchovní oblasti nikomu dalšímu neotevívá, z řad personálu prý ani není komu, a dodává, že jí stačí modlitba a Písmo svaté. Kapli v domově příliš nenavštěvuje, protože prý sestřám vadí elektrický vozík, který zabírá příliš místa a ona by chtěla sedět jen v něm. Chápe význam společenství, i přesto však raději svou víru prožívá sama, například mši svatou sleduje v televizi. Obzvláště ji těší vysílání TV Noe, nachází v něm pohazení. Navíc jí těší vědomí, že díky kapli vlastně bydlí pod jednou střechou s Ježíšem.

Na otázku, jak moc je pro ni víra důležitá, dává paní Irena jasnou odpověď: „*Nejdůležitější*“. Byla a je pro ni skutečnou pomocí a posilou ve všech těžkých chvílích. Zejména v souvislosti s tématem smrti přes veškerý svůj strach věří, že se setká s Ježíšem a upřímně po tomto setkání touží. Byly situace, kdy si myslela, že k němu již co nevidět přijde, ale pak se uzdravila, a pomohlo jí to uvědomit si, že tu má ještě asi nějaký čas pobýt, aby pochopila více souvislostí, dozrála pro věčnost a vyrovnala něco ze svých vin. I její utrpení v podobě horšícího se zdravotního stavu má smysl, protože i Ježíš trpěl, a ona přece není něco víc, aby netrpěla. Těžkosti jsou pro ni přiblížením k Bohu a posunem v její spiritualitě. A tak počká, až přijde na řadu, a pak půjde ráda: „*Jediná naděje je v Něm, jiná není. Čím více je potíží, což předpokládám, že ten konec se blíží, tím víc se On stává z přítele králem. Jeho ruky se nepustím, i kdybych tu měla být sto roků, což doufám, že nebudu, ale já se jí nepustím*“.

## 4.2 Kazuistika 2: paní Jana

Paní Jana pochází z tradičně věřící katolické rodiny. Má jednoho bratra. Její cesta ke spiritualitě v té podobě, jak ji prožívá nyní, byla velmi originální a trvala řadu let.

V mládí ji ani nenapadlo uvažovat o jiném vyznání, než katolickém, v němž vyrůstala. Už jen účast na bohoslužbách jiné církve byla totiž tehdy dle zpovědního zrcadla považována za hřích. Jedna její kamarádka však i s manželem přestoupila k adventistům a jí to nedalo a chtěla se dozvědět, *co je tam učí za hrůzy*“. Proto se jednoho dne do adventistického sboru podívala a byla mile překvapena vstřícností tamních věřících. Věděla, že se nechce stát jejich členkou, protože nesouhlasila s některými věcmi v oblasti víry, ale cenila si nových a krásných přátelství, která zde získala, naučila se tyto lidi neodsuzovat, jak by to udělala dříve a odnesla si odsud nové pohledy na různé skutečnosti.

Poté se přestěhovala do nového města a začala ji přitahovat evangelická církev. Pravidelně tedy navštěvovala jejich sbor a i zde si našla přátele, kteří pro ni byli velkým přínosem jak po stránce duchovní, tak i lidské. Mnohokrát jí pomohli a naučili ji novým věcem. Paní Jana dokonce říká, že pro ni byli jako sourozenci. Obdivovala také babičky na bohoslužbách, zejména jejich nádherné a hluboké modlitby. Po nějaké době však nabyla dojmu, že tyto babičky se sice krásně modlí, ale mimo sbor už se dle své víry nechovají a mají vlastně problém věřit svým modlitbám. To paní Janu odrazovalo, navíc ji začaly upoutávat nové kampaně pořádané veřejně ve větších městech, při kterých protagonisté původem z Ameriky hlásali novou evangelizaci, jejíž zásadní bod představovalo znovuzrození. Bylo to něco nového a lákavého, paní Jana se začala o tyto myšlenky zajímat a byly jí velmi blízké. Cítila, že to je konečně něco ryzího a opravdového, že tito lidé dobře znají Bibli a také podle ní žijí. Nicméně kamarádka z evangelické církve ji od tohoto učení odrazovala, protože nabyla dojmu, že to přináší pýchu a že i paní Jana se dívá na evangelíky už jinak, jako by byla lepší než oni. I paní Janě to tak nakonec přišlo, a hlavně si uvědomila, že jde sice o vzletné myšlenky, ale nikoho si tím nezíská, ani tím nikomu prakticky nepomůže v jeho potížích. Proto nadále hledala takovou spiritualitu, která by byla uchopitelná a nápomocná v běžném životě, o niž by se mohla opřít a mohla ji nabídnout i ostatním lidem jako pomoc v jejich trápeních. A po nějaké době ji opravdu našla.

Jedná se o myšlenky autorů jako je Bruno Gröning či Joseph Murphy. Od těchto myslitelů si paní Jana vzala za své zejména snahu myslet pozitivně, věří v boží léčivý proud pro všechny lidi, díky němuž se duchovně i duševně očisťuje. Bůh už pro paní Janu není bohem dvou tváří tak, jak to vnímala v různých církvích - jedna tvář dobrá, a druhá taková, že

sleduje přísně naše chování a odsoudí nás za všechny přestupky. Uznává duchovní zákony, dle kterých za špatné chování náleží odplata, záleží však na člověku, zda se přikloní nebo odkloní od zdroje veškerého dobra, kterým je Bůh. On vysílá proud života, a pokud jej člověk přijme, tak bude moci žít v harmonii, a může vyprosít uzdravení a pokoj také pro ostatní lidi. Paní Jana je dojata příběhy o uzdraveních a zázracích a cítí, že tato spiritualita je pro ni konečně ta pravá. Oceňuje na ní rovněž to, že spojuje lidi z celého světa a všech různých náboženství, například i muslimy. Dále zmiňuje, že ji už jako mladou duchovně inspirovala také Indie, a i když pro ni jako pro Evropanku není spousta věcí přijatelných, přijala za své základní pravdu o Bohu v jejím jednoduchém vyjádření „Bůh je“.

Když paní Jana vzpomíná na hledání své duchovní cesty, uvědomuje si, že to nebylo vždy snadné a podotýká také, že co se týká úzkostí a různých strachů, staří lidé přeci jen bývají většinou vyrovnaní, pokud v životě nezažili něco extrémního, ale že daleko rizikovějším a těžším obdobím je mládí. I ona sama si jako mladá prošla depresemi a různými stresy a nebyť touhy objevit svou spiritualitu, už by asi nežila. Je jí líto mladých, ale i starších lidí, kteří svou spiritualitu neobjevili, a přitom prožívají různá trápení a nemají žádnou duchovní útěchu.

Pro paní Janu je těžké, když si vzpomene na normální život, na vše, co měla ráda a co mohla dělat. Mrzí ji, že se již nepodívá do parku, do lesa či do divadla nebo do kina. Cítí se trapně, že takto přemýšlí, protože tyto aktivity pro již nejsou dostupné, a říká si, že je hlavní být vděčnou za to, co pěkného v životě prožila a za lidi, které měla ráda. Kolikrát na ni přijdou všelijaké negativní myšlenky, například když si čte v tabletu zprávy o hrůzách ve světě, anebo ji jen tak napadne, že je strašně ubohá, nepatrná a bezvýznamná, a pak tomu propadá, a ví, že od toho musí ihned pryč, protože to není ona, to jsou jen zlé myšlenky, a zbaví se jich tak, že svou pozornost vrátí zpět k duchovnu.

Dále si paní Jana čím dál tím víc uvědomuje hodnotu zdraví. Když byla v době pandemie covidu-19 v nemocnici, měla hrozný strach, aby se nenakazila covidem, neboť ji děsily příběhy lidí, které to postihlo, a jejich stav se výrazně zhoršil. Nyní je ráda, že je o ni v domově pro seniory dobře postaráno, ale mrzí ji, že není vždy dobré a chutné jídlo, zcela postrádá některé pokrmy i suroviny a také těžko nese častou změnu sestřiček, kterým například neprodlouží smlouvu. Je pro ni velmi důležitý přístup personálu a to, aby byly sestry vlídné a hodné. Také jí chybí její knihy, neboť do domova si mohla při stěhování vzít jen několik z nich kvůli omezenému a nedostatečnému prostoru v pokoji.

Paní Jana vzpomíná také na smrt svých rodičů. U maminky ví, že i přes různé úzkosti a problémy se srdcem nakonec umírala velmi klidná a vyrovnaná, a to i díky své víře. I ona by

si přála takto odejít, a proto už teď přijímá Boží pokoj a klid. Tatínek se však se svou smrtí těžko smiřoval, měl velký strach. Paní Jana si tedy prošla starostmi o své rodiče a jejich ztrátou. Později měla, jak sama říká, odvážné přání ještě jednou maminku uvidět a popisuje, že se jí to podařilo, že maminka seděla vedle ní živá, zdravá a mladší a byla velmi šťastná. Bylo to prý cosi mezi snem a skutečností. Pro paní Janu je to ujištění o úžasné Boží ochraně a milosti.

Paní Jana pracovala dvacet let ve výpočetní technice. Po smrti rodičů, když už se o ně nemusela starat, jí tato práce přestala naplňovat a rozhodla se pro práci s lidmi ve zdravotnictví. Vystřídala několik pozic, například v LDN, různých ústavech či v psychiatrické nemocnici. Byla to pro ni náročná, ale cenná zkušenost.

Paní Jana odlišuje spiritualitu od psychické stránky. Říká, že „*ona není mysl*“. *Mysl je tu na to, aby rozlišovala různé věci, ale duch to je něco úplně jiného. Ten prostě vidí.*“ Díky tomu se může povznést nad strachem a negativními věcmi. Je pro ni zásadní modlit se s vírou a projevovat už dopředu vděčnost za vyslyšení svých proseb. Její modlitby nyní nejsou uplakanými a lítostivými, jak by byly, kdyby neobjevila myšlenky Bruna Gröninga. Hloubku a inspiraci nachází také v duchovních básních (například Modlitby k neznámému od Svatopluka Čecha), jejichž opisy ráda dává jako dárek svým příbuzným. Obzvláště v těžkých chvílích je pro ni spiritualita velkou oporou, a jak opakovaně zdůrazňuje, není to jen něco speciálního pro staré lidi, ale jedná se o pomoc pro všechny věkové kategorie a zejména pro mladé, kteří zažívají různé krize.

Spiritualita paní Janě přináší naději i v kontextu blížícího se konce života. Smrt vnímá jako přechod a věří, že nemůžeme přijít někam, kde by bylo hůř, než tady, že Božím plánem je, abychom přišli do nebe, kde nás bude čekat otevřená Boží náruč. Představa života bez Boží existence je pro ni děsivá. Modlí se za zemřelé a věří, že se již mají dobře.

Stáří považuje za období, ve kterém jí život nabízí něco jiného než doposud, bere jej jako nabídku, kterou je škoda odmítnout, a která je naopak hodná přijetí, neboť „*stáří nemá být jen vzpomínáním na něco krásného, co se již nevrátí, ale má to být vzrůst moudrosti a Božího požehnání. Stáří je vlastně něco vzácného*“. A Bůh je nejen ve stáří jediná naděje, a „*jediný lék je důvěra.*“

### **4.3 Kazuistika 3: paní Vlasta**

Paní Vlasta pochází z tradičně věřící katolické rodiny. Má dvě sestry. Vzpomíná na to, jak se vždycky jako malá těšila na Vánoce a Velikonoce, jak drželi půst nebo v květnu chodili na

májové pobožnosti. Nechodili na bohoslužby často, ale když byl nějaký větší svátek, tak šli. V devatenácti letech se vdala a léta strávená po boku svého manžela považuje za nejšťastnější období svého života. Byl to vztah plný opravdové lásky a porozumění. Žili skromně a našetřili si postupně na vlastní dům. Neměli děti, a to ne kvůli zdravotním potížím, jak by si někdo mohl myslet, ale protože se tak rozhodli, neměli potřebu mít děti. Manžel zemřel před šesti lety na rakovinu. Poté už paní Vlasta, kvůli přibývajícím zdravotním omezením zejména v oblasti chůze, byla méně a méně soběstačná, a proto využila možnost přestěhovat se do domova pro seniory. V době rozhovoru byla klientkou domova teprve týden, byla to pro ni velká a rychlá změna, ale dle svých slov ji zvládla a je zatím v novém prostředí spokojená.

Pojem spiritualita paní Vlastě není příliš jasný, obává se, že tomu moc nerozumí a neví, co k tomu říct. Spojuje si jej však s katolickou vírou, s účastí na nedělních bohoslužbách a existencí Boha. Po svatbě s manželem už moc do kostela nechodila, ani katolickou víru nijak zvlášť neprožívala. Pamatuje si, jak ještě před svatbou chodila s manželem na katechismus k panu faráři na faru v rámci přípravy na manželství, také na to, že manželovi rodiče byli více věřící, a že na Vánoce někdy všichni zašli na půlnoční, ale jinak „*to nepřeháněli*“. Vícekrát zdůrazňuje, že na každý pád respektuje přesvědčení každého člověka, že proti víře a jejím projevům nic nemá, ani není vůči nikomu zaujatá. I v domově, kde teď je, bývají někdy mše, chodit tam nechce, jen třeba jednou za čas si ráda něco poslechne, ale ne pravidelně. Z modliteb si dodnes pamatuje nazpaměť *Otče náš* a dodává, že roky měla nad postelí pověšený obraz Panny Marie a Ježíše. Věří, že nějaký Bůh asi je, i když nechápe, proč se děje tolik těžkých věcí, ale Bůh prý za to asi nemůže. Není si jistá, co bude po smrti, protože to nikdo předem neví, jen někteří lidé říkají, že tam bude světlo a někdo tam bude čekat, ale to ona netuší, jak to bude. Nejdůležitější pro paní Vlastu je, že ať už každý věří jakkoli a myslí si cokoli, ona ví, že má duši. Je to něco takového vnitřního, nějak to cítí. Po smrti manžela se jí dokonce stalo, když seděla jednou u televize, že měla najednou pocit, že není sama, že jí někdo položil ruku na rameno a cítila lehký závan a tak se otočila a vyslovila manželovo jméno, ale nic dalšího už se nedělo.

Pro paní Vlastu je nejtěžší to, že teď nikoho nemá, protože rodina se k ní po smrti manžela nezachovala hezky a v podstatě byla ráda, že odešla do domova pro seniory. Rodinné vztahy nebyly nejlepší a stále ji to bolí. Aktuálně má největší starost o dům, který s manželem vlastnili, a který darovali manželovu synovci s tím, že na něm ještě za manželova života měli věčné břemeno. Pojistili si tedy to, že v něm budou moci bydlet, dokud budou chtít. Paní Vlasta na tom ovšem po ovdovění nebyla zdravotně dobře, pobyla si půl roku v nemocnici

a rodina se o ni poté příliš nestarala, ani nezajímala. Trápí ji, jak to bude dál s domem a se všemi věcmi, které zde zanechala. Říká, že na každého jednou dojde.

Paní Vlasta si uvědomuje, že domov pro seniory je pro ni posledním místem, kde žije, nikam jinam se už stěhovat nechce a přeje si zde umřít. Téma smrti v ní nevyvolává strach, má již vybranou konkrétní pohřební službu, nechce obřad, pouze zpopelnění a její urna má být v rodinném hrobě vedle manžela. Jediné její obavy plynou z toho, aby neumírala ve velkých bolestech, protože těch si už prožila dost. Nechce se trápit dlouho, ani být na obtíž. Smrt ovšem bere jako přirozenou součást života, neboť je to tak dané, už má svoje roky a někdy to přijít musí. Navíc zdravotní stav se postupně horší, i když ještě něco zvládne sama, ale síly ubývají.

Paní Vlasta nedokáže říci, zda je pro ni spiritualita nějak přínosná a do jaké míry, ale je patrné, že v sobě nachází určitou vnitřní sílu, díky které se nevzdala a zvládla i náročné období po smrti manžela včetně nemoci a nepodporujících vztahů v rodině. *„Řekla jsem si, že chci bojovat a také jsem chtěla dokázat, že na nich (na rodině) nejsem závislá.“*

Paní Vlasta také stále vychází z pěkných věcí, které prožila, je se svým životem smířená, a je si jistá, že stál za to. Svému manželovi zapaluje každou sobotu svíčku na baterii u jeho fotografie na okně a vzpomíná na padesát tři let, které spolu strávili, na vše, co spolu zvládli a přetrpěli. *„Kdyby to nemělo smysl, tak tady asi nebudu“*, říká paní Vlasta s tím, že by ublížit nebo vzít si život by si nikdy nedokázala.

Nyní se těší z nového prostředí domova pro seniory, je zde ráda, protože již není osamělá, na jaře se bude moci po dlouhé době podívat ven apod. Také si ráda povídá se svou spolubydlící v pokoji, neustále na ni mluví, takže vážný zdravotní stav této paní se mírně zlepšuje a někdy už i odpovídá na otázky nebo ji pozdraví. To je pro paní Vlastu velká radost. Má naději, že zde objeví nový rozměr života: *„Doufám, že teď tady aspoň přijdu na jiný zase takový smysl, víte.“*

## 5 Diskuze

Následující diskuze shrnuje výsledky výzkumu, které spolu s tvrzeními z odborné literatury vedou k naplnění hlavního cíle mé práce, kterým bylo zjistit a kvalitativním výzkumem doložit, zda klienti považují svoji spiritualitu za zdroj a pomoc při zvládnání těžkostí spojených se stářím, jako je strach, úzkost či osamělost, a jak oblast spirituality vnímají a prožívají.

Participantky, přestože byly jen tři, se v mnohém shodují. V konkrétním pojetí osobní spirituality se sice liší, ale v celkovém pohledu na potenciál spirituality vyjadřují podobné mínění. Výzkum sice není kvůli malému vzorku participantů aplikovatelný plošně, ale může poskytnout pohledy a zkušenosti lidí, kteří popisované skutečnosti prožívají, a tím pádem jim i nejlépe rozumí. Toto porozumění považuji za velmi přínosné pro sociální pracovníky i studenty sociální práce, kteří se ve své praxi setkávají s podobnými příběhy či spirituálními prožitky klientů a někdy možná neví, jak na ně adekvátně reagovat, a jak klienty podpořit. To si již tato práce za cíl neklade, může se však stát jakousi vysvětlivkou a směrovkou v komunikaci s klienty.

Pro participantky byl velmi důležitý celoživotní vývoj jejich spirituality. Ještě i v období stáří se tato stránka proměňuje a uceluje stejně tak, jako s přibývajícím věkem přichází moudrost, o níž píše Křivohlavý (Křivohlavý, 2004, s. 163-165). Životní příběh a vzpomínání na to, co bylo, je také součástí směřování k dosažení integrity ve stáří, jak o tom pojednává Říčan (Říčan, 2004, s. 380-382). Z kazuistik je patrné, že participantkám se poměrně dobře daří této vnitřní celistvosti dosáhnout. Vývoj spirituality je u každé ženy naprosto originální. Paní Irena pochází z rodiny, v níž věřit bylo nemyslitelné, paní Jana zase byla vychována v tradiční katolické víře, a přesto si každá z nich postupně vybudovala svou osobní spiritualitu, a to díky své vlastní touze a za přispění okolí, ať už to byli kněží, přátelé či další věřící. Zajímavé je, že rozvoj spirituality u paní Ireny odstartovalo v podstatě negativní nastavení otce vůči křesťanské víře. Lze tak konstatovat, že touha po duchovnu v krizových a zátěžových situacích roste. Oproti tomu pro paní Vlastu nebylo tolik rozhodující náboženské vyznání, spíše to, že ve svém životě nachází smysl díky fungujícím vztahům a že je schopna objevovat v sobě vnitřní sílu ke všemu, co ji ještě čeká.

Každá participantka vnímá jinak Boha, a má k němu jiný vztah, opět se ale v závěru shodují. Paní Irena si zpočátku nebyla jistá Boží existencí a nemohla pochopit, proč Bůh dopouští zlé a bolestné věci. Paní Jana si zase byla jistá, že Bůh je, ale potřebovala si uvědomit také to, jaký je, že to není jen Bůh trestající naše prohřešky, ale že pro nás zamýšlí dobro. I paní Vlasta věří, že nějaký bůh asi existuje, nerozumí tomu, proč se děje tolik



těžkých věcí, ale není to zřejmě boží vina. Pro paní Irenu a Janu je nyní Bůh významným zdrojem naděje a někým blízkým, komu důvěřují a kdo je jim blízký.

Co se týká pojetí spirituality participantek, všechny vychází ze zkušeností z křesťanského náboženství, přičemž u paní Ireny a paní Jany se jedná spíše o spiritualitu v užším slova smyslu, neboť se odkazují na náboženství či myšlenky duchovních autorů, paní Vlastě je však vlastní spíše spiritualita v širším slova smyslu spojená s vnímáním smyslu života.

Paní Irena dokonce rozlišuje spiritualitu v rámci katolické církve, která je dle ní organizovaná a formovatelná, a spiritualitu mimo katolickou církev, která je méně ohraničená. Přiklání se k prvně jmenovanému a dodává, že hlavní je pro ni její osobní forma spirituality, tedy přátelský vztah k Ježíši. To navazuje na Candovo uvažování o tom, zda spiritualitu a náboženství klást jedno či druhé do popředí nebo je chápat jako totožné pojmy (Canda, 2020, s. 98-101). Podstatný je však právě osobní rozměr spirituality, který je u každého jiný, a proto Vojtíšek upozorňuje na nejednoznačnost tohoto pojmu (Vojtíšek, 2012, s. 10).

Paní Jana zase rozlišuje psychickou a spirituální stránku osobnosti, když zmiňuje mysl a ducha, který je něco jiného. To odpovídá Franklovu pohledu na člověka jako na tělesnou a duševně-duchovní jednotu (Tavel, 2007, s. 125) a významu slova spiritualita dle křesťanství, v němž „spiritus“ znamená „dech“ nebo „duch“ (Vojtíšek, 2012, s. 10). A duch se dle paní Jany dokáže povznést nad strach a negativní věci, které často rezonují v psychice.

Také paní Vlasta si uvědomuje, že má duši, kterou ovšem popisuje jako něco vnitřního a hlubokého, dle mého pochopení a kontextu rozhovoru hovoří právě o duchovní oblasti, jejíž popis je pro ni obtížný.

Všechny tři participantky si v životě prošly obtížnými situacemi, u paní Ireny a paní Jany dokonce šlo o takové krize, že uvažovaly o sebevraždě. Dle jejich sdělení to byla právě spiritualita, která je takzvaně držela nad vodou. Paní Ireně doplňovala Boží blízkost chybějící oporu od manžela a u paní Jany zvítězila touha objevit svou duchovní cestu nad depresi a suicidálními myšlenkami. Spiritualita je pro participantky zdrojem vnitřní síly i nyní, když už jim ubývají tělesné síly a domov pro seniory shodně považují za poslední místo, kam se přestěhovaly, a kde si přejí umřít. Jak popisují v podkapitole 1.3, limity v tělesné oblasti zasahují i do oblasti sociální, takže už se participantky nepodívají tam, kam by chtěly, anebo to nezvládnou samy (Vágnerová, 2000, s. 449-450). Shodná vyjádření podávají participantky také ohledně konce života, nemají strach ze smrti, ale z umírání, aby nebylo dlouhé a bolestné a tím dávají za pravdu Vágnerové, která píše totožné tvrzení (Vágnerová, 2000, s. 504). Paní Vlasta nepovažuje spiritualitu za nejdůležitější prvek opory v tom, co je pro ni nyní těžké, na

druhou stranu popisuje svůj spirituální zážitek blízkosti manžela, když už byl po smrti a ona jej cítila vedle sebe. Rovněž paní Jana má obdobnou zkušenost, jen s maminkou. Spiritualitu tedy skutečně zažíváme i v našich vztazích tak, jak to chápe Frankl v rámci úvah o sebezpřesaznosti (Frankl, 1995).

Za zásadní závěr z výzkumu považují shodu názorů participantek ohledně hlavního výzkumného cíle. Pro paní Irenu a Janu je spiritualita významným zdrojem při zvládání těžkostí spojených se stářím. Paní Irenu dokonce těžké věci vedly a vedou blíže ke spiritualitě, jinak řečeno, spiritualita se díky těžkostem rozvíjí, funguje zde jistá reciprocita. Duchovno je pro obě nyní nejdůležitější, protože jedinou nadějí spatřují v Bohu, a autentické prožívání víry je pro ně něčím naprosto nezbytným pro dosažení pokoje a vyrovnanosti. Tyto jednoznačné výpovědi potvrzují Koenigovy výzkumné studie zabývající se pozitivním vlivem spirituality na tělesné i psychické zdraví a na zvládání nejrůznějších zátěžových situací (Doležel, 2017, s. 36).

Poněkud odlišný závěr poskytuje kazuistika paní Vlasty, která spiritualitu přímo neuvádí jako zdroj opory či útěchy, ale odkazuje se na vnitřní sílu, kterou v sobě nalézala a také na uplynulý život, který jí spolu s fungujícím manželstvím dával smysl. V tomto případě bych ráda vyzdvihla úlohu případové sociální práce, která se soustředí na silné stránky jedince a pracuje s jeho zdroji, nikoliv s jeho bezradností (Havránková, 2003, s. 68).

Překvapivým a důležitým zjištěním pro mě bylo, že participantky nezůstaly pouze u tvrzení, že spiritualita je nejpotřebnější či nejrozvinutější ve stáří, což může vyplývat na základě některých výzkumů (Sak, Kolesárová, 2012, s. 144-147), ale že spiritualita je podstatným podpurným prvkem ve všech životních etapách, zejména pak dle paní Jany v mládí, které řeší četné a hluboké krize. Bylo by zajímavé zrealizovat obdobný výzkum u mladých lidí a výsledky porovnat s pohledem seniorů.

Ve prospěch důležitosti spirituality mluví fakt, že paní Irenu i paní Janu mrzí, že všichni lidé neobjevili sílu víry a duchovna, a že jim to tedy musí chybět, anebo že vyznávají určitou víru, ale nežijí ji autenticky. Tím poukazují i na postupující sekularizaci. Jak zjistil Tavel, pro lidi s určitým vyznáním tedy může být o něco snazší nalézt ve svém životě smysl, než pro lidi bez vyznání (Tavel, 2007, s. 97-98).

Dalším zajímavým a rozšiřujícím závěrem z výzkumu je shodný pohled všech participantek na význam stáří, které nabízí něco nového než doposud, skrývá v sobě nový smysl a možnost dosažení integrity skrze objevení nových souvislostí a pochopení toho co bylo, včetně přijetí konečnosti života, tedy smrti jako něčeho přirozeného.

Dovolím si konstatovat, že cíl tohoto výzkumu a zároveň celé práce se mi podařilo naplnit, protože participantky vyjádřily na danou problematiku podobný úhel pohledu, který navíc koresponduje i s tvrzeními odborné literatury. Potenciál spirituality nelze kvantifikovat, nicméně lze tvrdit, že její vliv na prožívání těžkostí ve stáří je jednoznačně pozitivní a rozsáhlý a že to je přímá zkušenost některých klientů sociálních služeb.

## Závěr

Cílem této práce bylo zjistit a kvalitativním výzkumem doložit, zda klienti považují svoji spiritualitu za zdroj a pomoc při zvládání těžkostí spojených se stářím, jako je strach, úzkost či osamělost, a jak oblast spirituality vnímají a prožívají. Dovolím si tvrdit, že se mi jej podařilo naplnit, a to díky zjištěným poznatkům, které shrnuji na následujících řádcích.

V první řadě bych ráda vyzdvihla, že stáří není obdobím ani přímou příčinou strachu, úzkosti nebo osamělosti, jak by se mohlo zdát z pouhého názvu práce. Jsou to jen limity popsané v první kapitole, které mohou způsobovat tyto negativní stavy a které přicházejí u každého v jiné intenzitě a v jiném věku. To potvrzují i participantky, když chápou stáří jako etapu, v níž život nabývá nového smyslu a nabízí příležitost pochopit a nahlédnout v novém světle vše prožité. O tom je hlavní vývojový úkol stáří - dosažení integrity. Spiritualita k této celistvosti napomáhá, neboť poskytuje určitý nadhled nad běžným prožíváním, jak opět vystihuje jedna z participantek, a to proto, že je zapotřebí rozlišovat psychickou a duchovní stránku.

Dále z celé práce vyplývá, že spiritualita je nedílnou součástí lidské osobnosti z pohledu sociální práce i křesťanství, ovšem její podoba ve stáří stejně jako integrita není něčím samozřejmým. Léta navíc nepřinášejí větší moudrost automaticky, člověk ji získává postupně na základě zkušeností. Stejně i vývoj spirituality je celoživotním procesem, který startuje již v dětství a mládí a je ovlivněn mnoha krizemi, díky nimž ale spiritualita roste. Výzkum v mé práci tak odhaluje zajímavou souvislost mezi spiritualitou a těžkostmi spojenými se stářím i náročnými situacemi obecně - spiritualita skýtá oporu při zvládání těžkostí a prožívání těžkých věcí zase představuje posun a prohloubení ve spirituálním vývoji.

Podstatným zjištěním pro mě bylo přesvědčení participantek o tom, že spiritualita je stejně významným podpurným prvkem pro všechna životní období, tedy nejen ve stáří, ale především i v mladém věku, kdy člověk prožívá nejrůznější krize. Tento pohled mě přiměl k úvaze nad tím, že by bylo velmi vhodné zrealizovat podobný výzkum u mladých lidí či u všech mladších generací, jak již uvádím v diskuzi. Jednalo by se o zkoumání vlivu spirituality na lidské prožívání a jednání v období krize. Kvalitativní výzkum v mé práci tak naplnil svůj účel, neboť v něm vzhledem k malému vzorku participantů nešlo o zachycení či potvrzení většinových postojů, ale o získání osobních zkušeností a postojů, které by byly využitelné v dalších výzkumech. Spiritualita je dle mého názoru jevem, který lze stěží kvantifikovat právě díky jejímu individuálnímu pojetí - každý člověk ji prožívá originálním způsobem.

Z teoretické i výzkumné části vyplynula kladná odpověď na výzkumnou otázku, zda mají senioři - klienti sociálních služeb zkušenost se svojí spiritualitou jako se zdrojem při zvládání strachu, úzkosti či osamělosti. Každá z participantek vyprávěla odlišný životní příběh a jinak definovala pojem spiritualita, ale všechny se shodují v tom, že spiritualita může být oporou v prožívání těžkostí, a dvě participantky vyjadřují pevné přesvědčení ohledně duchovna jako něčeho, co jim dodává naději, smysl života, pokoj a vyrovnanost směrem k minulosti i budoucnosti, tedy i v horizontu konečnosti života.

Uvědomuji si, že tato práce neposkytuje odpovědi na všechny otázky, jež se k dané problematice pojí, zejména proto, že výzkum nelze zobecnit. Bylo by zajímavé zjistit pohled lidí, kteří například ve svém současném stáří zažívají větší těžkosti než participantky, které jsem oslovila apod. I přesto věřím, že získaná zjištění mohou sloužit jako inspirace pro kvalitnější praxi sociálních pracovníků v sociálních službách i ve veřejném prostoru při utváření sociální politiky ve prospěch seniorů.

## Bibliografie

*Bible: Český ekumenický překlad.* 2016. Praha: Česká biblická společnost.

BOHLEN, Stephanie. 2010. „Teologie a sociální práce - podněty pro dialog“. In: OPATRŇY, Michael, LEHNER, Markus a kol. *Teorie a praxe charitativní práce. Uvedení do problematiky, praktická reflexe a aplikace.* České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta. s. 28-24. ISBN 978-80-7394-214-4.

CANDA, Edward R. 2020. *Spiritual Diversity in Social Work Practice.* New York: Oxford University Press. ISBN 978-0-19-060229-1.

CHRASTINA, Jan. 2019. *Případová studie – metoda kvalitativní výzkumné strategie a designování výzkumu.* Vyd. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-5373-6

CRUMBAUGH, James C. 1997. A Contribution of Frankl's Logotherapy to the Interpretation of Near-Death Experiences. *Journal of Near-Death Studies*, č. 3, s. 155-161. [online]. [cit. 2024-03-25]. ISSN neuvedeno. Dostupné z: [https://digital.library.unt.edu/ark:/67531/metadc798870/m2/1/high\\_res\\_d/vol15-no3-155.pdf](https://digital.library.unt.edu/ark:/67531/metadc798870/m2/1/high_res_d/vol15-no3-155.pdf).

FRANKL, Viktor Emanuel. 1995. *Lékařská péče o duši.* Brno: Cesta. ISBN: 80-85319-39-X

HAŠKOVCOVÁ, Helena. 2010. *Fenomén stáří.* Vyd. 2. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.

HAVRÁNKOVÁ, Olga. 2003. „Případová práce“. In: MATOUŠEK, Oldřich a kol. *Metody a řízení sociální práce.* Vyd. 1. Praha: Portál. s. 67-81. ISBN 80-7178-548-2.

HENDL, Jan. 2012. *Kvalitativní výzkum. Základní teorie, metody a aplikace.* Vyd. 3. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0219-6.

JANEČKOVÁ, Hana. 2005. „Sociální práce se starými lidmi“. In: MATOUŠEK, Oldřich, KOLÁČKOVÁ, Jana, KODYMOVÁ, Pavla. (eds.). *Sociální práce v praxi*. Vyd. 1. Praha: Portál. s. 163-193. ISBN 80-7367-002-X.

*Katechismus katolické církve*. 1995. Praha: Zvon.

KŘIŠŤAN, Alois. 2008. „Praktická teologie, pastorace a sociální práce - mezioborové souvislosti“. In: MARTINEK, Michael a kol. *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. Praha: JABOK - Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická. s. 16-25. ISBN 978-80-904137-2-6.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 2000. *Pastorální péče*. Praha: Oliva, křesťanské nakladatelství a knihkupectví. ISBN 80-85942-42-9.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 2004. *Pozitivní psychologie*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN: 80-7178-835-X

LEHNER, Markus. 2010. „Sociální práce a praktická teologie jako teorie jednání“. In: OPATRŇÝ, Michael, LEHNER, Markus a kol. *Teorie a praxe charitativní práce. Uvedení do problematiky, praktická reflexe a aplikace*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta. s. 28-24. ISBN 978-80-7394-214-4.

LIPTÁKOVÁ, Jaroslava. 2022. *Potenciál spirituality v sociální práci při podpoře klienta v jeho strachu, úzkosti nebo osamělosti ve stáří pohledem V. E. Frankla*. Olomouc (absolventská práce). CARITAS - Vyšší odborná škola sociální Olomouc.

MIOVSKÝ, Michal. 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-1362-4

MOTLOVÁ, Lenka, OPATRŇÝ, Dominik. 2008. „Senioři“. In: MARTINEK, Michael a kol. *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. Praha: JABOK - Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická. s. 93-101. ISBN 978-80-904137-2-6.

PAPEŽ FRANTIŠEK. 2014. *Evangelii Gaudium - Radost z evangelia. Apoštolská exhortace o hlásání evangelia v současném světě*. Vyd. 1. Praha: Paulínky. ISBN 978-80-7450-118-0.

PRAŠKO, J., J. VYSKOČILOVÁ a J. PRAŠKOVÁ. 2006. *Úzkost a obavy*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-079-8.

PUNCH, Keith. 2008. *Úspěšný návrh výzkumu*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-468-7.

ŘÍČAN, Pavel. 2004. *Cesta životem*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-829-5.

ŘÍČAN, Pavel. 2005. *Psychologie*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-923-2.

ŘÍČAN, Pavel. 2007. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-312-3.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3850-5.

SMÉKAL, Vladimír. 2005. *O lidské povaze*. Vyd. 1. Brno: Cesta. ISBN 80-7295-069-X.

ŠPIDLÍK, Tomáš. 2000. *Prameny světla*. Velehrad: Refugium. ISBN 80-86045-41-2.

SUCHOMELOVÁ, Věra. 2016. *Senioři a spiritualita: Duchovní potřeby v každodenním životě*. Vyd. 1. Praha: Návrat domů. ISBN 978-80-7255-361-7.

TAVEL, Petr. 2007. *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla*. Vyd. 1. Praha: Nakladatelství TRITON Praha/Kroměříž. ISBN 80-7254-915-4.

ÚLEHLA, Ivan. 2004. *Umění pomáhat*. Vyd. 2. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 80-85850-69-9.

VÁGNEROVÁ, Marie. 2000. *Vývojová psychologie*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-308-0.



VOJTÍŠEK, Zdeněk, Pavel DUŠEK a Jiří MOTL. 2012. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0088-8.

### Online zdroje:

BRZEZIŃSKI, Mirosław. 2023. The Value of Old Age in the Teaching of Pope Francis. *Religions*. [online] 1463(14) [cit. 2024-03-21]. ISSN 2077-1444. Dostupné z: <https://www.mdpi.com/2077-1444/14/12/1463>

DOLEŽEL, Jakub. 2017. Vliv víry na prožívání nemoci u seniorů, dotazníky spirituality. *Caritas et veritas*. [online] 7(1) [cit. 2024-03-29]. ISSN 1805-0948. Dostupné z: [https://www.caritasetveritas.cz/cz/artkey/cev-201701-0006\\_spiritualni-citlivost-charitnich-sluzeb-proc-a-jak-pracovat-se-spiritualni-dimenzi-zivotni-situace.php](https://www.caritasetveritas.cz/cz/artkey/cev-201701-0006_spiritualni-citlivost-charitnich-sluzeb-proc-a-jak-pracovat-se-spiritualni-dimenzi-zivotni-situace.php)

Fakulta sociálních studií. Masarykova univerzita. O projektu. Ageismus.cz [online]. ©2024 [cit. 2024-03-18]. Dostupné z: <https://www.ageismus.cz/o-projektu>

FYZIOklinika s.r.o. Poradna. Fyzioklinika.cz [online]. ©2011-2024 [cit. 2024-03-21]. Dostupné z: <https://fyzioklinika.cz/poradna/clanky-o-zdravi/736-samota-vs-osamelost>

*Gaudium et spes. Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě*. 1965. The holly see. Vatican.va [online]. [cit. 2024-03-29]. Dostupné z: [https://www.vatican.va/archive/hist\\_councils/ii\\_vatican\\_council/documents/vat-ii\\_const\\_19651207\\_gaudium-et-spes\\_cs.html](https://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_cs.html).

HRNČIARIKOVÁ, Dana a Michal, HRNČIARIK. 2011. Spirituální citlivost charitních služeb: Proč a jak pracovat se spirituální dimenzí životní situace klientů. *Časopis lékařů českých*. [online] 150(6) [cit. 2024-03-24]. ISSN 1805-4420. Dostupné z: <https://www.digitalniknihovna.cz/nlk/periodical/uuid:MED00010976-visk>

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ. [online]. ©2024 [cit. 2024-03-23]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/documents/20142/1864403/karty+Soci%C3%A1ln%C3%AD+pr%C3%A1ce+na+obecn%C3%ADm+%C3%BA%C5%99adu.pdf/cc264bdd-83d1-c8a6-03e2-eb4e52303dec>

*Prohlášení Mezinárodní federace sociálních pracovníků o etických principech*. 2018. [online]. IFSW. [cit. 2024-03-24]. Dostupné z: [https://is.jabok.cz/el/jabok/zima2020/T322/um/Eticke\\_kodexy\\_v\\_SP\\_-\\_material.pdf](https://is.jabok.cz/el/jabok/zima2020/T322/um/Eticke_kodexy_v_SP_-_material.pdf).

Zákon č. 108 ze dne 31. března 2006 o sociálních službách. *Zákony pro lidi*. Sbírnka zákonů České republiky. *Zákony pro lidi.cz* [online]. ©2010-2024 Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108#cast1>

## **Seznam zkratk**

GS - Gaudium et spes (Radost a naděje) - Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě

IFSW - International Federation of Social Workers - Mezinárodní federace sociálních pracovníků

KKC - Katechismus katolické církve

LDN - Léčebna dlouhodobě nemocných

## **Anotace**

Cílem této práce je zjistit a kvalitativním výzkumem doložit, zda klienti považují svoji spiritualitu za zdroj a pomoc při zvládání těžkostí spojených se stářím, jako je strach, úzkost či osamělost, a jak oblast spirituality vnímají a prožívají. Pozornost věnuji jak samotným pojmům spiritualita a stáří, tak jejich vztahu vzhledem k prožívaným těžkostem. Téma popisuji v kontextu myšlenek sociální práce a teologie, přičemž teoretickou část doplňuji poznatky z kvalitativního výzkumu v podobě kazuistik tří klientek domova pro seniory. Práce rovněž poukazuje na nebezpečí stereotypů a připívá ke správnému nahlížení na stáří a spiritualitu v současné společnosti.

Klíčová slova: sociální práce, sociální pracovník, praktická teologie, spiritualita, stáří, spiritualita ve stáří, strach, úzkost, osamělost, smysl života, integrita

## **Annotation**

The object of this thesis is to find out and to prove by qualitative research whether clients consider their spirituality as a source and help in coping with difficulties associated with old age, such as fear, anxiety or loneliness, and how they perceive and experience the area of spirituality. I focus on the concepts of spirituality and old age extent vztahthemselves, as well as their relationship in relation to the difficulties experienced. I describe the topic in the context of ideas of social work and theology, while the theoretical part is complemented by findings from qualitative research in the form of case studies of three clients of a home for the elderly. The thesis also highlights the dangers of stereotyping and calls for a correct view of old age and spirituality in contemporary society.

Key words: social work, social worker, practical theology, spirituality, old age, spirituality in old age, fear, anxiety, loneliness, meaning of life, integrity

## **Seznam příloh**

Příloha 1: Okruh výzkumných otázek

## **Příloha 1: Okruh výzkumných otázek**

### Oblast spirituality

- Znáte slovo spiritualita? Co ve vás vyvolává/jak ho chápete, co si pod termínem spiritualita vybavíte?
- Jaká je vaše víra/osobní přesvědčení? V co/koho nebo komu/ čemu věříte?
- Pokud věříte v Boha - jaký máte vztah k Bohu?
- Jak svou víru prožíváte? (Modlíte se, chodíte ke svátostem, čtete si nebo jen tak o něčem přemýšlíte?)
- Máte s kým ji prožívat? Co rodina, místo, kde teď bydlíte, pan farář, personál a další lidé? Je někdo, kdo je vám blízký a můžete si s ním o tom popovídat nebo to s ním prožívat?
- Kteří lidé byli nebo jsou ve vaší víře pro vás nejdůležitější?
- Jste součástí nějakého společenství?
- Když se poohlédnete do minulosti a pak se zas podíváte zpět do současnosti, vidíte nějaké rozdíly, změny nebo prohloubení ve svém duchovním životě?
- Jak moc je víra pro vás osobně/ve vašem životě důležitá?

### Oblast strachu, úzkosti a osamělosti

- Je něco, čeho se teď ve svém věku obáváte nebo z toho prostě nemáte dobrý pocit?
- Pociťoval/a jste to již někdy dřív?
- Proč se toho bojíte?
- Dělá vám starosti zdravotní stav nebo něco jiného?
- Cítíte se osaměle?
- Když se řekne smrt... bojíte se jí? Dokázal/a byste k tomu něco říci?
- Měl/a jste nějakou krizi ve své víře?
- Vidíte ve svém životě nějaký smysl?

### Propojení - vliv spirituality v oblasti strachu, úzkosti a osamělosti

- Co vám nejvíce v těchto chvílích pomohlo?
- Byla vám spiritualita oporou v prožívání těchto těžkých věcí? Pomohla vám nějak v tomto období?
- Pomáhá vám v něčem spiritualita nyní? Je pro vás oporou? Přináší vám pokoj?
- Pomáhá vám vaše víra vyrovnat se s nemocí?

- Co je teď pro vás nejdůležitější?
- Co je smyslem vašeho života?
- Co vám dodává naději?
- Jak se díváte zpětně na svůj život? Dokázal/a jste se smířit se vším, co se v něm stalo?
- Myslíte si, že můžete svým životem někoho inspirovat?