

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrilometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

Bakalářská práce

2010

Jana Šuranská

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrilometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

Charitativní a sociální práce

Jana Šuranská

**Možnosti pastorační péče
v Klubu seniorů „S“ Topolná**

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Ing. Ester Danihelková

2010

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury

.....

Podpis autora práce

Děkuji paní Ing. Ester Danihelkové za odborné vedení mé práce. Také děkuji duchovnímu správci otci Krzysztofu Klatovi z farnosti Bílovice za přínosné konzultace, kterých si velmi vážím.

Obsah

Úvod.....	6
I. KAPITOLA	8
1 Charakteristika stáří	8
1.1 Definice stáří.....	8
1.2 Změny ve stáří	9
1.3 Sociální stáří	10
1.4 Biologické stáří.....	11
1.5 Psychické stáří	11
1.6 Věková hranice stáří	12
2 Potřeby seniorů	14
2.1 Fyziologické potřeby	14
2.2 Potřeba bezpečí.....	14
2.3 Potřeba sociální.....	15
2.4 Potřeba úcty a uznání.....	15
2.5 Potřeba seberealizace.....	16
3 Stárnutí z pohledu demografické struktury	18
3.1 Statistika obyvatel v obci Topolná.....	19
3.2 Současné trendy stárnutí společnosti	21
3.3 Stáří a mobilita.....	22
3.4 Adaptace na stáří.....	23
II. KAPITOLA	25
4 Charakteristika a vývoj pastorační péče	25
4.1 Pojetí a rozdělení pastorační péče.....	25
4.2 Význam pastorační péče v sociální práci	27
4.3 Role víry v životě seniora	29
4.4 Křesťanské chápání duchovního života seniorů	30
III. KAPITOLA	32
5 Cesty pastorační péče v Klubu seniorů „S“ Topolná.....	32
5.1 Rozhovor jako jedna z možností pastorační péče	33
5.2 Modlitba a její význam v životě seniora.	34
5.3 Setkávání nad Biblií.....	36
5.4 Svátosti církve	37
5.5 Příprava na smrt.....	40
Závěr	42
Seznam bibliografie	44
Internetové zdroje:	46

Modlitba seniora

„Stárnu, Pane, cítím, že den ze dne stárnu. Někteří moji blízcí a známí mě už teď považují za starého, jiní možná zítra nebo za rok. Pane, ty to víš nejlíp. Prosím tě, dej mi svou milost, abys mě kvůli tomu nezmocňoval stesk, smutek. A naopak Ti děkuji za to, co mi bylo za všechny ty roky dopřáno, ale i za zkoušky a bolesti, kterými jsi léčil moje pády a omyly – abych si nezakládal na své vlastní síle a na svých schopnostech. Uděl mi tu moudrost, abych uznal, že nejsem ze všech nejmoudřejší ani nejzkušenější, že možná ledacos nechápu. Neodvažuji se prosit o lepší paměť, jen mi, prosím dej trochu víc pokory a méně sebejistoty, když se moje vzpomínky liší od vzpomínek druhého. Ať si uvědomuji, že i já se můžu někdy mýlit. Taky prosím, zavři mi ústa, kdybych chtěl vyprávět o svých potížích a nemocech. Ať naopak vždycky trpělivě vyslechnu, když si druzí stěžují na to, co je trápí. Často je to jediné, co jim můžu dát.

Ať si nemyslím, že můžu při každé příležitosti do všeho mluvit. Vůbec mě ochraňuj před upovídáním i před vším ostatním, co dělá staré lidi neoblíbenými. Chraň mě před hloupou touhou chtít každému dávat jeho záležitosti do pořádku. Nesmím se domnívat, že mám právo nebo dokonce povinnost druhé poučovat a převychovávat. Zvlášť se chci vyvarovat toho, že bych mluvil o chybách těch druhých, že bych je pomlouval – i když k tomu často svádí nuda. Ani nebudu druhé poslouchat, pokud budou oni o někom mluvit špatně. Zbav mne i ostatní toho klamu, že mluvit o chybách druhých je to nejzábavnější téma. Ať jsem ochotný pomáhat, ale bez uspěchanosti, ať jsem starostlivý, ale nepanovačný, soucitný, ale ne sentimentální. My starší máme být pro mladé vzorem laskavosti, optimismu, máme ve všem hledat to nejlepší a krásnější. Dej, ať nacházím dobro tam, kde jsem ho netušil, a objevuji schopnosti u lidí, do kterých bych to neřekl. A daruj mi, Pane, přívětivost, s níž bych jim to uměl říct. Pomáhej mi, prosím tě, Bože, abych nezůstal sám, ale dej mi pár dobrých přátel. A nakonec tě prosím, dej ať žiji tak, abychom se ani já, ani druzí kolem mě nebáli stáří. Amen!“¹

Podle Modlitby neznáme abatyše“, z exercíí MUDr. Ladislava Kubíčka a podle Teo Hlaváče.

¹ Cit. FIŠER, Z. Plný život ve stáří. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.1999.ISBN 80-7192-381-8. s. 104–105

Úvod

„Stáří je posledním ontogenetickým obdobím v životě člověka. Bible zdůrazňuje zkušenosti a moudrost „starců“, zároveň však chápe stáří jako znamení lidské konečnosti. Za jednu ze základních lidských povinností považuje pomoc člověku.“²

Johann Wolfgang Goethe vyslovil myšlenku: „Zestárnout není žádné umění – uměním je se svým stářím se vyrovnat.“³

Stáří a stárnutí, nelze spojovat jen s nemocemi, nepříjemnostmi a problémy, ale také s duchovním rozkvětem, moudrostí a rozvážností. Každý člověk přemýšlí o sobě, o svém životě. Ptá se po smyslu svého života: Proč žiji? A starší lidé se ptají: Proč jsem žil? Jaký smysl má můj nebo měl můj život? Kdo mi může na tyto otázky správně odpovědět? Na odpovědi moc záleží. Má-li můj život smysl, musím se každý den snažit, abych tento smysl svého života uskutečňovat. To je veliká zodpovědnost.⁴ Stáří je pro člověka obdobím, kdy má více času sám pro sebe i pro své blízké. Každý, kdo vnímá proces stárnutí, vnímá především sám sebe. Rozvíjí své ctnosti, pokoru, trpělivost, mírnost, pokoj a vděčnost, ke kterým stáří vybízí. Ctnost, která stáří nejvíce šlechtí a je vzácným darem, je ctnost životní moudrosti.⁵ Z osobních i pracovních zkušeností jsem dospěla k poznání, že duchovní a duševní pohoda úzce souvisí s kvalitou života seniorů.

Téma možnosti pastorační péče v Klubu seniorů „S“ Topolná jsem si vybrala na základě svého dlouholetého zájmu o seniory. Senioři mají bezesporu nezastupitelné místo ve společnosti i v církvi, a proto si zaslouží mezi námi mladšími své místo i úctu. Tvořivá aktivita, schopnosti pracovat a účastnit se společenského života, pomáhá udržet stárnoucího člověka ve fyzické a duševní kondici. Senioři, zvláště věřící, často obracejí své myšlenky k Bohu, neboť víra jim přináší pocit jistoty, naděje, útěchy a lásky. Ve svých vzpomínkách se odvolávají a vracejí ke svým zkušenostem s Bohem, když prožívali těžké chvíle v životě.

Již pátým rokem pracuji jako vedoucí v Domě s pečovatelskou službou Topolná. Posláním našeho zařízení je umožnit seniorům zůstat co nejdéle soběstační a aktivní, zachovat si soukromí a způsob života, na který jsou zvyklí. Problematika seniorů mě zajímá především z pohledu zkvalitnění jejich života.

² OPATRŇY, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři. In Praktická teologie pro sociální pracovníky.* [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 100.

³ FIŠER, Z. *Plný život ve stáří*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999, ISBN 80-7192-381-8 s. 6.

⁴ Srov.: FIŠER, Z. *Plný život ve stáří*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. ISBN 80-7192-381-8 s. 8.

⁵ Srov.: GRŮN, A. *Umění stárnout*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009. ISBN 978-80-7195-316-6 s. 144.

Cílem práce je na základě použité literatury a zkušeností z mé praxe specifikovat možnosti pastorační péče seniorů v Klubu „S“ v Topolné.

Studii budu zpracovávat pomocí analýzy zjištění z odborné literatury a z dostupných zdrojů. Budu vycházet z příkladů ze své osobní i profesní zkušenosti, které jsem zaznamenala nesystematickým pozorováním a z pomoci duchovního správce otce Krzysztofa Klata z farnosti Bílovice.

Práce je členěna do tří kapitol. První kapitola je věnována charakteristice, změnám a projevům stárnutí a stáří. Dále uvádím aspekty stárnutí a faktory ovlivňující tento proces, specifikuji potřeby seniorů a zamýšlím se nad postupným stárnutím naší společnosti, nad navyšujícím se počtem seniorů v obci Topolná. Ve druhé kapitole se zabývám obecnou charakteristikou a vývojem pastorační péče, významem pastorační péče v sociální práci, vírou a duchovním životem seniora. Třetí část, ve které se budu zabývat možnostmi pastorační péče v Klubu seniorů „S“, je rozdělena do podkapitol podle způsobu pastorační péče, kterou je duchovní rozhovor, modlitba a setkávání nad Biblí. Důležitá je pro seniora podpora ve svátostech a dobrá příprava na smrt, která není koncem života pozemského, ale začátkem života nového, setkání se s Bohem. Člověk se tak v naději a ve víře přibližuje k svému cíli, aby dosáhl vítězství a slávy věčného života.

I. KAPITOLA

1 Charakteristika stáří⁶

Slovo „stáří“ znamená pro každého něco jiného – pro velkou část lidstva představuje involuci, bezmocnost, závislost, opuštěnost a blížící se smrt.

Stáří je součástí našeho každodenního života. Dobu, kdy je člověk pokládán za starého, je obtížné jednoznačně vymezit. Stárnoucí jedinec prožívá období změny ve struktuře biologické, psychické i sociální. Následkem těchto změn dochází k mnoha zdravotním potížím. Zhoršuje se smyslové vnímání, kapacita paměti, dochází ke zhoršení kvality myšlení, k poklesu zájmů nebo inteligence. Výrazně klesá adaptabilita člověka vůči zátěži, námaze, náročným životním situacím, vůči změně prostředí (např. hospitalizace, stěhování, pobyt v domovech pro seniory). Stoupá zranitelnost a ztráta odolnosti a soběstačnosti. „Neexistuje žádná zázračná pilulka ani očkování proti stárnutí, ale komplexní síť genových aktivit, které během života pomáhají redukovat volné radikály nebo opravují poškození dědičného aparátu“.⁷

1.1 Definice stáří⁸

Literatury věnující se stáří a seniorům je na trhu velká řada a každý z autorů pojem stáří definuje podle svého vnímání.

Vyzrálé, jasné stáří má své typické vnější poznávací znaky. Nelze je zakrýt a nelze je ani přehlédnout. Odborně vyzrálým stářím rozumíme kategorii tzv. pokročilého nebo-li stařeckého věku, tj. 75–89 let. Lidé této věkové kategorie zpravidla již vykazují snížení fyzických a psychických sil. Jejich zevnějšek prodělal řadu změn a stáří se stalo čitelné ve tváři, v gestech, v chůzi. Ani psychika nebyla ušetřena involučního procesu.

„Označení starý člověk se zakládá především na společenské konvenci, která má různé ale především ekonomické důvody a současná společnost považuje za starého

⁶ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010.)

⁷ GRUSS (ed), P. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*, Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-605-6. s. 10–11.

⁸ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

toho jedince, kterému vzhledem ke kalendářnímu věku vznikl nárok na starobní důchod.“⁹

Podle pana Grusse: „Stáří je zároveň tělesný, psychologický a duchovní jev. Stárnutí je úbytek tělesných a duševních možností, které člověk má.“¹⁰

Jandourek vidí stáří jako „fázi životního cyklu, která nastává většinou po skončení ekonomické činnosti a je doprovázena fyzickými a duševními změnami.“¹¹ Zdůrazňuje, že stáří se nedá vymezit pouze věkem, jelikož jsou mezi jedinci významné individuální rozdíly.

Zato paní Reinwaldová zdůrazňuje skutečnost, „že s přibývajícím věkem nám přibývá nemocí, což není vyhnutelný úděl stáří, ale výsledek našeho života a životního stylu. Tělo i mysl se dají vytrénovat, aby mohly dobře fungovat i ve stáří. V posilování fyzické i psychické části osobnosti vidí způsob úniku od stagnace a atrofie. Stárnout zdravě znamená odstranit zlovyky a nezdravý životní styl již v mládí a podpořit aktivitu, správnou výživu, způsob myšlení a životní prostředí.“¹²

Život jedince se skládá z jednotlivých vývojových stádiích. Každé stádium je charakterizováno určitými strukturálními a funkčními znaky a změnami ve vztahu mezi organizmem a přírodním či sociálním prostředím.

„Stáří je tedy poslední ontogenetickou vývojovou etapou. Souvisí se všemi předcházejícími fázemi, každá z nich vtiskla stáří svou pečeť, zanechala tu stopy. Současně však má stáří svá biologická specifika, která je zásadně odlišují od jiných vývojových stádiích. Tato skutečnost je rozhodujícím klíčem k pochopení stáří jak v teorii, tak praxi.“¹³

1.2 Změny ve stáří¹⁴

„Přestože každý člověk prožívá svůj život originálním způsobem, lze se shodnout na významných okamžicích, které přichází s vyšším věkem. Změny se odehrávají v rovině tělesné, psychické i sociální.“¹⁵

⁹ HAŠKOVCOVÁ, H. *Manuálek sociální gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví v Brně, 2002, ISBN 80-7013-363-5. s. 21

¹⁰ GRUSS (ed), P. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*, Praha: Portál. 2009. ISBN 978-80-7367-605-6, s. 11

¹¹ JANDOUREK, J. *Sociologický slovník*, 2. vydání, Praha: Portál. 2007. ISBN 978-80-7367-269-0. s. 237

¹² RHEIWANLDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory*, Praha: Grada. 1999. ISBN 80-7169-828-8. s. 8

¹³ PACOVSKÝ, V. *Geriatric*, Praha: SCIENTIA MEDICA. 1994. ISBN 80-85526-32-8. s. 29

¹⁴ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010)

¹⁵ VENGLAŘOVÁ, M.: *Problematiké situace v péči o seniory*, Praha. 2007. ISBN 978-80-247-2170-5. s. 12

Reakce na změny jsou ovlivněny osobností seniora, reakcemi jeho okolí a také možnostmi, jak získá pomoc v oblastech, které senior nezvládne sám. Změn přichází v životě mnoho. Aby bylo možné správně vytvořit směřování života, je nutné zkoumat v minulosti jedince činnosti, jež se ukázaly jako úspěšné a zakládaly se na výrazných schopnostech, zájmech a zaujetí. Leckteré zájmy byly odloženy nebo utlumeny kvůli zaměstnání. V období důchodového věku je lze oživit a rozvinout. Odchod do důchodu nemá vést k nicnedělání, je třeba hledat a nalézat nové varianty trávení času, na ně je možno se připravovat.

Především je třeba zdůraznit, že při fyzickém stárnutí a stárí se kvalitativně nemění osobnost člověka. Pro kvalitu psychiky ve stárí má zřejmě větší význam osobnost člověka a její úroveň než kalendářní věk. Rozhodující není, že je někdo starý, ale jak stárne. Ne nadarmo se říká, že člověk je tak starý, na kolik let se cítí.

„Charakteristické osobnostní rysy ovšem získávají nebo upadají na své intenzitě. Člověk ve stárí karikuje svou vlastní povahu. Dříve nedůvěřivý člověk se například stává sudičem, citlivý má sklon k depresivním reakcím. Introvertovi se lépe vede v druhé polovině života, extrovertovi v první.“¹⁶

1.3 Sociální stárí¹⁷

Vztahuje se ke společenskému očekávání a postihuje proměnu sociálních rolí, potřeb, životního stylu i ekonomického zajištění. Za počátek je obvykle považován nárok na starobní důchod čili ukončení pracovního poměru. Lidé se na něj často těší s vyhlídkou odpočinku a klidu. Najednou mají velké množství volného času, který si musí nějak organizovat a vyplnit, často ze zdravotních důvodů se nemohou věnovat svému koníčku, např. náročnému sportu. Dalším problémem stárí je celodenní trávení času s partnerem, na které nikdo v současné společnosti není zvyklý a zároveň ztratí sociální kontakty. Seniorům chybí pocit uznání a důležitosti, stávají se emočně labilními, jsou nestálí. Snižuje se jejich nadšení pro věc či nějakou spolupráci se svým okolím. Velmi nebezpečná je izolace starších lidí. Ve vyšším věku nebo např. po ztrátě partnera se mnoho lidí uzavírá před okolním a světem a tato pasivita zhoršuje jejich fyzický i psychický stav. Výsledkem je jejich rezignace na život. – “V budoucnosti se

¹⁶ PACOVSKÝ, V. *Geriatric*, Praha: SCIENTIA MEDICA. 1994. ISBN 80-85526-32-8. s. 39

¹⁷ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010)

bude pasivní stáří jevit spíše jako sociální patologie, projev neúspěšného stárnutí, či maladaptace na stáří.¹⁸ Tento stav je velmi nebezpečný, proti tomuto jevu je postaven projekt celoživotního osobnostního rozvoje, vzdělávání, seberealizace, společenské participace, možnosti výtěžné činnosti a podpory sociálních služeb.

1.4 Biologické stáří¹⁹

Obecně se tento pojem užívá k vyjádření celkového stavu lidského organismu. „Biologické stáří je označení pro konkrétní míru involučních změn daného jedince.“²⁰ Jeho přesné vymezení se však nedaří, a není dokonce ani shoda, co by mělo vyjadřovat. Obvykle se hodnotí funkční stav, výkonnost a dokonce i patologie. Měřítkem je chování odebraných buněk v kultuře, což už samo vypovídá o tom, že sám ukazatel je modulován. Nicméně se vychází z toho, že úpadek funkcí nezačíná ve stáří. „Již od třicátého roku dochází k úbytku funkcí, avšak velmi pozvolně a navíc fungují jako komplex. Po šedesátce se úbytek jednotlivých funkcí i celku projeví, a to jak ve stárnoucím těle, tak v mysli.“²¹

1.5 Psychické stáří²²

Stárnutí a stáří je normální součástí života člověka. Je charakteristické postupným úbytkem nejen fyzických, ale také psychických sil. Ve stáří dochází ke změně mnoha psychických funkcí v důsledku biologických nebo psychosociálních vlivů. Obecně s věkem klesá energie a vitalita člověka. Postupně dochází k celkovému zpomalení psychomotorického tempa a senzomotorické funkční koordinace. Za typické změny jsou považovány poruchy paměti, snižuje se vstřípivost a vnímavost. Celková schopnost psychické stability klesá a staří lidé bývají často nejistí, až úzkostní v neznámém prostředí. Trpí zvýšenou únavností, rozmrzelostí a poruchami spánku. Převládá u nich nedůvěra k neznámým věcem i k neznámým lidem, klesá adaptabilita. Většina psychologů uvádí, že ve stáří dochází k ochuzení fantazie, nedostatku motivu pro jakoukoliv činnost, ke změnám v citovém životě a také klesá odolnost vůči zátěžím a

¹⁸ KALVACH, Z. et al. *Geriatric a gerontologie*, Praha: Grada. 2004. ISBN 80-247-0548-6. s.47-48.

¹⁹ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

²⁰ KALVACH, Z. et al. *Geriatric a gerontologie*, Praha: Grada. 2004. ISBN 80-247-0548-6. s.48.

²¹ STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. 1999. ISBN 80-7178-274-2. s.22-25.

²² ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

krizím. Studium psychiky starých lidí je mimořádně obtížné. Různé výsledky odborných studií jsou klíčem ke konstrukci návodu, jak jim obecně, ale hlavně účinně předcházet.

„Stárnoucí i starý člověk potřebuje mít pocit osobní jistoty a spokojenosti, potřebuje někam patřit, to znamená mít řádné místo v rodině i ve společnosti, pociťuje touhu mít rád a být také milován nebo alespoň kladně přijímán.“²³

„Staré české přísloví říká, že co se nepoužívá, to chátrá.“²⁴ Ukazuje se, že v prevenci psychické závislosti to platí do písmene. Udržet stárnoucího či starého člověka v psychické aktivitě znamená oddálit nejen závislost a z ní plynoucí praktickou nesoběstačnost, ale dokonce i zabránit nástupu psychických poruch.

1.6 Věková hranice stáří²⁵

Každý člověk stárne individuálně, liší se výkonností, chutí či vůlí k výkonu, motivací, zájmy či zálibami. Jak uvádí Pacovský: „věk kalendářní, matriční, chronologický je vymezen datem narození, je tedy jednoznačný.“²⁶

Světová zdravotnická organizace „doporučuje věkovou kategorizaci opírající se o patnáctileté periody v lidském životě: 45–59 let – střední věk, 60–74 let – vyšší věk, starší věk, rané stáří, 75–89 let – stařecký věk, pokročilý věk, pravé stáří, sénium, 90 let a výše – dlouhověkost“²⁷

Vzhledem k individuálnímu způsobu stárnutí a stáří nahlížíme na lidský věk z více úhlů. Podle Pacovského je „třeba rozlišovat mezi věkem kalendářním a věkem funkčním. Věk funkční, neboli skutečný sleduje skutečný funkční stav člověka, který věku kalendářnímu velmi často neodpovídá.“²⁸ Celkový funkční potenciál člověka determinují tři složky – věk biologický, psychologický a sociální:

Biologický věk je dán genetickým programem biologického stárnutí, působením vnějšího prostředí, životním stylem člověka a přítomností nebo nepřítomností nemocí.

Psychologický věk charakterizují osobnostní rysy člověka, psychické změny související se stárnutím a postojem jedince k vlastnímu stáří.

²³ JEDLIČKA, V. *Praktická gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 1991, 2. vydání. ISBN 80-7013-109-8. s. 12.

²⁴ JEDLIČKA, V. *Praktická gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 1991, 2. vydání. ISBN 80-7013-109-8. s. 13.

²⁵ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

²⁶ PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*, 1. vydání. Praha: Avicenum – zdravotnické nakladatelství, 1990. ISBN 80-201-0076-8. s. 15.

²⁷ PACOVSKÝ, V. *Geriatric*, Praha: SCIENTIA MEDICA, 1994. ISBN 80-85526-32-8. s. 18.

²⁸ PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*, Praha: Avicenum – zdravotnické nakladatelství, 1990. ISBN 80-201-0076-8. s. 19–20.

Sociální věk určuje množství rolí, které jedinec ve společnosti zastává.

Současné stáří je stanovené určitou věkovou hranicí. Dřív byl starým ten, kdo byl ve špatném fyzickém a zdravotním stavu. Dnes je tomu jinak. Starý člověk má nyní k dispozici široké spektrum životních možností.

„Psychologický výzkum, který se zabývá tématem stárnutí, tak stojí před problémem, kdy vlastně stáří začíná. Obecně vychází z hranice pracovního života, která se pohybuje v rozmezí 60–65 let. Do tohoto pojetí jsou zahrnuti lidé ve věkovém rozpětí asi 40 let, tedy 60–100letí. Jak široké je věkové spektrum, tak široké jsou též interpersonální rozdíly. Současně nelze prakticky přesně charakterizovat věkově typické znaky, na jejichž základě by bylo možné stanovit začátek stáří, tedy určit, kdy může být člověk označen za starého.“²⁹

²⁹ ŠTIKAR, J. et al. *Bezpečná mobilita ve stáří*, Praha: Karolinum. 2007. ISBN 978-80-246-1339-0. s. 9.

2 Potřeby seniorů

Člověk je tělesná a duchovní bytost. Všechny potřeby člověka tvoří jeden celek, který zahrnuje bio-psycho-socio-spirituální oblast života člověka. Jsou od sebe neoddělitelné.

„Potřebou se tedy nerozumí pouze něco, co člověku chybí, ale také hlavně to, k čemu člověk skrze ni směřuje. Potřeba je určitá síla, která člověkem hýbe a posunuje ho směrem ke člověku, předmětu nebo činnosti. Potřeba je projevem bytostného přání.“³⁰

V literatuře se nejčastěji setkáváme s tříděním potřeb podle amerického psychologa A. H. Maslowa, který seřadil lidské potřeby podle důležitosti od těch nejnaléhavějších až po nejméně naléhavé, podle vývojového pořadí do pěti kategorií.

2.1 Fyziologické potřeby

Fyzické potřeby jsou zcela základními potřebami každého člověka, důležité pro jeho přežití, např.: potřeba dýchání, jídla, pití, spánku, zdraví, tepla, vyprazdňování a odpočinku. „Fyziologické potřeby jsou velmi důležité, a proto jim úplně přirozeně věnujeme nejvíce času. Neuspokojení jedné z nich se může odrazit na našem celkovém stavu i zdraví.“³¹ Zdravý člověk si tyto potřeby ani neuvědomuje. Ovšem v nemoci nebo ve vyšším věku se jejich potřeba více projevuje. Pokud nejsou fyziologické potřeby uspokojovány, není možné postoupit k dalším stupňům potřeb.

2.2 Potřeba bezpečí

Pocit bezpečí je pro starší generaci jednou z velmi důležitých potřeb. Může být narušena odloučením od rodiny, dlouhodobou nebo nečekanou hospitalizací v nemocnici, ztrátou dlouholetých přátel. Dobré zdraví, soběstačnost a snaha vyhnout se jakémukoliv ohrožení, velmi ovlivňuje duševní pohodu seniora, spojenou s duševním klidem a bezpečím. Senioři touží po stabilitě, důvěře a spolehlivosti. Pokud je zhoršená například jejich fyzická pohyblivost a nejistota chůze, jsou daleko více ohrožováni pády

³⁰ PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I. Soužití se staršími lidmi. Praha: Portál. 1998. ISBN 80-7178-184-3. s. 37.

³¹ Tamtéž

než jiné věkové skupiny. K pocitu psychického bezpečí patří pocit „zajetých kolejí“, ke kterému přispívá stanovení harmonogramu jednotlivých denních činností a různých aktivit. S dostatkem finančních prostředků na živobytí souvisí potřeba ekonomická.³²

2.3 Potřeba sociální

Do potřeb sociálních se řadí potřeba informovanosti, náležen k nějaké skupině, potřeba vyjadřovat se a být vyslechnut a neodmyslitelná pro každého člověka – potřeba lásky. „Potřeba lásky zahrnuje touhu lásku nejen dávat, ale také ji přijímat.“³³ Do popředí vystupuje tato potřeba v období opuštěnosti a samoty. Důležitou potřebou je být vnímán okolím, být členem skupiny přátel, mít koníčky a společné zájmy.³⁴ Žádný člověk nemůže žít sám, potřebuje mít kontakt s druhými, být ve společnosti druhé osoby, cítit, že je milován. „Potřeba náležen k nějaké skupině může být uspokojena v rodině, v klubu seniorů, klubu turistů, atp.“³⁵ Účast na různých setkáváních, na kulturních a společenských akcích, nedělních bohoslužbách, návštěvách přátel nebo své rodiny souvisí se společenským začleněním a udržováním mezilidských vztahů. Senioři potřebují mít také informace o dění ve svém bydlišti, informace o svých vrstevnících a přátelích, o dění ve světě. Staří lidé z důvodu vysokého věku nebo z důvodu zhoršení zdravotního stavu mnohdy nemají možnost být v kontaktu s vnějším světem a obtížně získávají nové zprávy a informace. Dobré mezilidské vztahy posilují komunikaci a dávají seniorům možnost vyjádřit se, rozmlouvat, vyjádřit svoje myšlenky i názor.

2.4 Potřeba úcty a uznání

Starý člověk potřebuje někam patřit, mít své místo v rodině, ve společnosti i ve svém okolí. Tato potřeba zahrnuje potřebu úcty, sebeúcty, potřebu být užitečný, potřebu uznání a vážnosti, potřebu být svobodný v rozhodování o sobě samém. Společnost, ve které se starý člověk pohybuje, si ho váží tím, že ho nepřehlídí a projevuje mu patřičnou úctu a respekt. Senioři se ale často cítí osamocení a zbyteční. Rádi by byli užiteční pro své blízké nebo pro své přátele. Seniora zvláště udržuje při svěžesti, kromě toho jde o společensky velice potřebnou a užitečnou činnost, může-li ze svých zkušeností

³² Srov.: OPATRŇY, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři. In Praktická teologie pro sociální pracovníky.* [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 94–95.

³³ OPATRŇY, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři. In Praktická teologie pro sociální pracovníky.* [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 95.

³⁴ Srov.: PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi.* Praha: Portál. 1998. ISBN 80-7178-184-3. s. 39.

³⁵ OPATRŇY, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři. In Praktická teologie pro sociální pracovníky.* [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 95.

druhým poradit, být nápomocen své rodině, může-li předat svůj um a zkušenost druhým. Mají potřebu předávat své zkušenosti získané během života a to jim dává pocit užitečnosti.³⁶

Zastavme se na chvíli, zklidněme své myšlenky a naslouchejme našim prarodičům a rodičům, vždyť jejich životní zkušenosti a moudra nám mají v dnešní době stále co říct.

2.5 Potřeba seberealizace

Každý člověk touží po seberealizaci, po nalezení smyslu svého života. To může být spojeno s rodinou, s prací, s vírou, s vášnivým zájmem o něco a s rozvojem vlastní zájmové činnosti. Například pocit uznání nebo rodina mohou člověka zcela naplňovat a dávat mu pocit životního úspěchu. Dávat svému životu smysl, nebránit se ničemu novému a nespokojovat se s málem. V pokročilém věku je to však možná ještě závažnější; vždyť jak lze ještě „naplnit“ stáří?³⁷

Staří lidé často vzpomínají na to, co se jim v životě podařilo uskutečnit, jak byli úspěšní, co dokázali v pracovním i osobním životě. Přijdou chvíle, kdy se tiše zasní a zavzpomínají.

Uvádím různé situace ze své profesní praxe:

*„Škoda, že už jsou ty časy pryč. Už po nás nic není, za chvíli budu všem na obtíž.“
(cit. 85letá žena)*

„Kdybych mohla jet ještě letos na sv. Hostýn, to bych byla moc ráda. Dokud ještě mohu, mám jít na podzim na těžkou operaci.“ (cit. 81letá žena)

Stáří si žádá ochotu pracovat na sobě a postavit svůj život na nových základech. Stále na sobě pracovat, neboť Bůh je ten, kdo neustále všechno tvoří nové. Jedině tak bude úspěšné.³⁸ My mladší můžeme pomoci tím, že budeme ochotně naslouchat tomu, co nám staří lidé říkají nebo říci chtějí. Často si i vyslechneme, že celý jejich život byl jedno velké trápení, nebo naopak někteří hledí na svoji minulost jako šťastnou etapu života a nejsou spokojeni až se svou přítomností.

³⁶ Srov.: OPATRŇY, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři. In Praktická teologie pro sociální pracovníky.* [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 95

³⁷ Srov.: PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi.* Praha: Portál. 1998. ISBN 80-7178-184-3. s. 41

³⁸ Srov.: GRÜN, A. *Umění stárnout,* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 2009. ISBN 978-80-7195-316-6. s. 26–27

„Tehdy to bylo krásné, nic mě netrápilo, nebolelo, zato teď je všechno v troskách. Nic mě netěší, nebaví a nemám vůbec chuť do života.“ (cit: 79letý muž)

Všechno, na co staří lidé vzpomínají, jim zůstává hluboko v paměti. Pokud s vděčností pohlíží na svůj život a smiřují se s ním, stávají se i při vší své nemohoucnosti a slabosti – požehnáním pro lidi ve svém okolí. Ukazují jim sami na sobě, že i přes nenaplněné touhy a rány osudu mohou mít život naplněný.³⁹

³⁹ Srov.: GRÜN, A. *Umění stárnout*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 2009. ISBN 978-80-7195-316-6. s. 28

3 Stárnutí z pohledu demografické struktury⁴⁰

Demografie je věda o obyvatelstvu. Vedle počtu obyvatel zároveň sleduje složení neboli strukturu obyvatelstva. Složení obyvatelstva se zkoumá z různých aspektů: biologických, ekonomických a kulturních, přičemž toto rozdělení můžeme dále detailně třídit, např. třídění podle zdravotního stavu, třídění podle funkcí, třídění podle náboženské příslušnosti apod. Hlavní metodou demografie je demografická statistika. Podkladem bývá statistické sčítání lidu a údaje z registrů veřejné správy.

„Demografická situace se v České republice po roce 1990 velmi významně změnila. Zásadní změny demografické dynamiky lze vystihnout následujícími tezemi:

- pokles porodnosti a plodnosti spojený se zvýšením průměrného věku ženy při porodu;
- pokles úmrtnosti projevující se především nižší kojeneckou úmrtností a vyšší nadějí dožití;
- propad přirozeného přírůstku do záporných hodnot;
- pokles sňatečnosti spojený s růstem průměrného věku nevěst i ženichů a vzestupem počtu neformálních soužití jako jsou např. kohabitace;
- stabilizovaná úroveň rozvodovosti;
- pokles potratovosti daný především omezením počtu umělých přerušení těhotenství;
- proměna charakteru prostorové mobility obyvatelstva projevující se především změnou převažujícího směru migrací (ukončení procesu koncentrace obyvatelstva ve městech a nástup procesu suburbanizace) a relativním nárůstem významu dojížděky a vyjížděky za prací.“⁴¹

Uvedené změny základních demografických procesů rovněž silně ovlivnily strukturu obyvatelstva. K nejdůležitějším změnám tohoto druhu patří především demografické stárnutí obyvatelstva, změna struktury obyvatelstva podle rodinného stavu a rovněž změny některých dalších struktur zapříčiněné proměnami širšího politického, sociálního a ekonomického kontextu (např. struktura obyvatelstva podle nejvyššího ukončeného vzdělání, národnosti, náboženského vyznání apod.).

⁴⁰ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010)

⁴¹ KOZELKOVÁ, J. *1. komunitní plán sociálních služeb v Uherském Hradišti na období 2008–2013* [online]. Uherské Hradiště : Městský úřad Uherské Hradiště, aktualizováno 2008-06-27 [cit. 2010-01-10]. Dostupný na WWW: <http://www.mesto-uh.cz/cms/obecne/projekty_mesto/KPSS/projekt_kpss/Plan>

3.1 Statistika obyvatel v obci Topolná⁴²

Vzhledem ke stárnutí populace a zvýšenému počtu seniorů v obci Topolná je nutné vytvořit podmínky pro rovnoprávný a aktivní život seniorů a soustavně se zabývat problematikou stárnutí a problematikou seniorů ve všech aspektech jejich života.

Rok	Počet obyvatel k 31.12.	v tom podle pohlaví		v tom ve věku		
		muži	ženy	0 až 14 let	15 až 64 let	65 a více let
1996	1 533	754	779	311	990	232
1997	1 530	751	779	297	1 005	228
1998	1 534	749	785	295	1 021	218
1999	1 548	755	793	301	1 036	211
2000	1 555	755	800	286	1 058	211
2001	1 533	750	783	286	1 042	205
2002	1 555	761	794	280	1 067	208
2003	1 545	754	791	276	1 065	204
2004	1 555	757	798	275	1 067	213
2005	1 574	767	807	266	1 087	221
2006	1 573	767	806	245	1 098	230
2007	1 609	782	827	255	1 120	234
2008	1 629	788	841	250	1 147	232

Tabulka 1: Demografická struktura obyvatel obce Topolná⁴³

Současný demografický vývoj směřující k stárnutí populace vyvolává potřebu řešit sociální i ekonomické otázky související s tímto trendem.

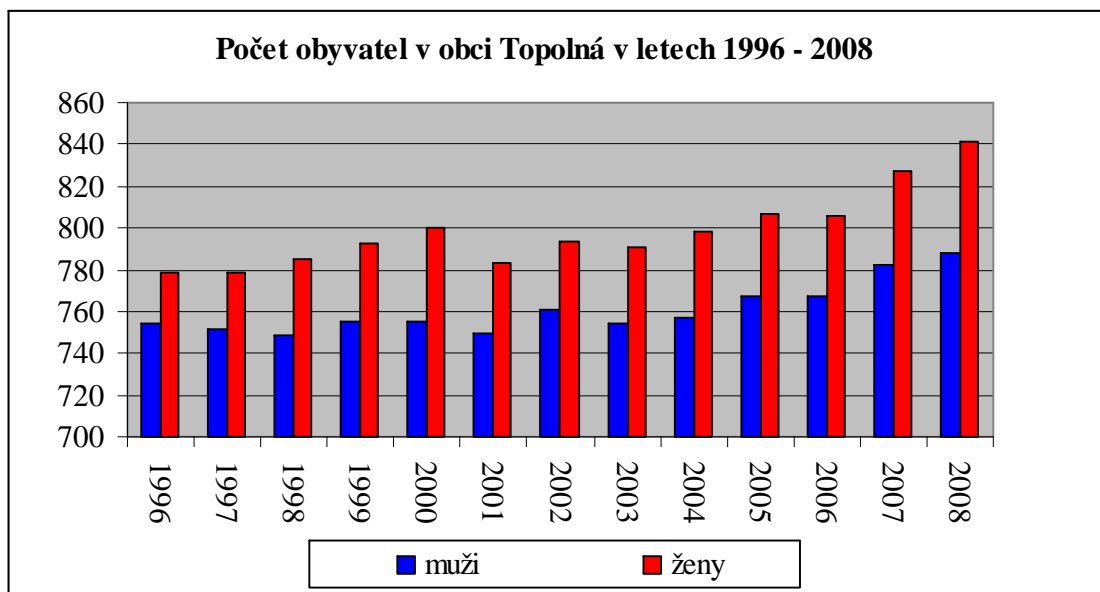
Následující grafy popisují stav obyvatel v obci Topolná v časové horizontu 13 let, a to od roku 1996 do roku 2008, kde je znázorněn celkový počet obyvatel podle pohlaví a věku.

⁴² ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

⁴³ *Veřejná databáze ČSÚ* [databáze online]. Praha : Český statistický úřad, c2006 [cit. 2009-12-05].

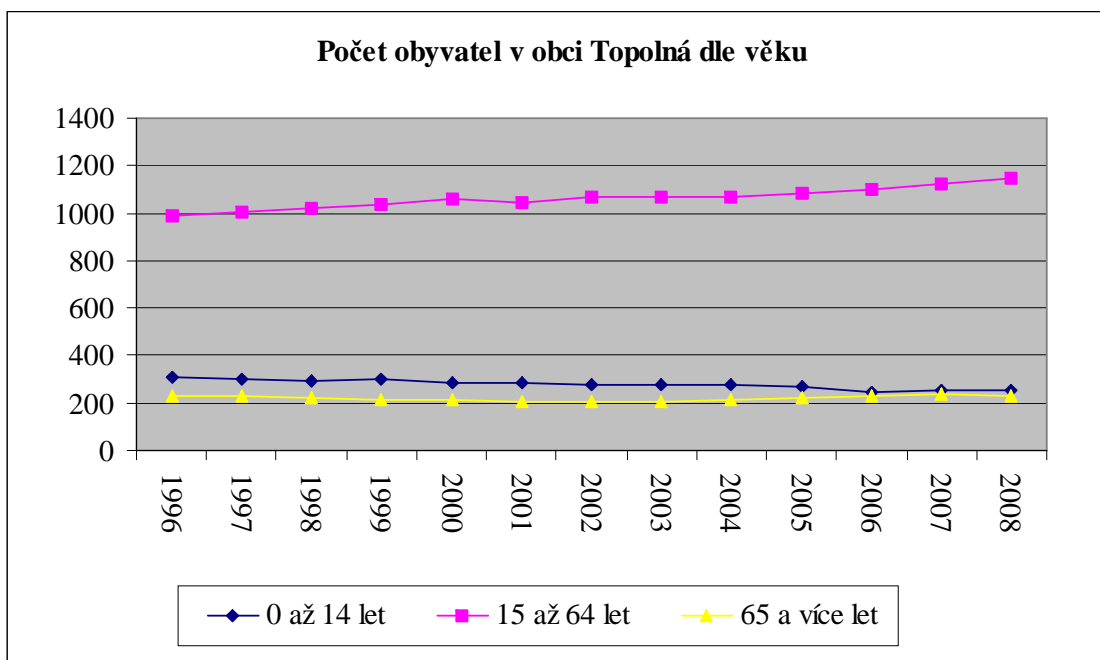
Dostupná na WWW:

<http://vdb.czso.cz/vdbvo/tabdetail.jsp?kapitola_id=5&potvrz=Zobrazit+tabulku&go_zobraz=1&cislotab=MOS+B04&pro_4332614=592692&voa=tabulka&str=tabdetail.jsp>.



Graf č. 1: Počet obyvatel v obci Topolná v letech 1996–2008

Z přehledného grafického znázornění obyvatelstva podle pohlaví je zřejmé, že v obci převažuje ženská část populace, která se postupně každoročně zvyšuje. Růst ženské populace ovlivňuje větší fyzická odolnost ženského organismu a dobrá civilizační úroveň. Rozdíl mezi počtem mužů a žen má ekonomické a společenské následky, např. problém vést normální rodinný život.



Graf č. 2.: Počet obyvatelstva podle věku

Z přehledného grafického znázornění se dozvídáme o věkovém zastoupení obyvatelstva. Obyvatelé ve věku 15–64 let jsou jednou z nejpočetnějších věkových skupin, která v příštích letech bude pravděpodobně narůstat, naopak děti do 15 let bude podle dlouhodobých prognóz ubývat. V posledních letech se počet dětí do 15 let rovná počtu seniorů ve věku 65 a více let.

3.2 Současné trendy stárnutí společnosti⁴⁴

Člověk je tak starý, jak staře myslí a jak se stár cítí, konstatují psychologové. Stáří je především funkcí duševního a tělesného stavu a ne jen počtu let života. Udržet co nejdéle svěžest mysli a těla se podaří, když žijeme v souladu s řádem bytí, neznásilňujeme svou přirozenost a nesnažíme se hrát si na někoho, kým nejsme. Dá se říci, že člověk je relativně mladý, dokud je schopen se učit, snášet nové, odlišné názory, získávat nové zkušenosti a nechat se jimi ovlivnit.

Střední délka života lidí se ve vyspělých zemích světa znatelně prodlužuje. Stárnutí obyvatelstva se svými ekonomickými a sociálními dopady na společnost se dnes považuje za jeden z dominantních problémů lidstva. „Populace osob starších 60 let tvoří ve vyspělých zemích světa 22 % společnosti, v České republice 21 % a je reálný předpoklad, že toto procento bude stoupat.“⁴⁵ Nezbytným požadavkem se proto stává, že kromě kvalitní lékařské péče je i snaha využít poznatků dalších oborů, které mohou, zvláště v oblasti prevence, nabídnout řadu zásadních námětů.

„Například snižování množství pohybu je jedním z průvodních jevů současného životního stylu ve všech věkových kategoriích. Důsledkem bývá pokles fyzické i duševní výkonnosti a velmi často i zhoršený zdravotní stav a vyšší výskyt civilizačních onemocnění. Pravidelné pohybové aktivity mohou tvořit nejlevnější komplexní zásah. Pohyb je jedním z rozhodujících faktorů, které mohou u člověka působit jako prevence obtíží v oblasti zdravotní i prožitkové. Pohybovými aktivitami lze pak vysoce efektivně motivačně působit na životní postoj starších, často osaměle žijících lidí.“⁴⁶

⁴⁴ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

⁴⁵ ŠTILEC, M.: *Program aktivního stylu života pro seniory*, Praha: Portál. 2004. ISBN 80-7178-920-8. s. 12.

⁴⁶ ŠTILEC, M.: *Program aktivního stylu života pro seniory*, Praha: Portál. 2004. ISBN 80-7178-920-8. s. 12–13.

3.3 Stáří a mobilita⁴⁷

Důležitý význam v období stáří má tělesná mobilita jedince. Byly prokázány pozitivní vlivy pohybových aktivit na dlouhověkost před osobami neaktivními. Úbytek sociálních vztahů ve stáří je zdravotně rizikovým faktorem. Společenské kontakty i mimo rodinu mají pozitivní účinek.

„Během stáří dochází k poklesu rychlosti při řešení úkolů, zejména když je třeba řešit více úkolů najednou, ale komplexní znalosti ze zkušenosti i řečová a rozlišovací kompetence zůstávají konstantní, nebo je úbytek pozvolný.“⁴⁸ Existují rezervy pro inteligenční výkony, které nejsou vždy patřičně využívány. Představu stáří jako volného času a klidu je nutné přezkoumat. Střídání činnosti a odpočinku patří i ve stáří k zdravému rytmu života. Staří lidé si mohou život usnadňovat pomocí různých technických prostředků, léků, protéz a dopravní techniky. Paměť lze v poslední třetině života úspěšně cvičit. Nabízejí se alternativní formy vzdělávání a produktivity. Stručně řečeno, také starší lidé musejí být v situaci, aby mohli vést aktivní život, tzn. pokračovat v konkrétních aktivitách nebo si osvojovat nové, které si sami zvolí. Je známo, že aktivní lidé jsou zdravější než lidé pasivní. Zdraví je úzce spojeno s tělesnými a psychickými funkcemi, které jsou používány, a starší lidé, kteří tyto funkce povzbuzují, žijí více autonomně a jsou méně odkázáni na veřejnou podporu. Tématu stárnutí se věnují také modely A. H. Maslowa, E. H. Eriksona a C. G. Junga. Teorie činnosti uvádí, že stárnoucí lidé jsou se svým životem spokojenější, pokud se angažují v různých sociálních rolích.

„S koncem výdělečné činnosti jejich počet klesá. Je nutné nahradit tyto vztahy novými, aby byla aktivita a tím i životní spokojenost zachována. To, co přispívá ke spokojenosti ve stáří, souvisí s situačními, osobními, rekreačními způsoby a systémem rolí.“⁴⁹

⁴⁷ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

⁴⁸ ŠTIKAR, J. et al. *Bezpečná mobilita ve stáří*, Praha: Karolinum. 2007. ISBN 978-80-246-1339-0. s. 10.

⁴⁹ Tamtéž. s. 13.

3.4 Adaptace na stáří⁵⁰

Průběh adaptace podmiňují osobnostní a sociální faktory. Například: sociální potřeby, předdůchodové pracovní podmínky, finanční potřeby aj. Úspěšné přizpůsobování znamená rovněž využití šancí k oživení společenského života, provozování zájmů a koníčků, vzdělávání se.

Většina současných koncepcí „úspěšného stárnutí“ i ostatní programy zaměřené na posilování kvality života a úspěšnou adaptaci ve stáří tedy dnes spíše kladou hlavní důraz na udržení dostatečné aktivity lidí vysokého věku, nečinnost je patogenní tělesně (atrofie svalů, smyslových orgánů z nečinnosti; imobilizační syndrom, kdy člověk ztrácí pohybové a další dovednosti, je-li po delší dobu upoután na lůžko) i psychicky a sociálně. Adaptaci seniorů značně podmiňuje kvalita zbylých primárních sociálních vztahů a schopnost jedince navazovat a rozvíjet vztahy nové. Významné postavení ve vztazích mezi seniory zaujímají přátelé. Přátelské vztahy jsou vztahy vrstevnickými, tudíž limitované stářím a jejich okruh se přirozeně zužuje. Většina doporučení jak realizovat „úspěšné stárnutí“ odpovídá ostatně obecným zásadám duševní hygieny vůbec zachovat si šíři zájmů, udržet se v aktivitě – v rovnováze s nezbytným odpočinkem, uspořádat si životní náplň podle svého dřívějšího naplnění tak, aby zahrnovala fyzickou i duševní činnost, být stále otevřen vůči novým poznatkům a usilovat o adaptaci na nové požadavky, udržovat pozitivní přátelské vztahy a navazovat vztahy nové, pomáhat při výchově dětí, mít potěšení z dobrých věcí, které život dosud dává a plně jich užívat – a konečně vyhýbat se emočně rozrušujícím situacím.⁵¹

Člověk je ve stáří postaven před úkol přizpůsobovat se nejen řadě změn ve vlastním organizmu, ale i řadě změn vnějších (zejména sociálního postavení, životního stylu a sociálního prostředí). Adaptace na změny však v každém případě probíhá ve stáří pomaleji a každá nemoc či stres přizpůsobivost ještě zhoršují. K poruchám adaptace a závažným zdravotním obtížím ovšem může dojít například i při pouhém přemístění starého člověka z lůžka na lůžko ve stejném nemocničním pokoji. Zásady duševní hygieny ve stáří by proto měly být zaměřeny na udržování a posilování přizpůsobivosti.

⁵⁰ ŠURANSKÁ, J. *Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“* (připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010).

⁵¹ Srov.: LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, 3. vydání. Praha: Grada. 1998. ISBN 80-7169-195-X. s. 194-195.

„V této souvislosti se uvádí následující předpoklady optimální adaptace ve stáří a na stáří – zásada „pěti P“:

Perspektiva – udržení orientace na budoucnost osobní i nadosobní

Pružnost – pohotovost přijímat nové podněty, měnit své životní zvyky, včetně sebekritiky

Prozíravost – včetně schopnosti organizovat si život přiměřeným způsobem, kompenzovat dílčí deficity i úbytek sil

Porozumění pro druhé – včetně tolerance odlišných názorů a postojů

Potěšení – schopnost udržet si zdroje radosti a spokojení⁵²

⁵² LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, 3. vydání. Praha: Grada. 1998, ISBN 80-7169-195-X. str. 190

II. KAPITOLA

4 Charakteristika a vývoj pastorační péče

Slovo pastorační péče nemá přesné vymezení a ohraničení. Pastorační se obecně označuje soubor činností, v nichž církev realizuje své poslání. Pokud se setkáváme s pojmem pastorační péče, jedná se většinou o označení činnosti těch, kteří se podílí a nesou zodpovědnost za fungování křesťanského společenství. „Titul Pastýř se začal užívat pro vedoucí představitele křesťanského společenství, který měl o společenství pečovat, vyhledávat ty kteří se vzdálili, chránit bludu a rozkolu, být ostatním příkladem.“⁵³

„Pastorační péče seniorů byla původně chápána jako „pastorační péče o staré“, která spočívala v péči o jejich duchovní život. Věřící měli být knězem doprovázeni a podporováni, aby svou víru upevnili, u nevěřících se kněží měli snažit o jejich obrácení.

V 60. letech 20. století začíná být pozorován problém osamělosti seniorů, proto se pastorační snaží koncentrovat na práci se skupinou seniorů, která spočívá v setkávání seniorů na vzdělávacích, kulturních a náboženských akcích.

V 80. letech 20. století se těžištěm pastorační stává vzdělávání. Seniori mají být především subjekty vzdělávacích aktivit, protože mají řadu zkušeností. Mohou se tak stát učiteli víry, života, vztahů.

V praxi však pozorujeme, že stále přetrvává model první. Někdy se objevuje i přístup druhý, který sice překonává samotu jedince, ale může ho udržovat v jakémisi seniorském společenství.“⁵⁴

4.1 Pojetí a rozdělení pastorační péče

Pastorační je činností pomáhajících profesí. Jejím posláním je řešit konkrétní problémy lidí a je důležitou složkou života církve konaná také kněžími a jáhny.

S pojmem pastorační se můžeme setkat v evropském a anglosaském pojetí.

⁵³ KRÍŠŤAN, A. *Praktická teologie, pastorační práce a sociální práce-mezijoborové souvislosti*. In *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 2, s. 20

⁵⁴ OPATRŇÝ, M. *Svátostná pastorační*. *Studijní materiály k svátostem křtu, biřmování, eucharistie, manželství a nemocných* [online]. [2008/2009]. dostupný z <http://www.tf.jcu.cz/getfile/7833de0f61158546>, datum aktualizace neuvedeno, [9. února 2010].

Evropské pojetí dělíme na úzce a široce pojatou pastorační péči. Úzce pojatá pastorační péče znamená úsilí církve zaměřené především k duchovní dimenzi a široce pojatá pastorační péče směřuje úsilí církve k plnému rozvinutí člověka ve všech jeho dimenzích (biologické, psychologické, sociální a spirituální).

V anglosaském pojetí je péče církve zaměřená na členy církevního společenství, od návštěv farníků až po formální poradenství a péče pomáhajících profesí, o osobnostní a sociální blaho člověka, které je součástí edukace. Pastorační péče v širším smyslu vyjadřuje soubor činností, jejím cílem je podpora kvality života člověka ve všech jeho dimenzích (biologické, psychologické, sociální a spirituální), avšak za předpokladu, že tato podpora má svá východiska či motivaci v evangeliu; že je zakotvena v křesťanském pojetí života.⁵⁵

Ředitel Pastoračního střediska Aleš Opatrný formuluje tuto definici:

„Pastorační péčí o nemocné a trpící v širším slova smyslu rozumíme takové jednání s člověkem, ve kterém ho respektujeme v jeho jedinečnosti, přistupujeme k němu z pozice věřících křesťanů, doprovázíme ho v jeho nemoci, utrpení či umírání a pomáháme mu k lidsky důstojnému zvládnutí jeho životní situace, včetně smrti, a to na jemu dostupné úrovni víry.“⁵⁶

Duchovní vedení člověka nebo-li pastorační péče je zaměřená na pomoc lidem, kteří prožívají různé těžké životní situace, úzkosti, bolesti, utrpení nemoci, osamění, stáří a blížící se smrt. Je určitou formou pomoci člověku, který očekává povzbuzení, potěšení, pocit bezpečí a skrytosti v Bohu.

„V pastorační péči jde o praktický projev té lásky, která se označuje v Novém zákoně termínem *agape*.“⁵⁷

„V praxi stále přetrvává starší pojetí pastorační péče, kdy jsou věřící chápáni jako objekty péče duchovních. Toto pojetí raději seniorů vyhovuje. Potřeby jistoty a bezpečí u seniorů totiž nachází svůj obraz i v náboženském životě, když netouží po pastoračních experimentech.“⁵⁸ Eduard Thurneysen se hluboce zamýšlí nad otázkou smyslu a cíle pastorační péče. Píše doslova: „Péče o duše je prostředek, jak vésti člověka k Bohu. Jde

⁵⁵ Srov.: KRÍŠŤAN, A. *Praktická teologie, pastorační péče a sociální práce-meziorbové souvislosti*. In *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 2, s. 21

⁵⁶ OPATRNÝ, A. *Malá příručka pastorační péče o nemocné 2.(doplněná) verze*. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském, Praha. 2001. s. 8

⁵⁷ KRÍVOLAKÝ, J. *Pastorační péče*. Praha: Oliva. 2000. ISBN 80-85942-42-9. s.15

⁵⁸ OPATRNÝ, M. *Svatostná pastorační péče, Studijní materiály k svátostem křtu, biřmování, eucharistie, manželství a nemocných* [online]. [2008/2009]. dostupný z <http://www.tf.jcu.cz/getfile/7833de0f61158546>, datum aktualizace neuváděno, [9.února 2010].

přítom o naslouchání Bohu a zároveň naslouchání člověku s cílem nalezení pokoje.⁵⁹ Thurneysen chápe rozhovor jako základní přístup pastorální péče, který je pro člověka velmi významný a důležitý.

„Cílem sociální pastorace je podpora a rozvoj solidárních vztahů. Protože práce pomáhajících profesí, čímž odpovídá na spirituální bolesti seniorů, a je i vztahem solidarity, jde o sociální pastorační práci. Pomáhající může také poznat, že každodenní úzkosti a nejistoty seniorů jsou i jeho úzkostmi i nejistotami. Může dojít i k tomu, že zdroje, ze kterých senioři čerpají při překonávání svých úzkostí a nejistot, jsou pro ně inspirativní. Tím se učí, jak a díky čemu lze v životě překonávat obtížné situace. V tom bodě pak sociální pastorační práce dosahuje svého vrcholu, protože se vztah solidarity stane oboustranným: Senior se stal tím, kdo je tu pro druhé, kdo je pro ně užitečný.“⁶⁰

4.2 Význam pastorační péče v sociální práci

Sociální péče je individuální péčí o člověka (skupinu, rodinu), který se ocitl v nepříznivé situaci, nedokáže situaci sám vyřešit a potřebuje pomoci.

Posláním sociálního pracovníka je zlepšování kvality života seniorů. Své uplatnění nacházejí v oblasti péče o seniory, ať jde o péči v domácím prostředí, sociální práci v rámci komunity, ve zdravotních zařízeních, v domovech pro seniory nebo klubech pro seniory. Sociální práce i pastorační práce v organizacích i farnostech by měla poskytovat čas i prostor pro vzájemná sdílení. Měla by podporovat sociální vztahy, které různým způsobem dávají seniorům oporu, identitu a smysl života. Měla by otevřít prostor pro dobrovolná setkávání seniorů, aby se tak odkryla charismata stáří, a sociální práce by rovněž měla nabízet symbolická jednání a interpretační modely (např. v rámci bohoslužeb) pro smysluplnou kultivaci stáří.⁶¹

Pastorační péče se liší od sociální práce tím, že je péčí konanou z perspektivy víry pro člověka, který je respektován ve své jedinečnosti, a to včetně pomoci na takové úrovni víry, která je mu dostupná. Můžeme to říci jinými slovy.⁶²

⁵⁹ KŘIVOLAKÝ, J. *Pastorační péče*. Praha: Oliva, 2000. ISBN 80-85942-42-9. s. 13

⁶⁰ OPATRŇÝ, M. *Svátostná pastorační práce, Studijní materiály k svátostem křtu, biřmování, eucharistie, manželství a nemocných* [online]. [2008/2009]. dostupný z <http://www.tf.jcu.cz/getfile/7833de0f61158546>, datum aktualizace neuvedeno, [9. února 2010].

⁶¹ Srov.: OPATRŇÝ, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři*. In *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 96.

⁶² Srov.: OPATRŇÝ, A. *Pastorační péče v méně obvyklých situacích část II. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském*, Praha. 2001 s. 9–11.

„Mluvíme o „doprovázení“ člověka, kterému pomáháme k co nejlepšímu a lidsky důstojnému zvládnutí jeho životní situace. Slovo „doprovázení“ vylučuje manipulaci, tak lhostejnost. Respektujeme-li člověka v jeho jedinečnosti, respektujeme jeho cestu víry a na ní ho doprovázíme.“⁶³

Význam pastorační práce pro sociální práci můžeme vidět v několika rovinách: může poskytovat základní motivaci pro sociální práci; může být chápána jako prostředek sociální práce; může být chápána jako jedna z disciplín, která stejně jako sociální práce slouží člověku v jeho celistvosti. Zájem o člověka, o jeho smutek a úzkost o jeho utrpení motivuje často pracovníka k angažování se na poli sociální práce. Opravdové a důsledné žití křesťanství, nutně vede ke starosti o druhého člověka, jak to vyplývá z vnitřní povahy církve. Cílem sociální práce je pomáhat jednotlivcům a sociálním systémům zlepšovat jejich sociální fungování a měnit sociální podmínky tak, aby uchránily jednotlivce a systémy před hrozícími potížemi. Od sociálního pracovníka se očekává, že dokáže vyhodnotit nepříjemnou situaci klienta, umí se orientovat v komplexu služeb sociální práce a je schopen klientu posloužit, aby se dostalo potřebnému klientovi cílené intervence. Člověk je bytost komplexní a složitá. Ve své celistvosti tajemná.⁶⁴

“Vycházíme-li ze složitosti člověka, můžeme použít popis vycházející z definice zdraví Světové zdravotnické organizace (WHO). Mluvíme o bio-, psycho-, soci-, spirituální pohodě člověka.“⁶⁵ Tyto dimenze nám umožňují lépe pochopit člověka jako biologickou, psychologickou, sociální a spirituální jednotu.

Biologická dimenze popisuje fyzickou stránku člověka, jeho fyzické možnosti a omezení. Tato biologická dimenze je předmětem medicíny a přírodních věd.

Psychologická dimenze si všímá člověka, jeho duševní stránky, prožívání jeho emocí, motivací a zájmů. Jejich možností a jejich omezení. Je předmětem psychologie a psychiatrie.

Sociální dimenze se zabývá vztahy mezi jedinci a skupinami. V rámci vztahů se zabývá sociálním fungováním jedince v sociálním prostředí. Jedná se o navazování osobních vztahů a snižování závislosti na okolí, poskytuje motivaci k zájmu o druhého

⁶³ OPATRŇY, A. *Malá příručka pastorační péče o nemocné 2.(doplňená) verze*. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském. Praha. 2001. s. 9.

⁶⁴ Srov.: KŘIŠŤAN, A. *Praktická teologie, pastorační práce a sociální práce-meziorborové souvislosti*. In *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 2, s. 20–23.

⁶⁵ KŘIŠŤAN, A. *Praktická teologie, pastorační práce a sociální práce-meziorborové souvislosti*. In *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 2, s. 22.

člověka, vybízí k zájmu o věci společné a angažovanost ve věcech veřejných. Sociální dimenzí se více zabývají vědy sociologie, politologie, sociální práce.

Spirituální dimenze se zabývá myšlením člověka a otázkami po smyslu života. Umožňuje vnímat hodnoty života, jejich důležitost v životě člověka. Spirituální dimenzí se více zabývají filozofie a teologie.⁶⁶

Z tohoto pohledu můžeme pastorační a sociální práci chápat jako vzájemně se doplňující a prolínající se vědní disciplíny sociální práce, filozofie, teologie, psychologie, sociologie a medicíny, které se zabývají člověkem a jeho celistvostí.

4.3 Role víry v životě seniora

Víra se ve stáří mění. Stárnoucí nebo nemocný člověk začíná více ve stáří přemýšlet o své víře nebo hodnotí a bilancuje svůj dosavadní život. „Podle výzkumů religiozity v ČR jsou u nás nejvíce religiózními lidmi právě senioři. Typický člověk, který je věřící a jako takový věří podle církevního učení, je starší 60 let a ovdovělý.“⁶⁷

Pro věřícího člověka je víra důležitou podporou v zátěži. Ukazuje se, že víra v Boha dává člověku pozitivnější náhled na svět. Pomáhá mu udržovat jeho psychickou rovnováhu. V době úbytku životní energie a fyzických sil a zvýšeného rizika z důvodu jiných různých ztrát, je pro seniora oporou pocit jistoty Božího vedení, která mu pomáhá zvládat obtížné situace. Věřící člověk má naději, že smrtí ztrácí pouze jednu formu své existence, ale jeho duše bude existovat dál. Víra dává smysl i smrti.

Výzkumy však ukazují, že se člověk věřícím nestává automaticky. Někteří senioři se dotýkají svých náboženských zkušeností z dětství, například vzpomínkami, když se posadí v tichém kostele. Naše kostely navštěvují i staří lidé, není pravdou, že by se tak více prohlubovala víra všech seniorů. Existují také staří lidé, kteří svou víru odvrhli, jejichž víra se stala prázdnou a kteří náhle hlásají ateistické názory, jaké jim dřív vůbec nepřišly na mysl.⁶⁸

Z vlastní zkušenosti mohu říci, že i nevěřící senioři se rádi setkávají s věřícími a přátelsky si s nimi povídají. Poznání, že věřící nevnučuje své smýšlení nebo své postoje a názory, je pro nevěřícího cenné. Přesvědčování a poučování o víře většinou vyvolává

⁶⁶ Srov.: KŘIŠŤAN, A. *Praktická teologie, pastorační a sociální práce-mezioborové souvislosti*. In *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 2, s. 22–23.

⁶⁷ OPATRŇÝ, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři*. In *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 95.

⁶⁸ Srov.: GRÜN, A. *Umění stárnout*, Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 2009. ISBN 978-80-7195-316-6. s.114-117.

opačnou odmítavou reakci. V takovém případě je lepší téma nenásilně ukončit například žertem, odvést pozornost na jiné téma a naznačit trvající přátelský vztah.

4.4 Křesťanské chápání duchovního života seniorů

„Duchovní život“ je pojem velice široký. Není to pouhý úsek lidského života, ale způsob a vše, co po celý život prožíváme. Je součástí každodenního života. Duchovní složku má každý člověk, i když si ji sám neuvědomuje. Neprojevuje se pouze u věřících. Je to něco, co je v člověku jako nevysvětlitelná podstata, jako něco, co vychází z našeho nitra, co dává smysl životu, ovlivňuje naše postoje, naše konání.⁶⁹ „Křesťanské pojetí duchovního života není založeno na dokonalosti přirozenosti (kvalita našich ctností, síla vůle, úspěchy v získávání duchovních hodnot), nýbrž na dokonalosti vztahu.“⁷⁰ Duchovní život seniora představují harmonické vztahy s jeho rodinou, blízkými, přáteli i s ošetřujícím nebo pečujícím personálem, kvalitní vztah je pro seniora součástí duchovního života. Kvalita vztahu se rozpozná podle hloubky vzájemného prožívání, když nám druhý člověk v důvěrném hovoru dá nahlédnout do svých pocitů, problémů jeho třinácté komnaty. Jeho důvěra je darem, který se získává jen vzácně. Člověk, ať už starý nebo mladý, očekává, že bude Bohem osloven a že se na něj potom bude moci obrátit ve smyslu vztahu Já k Ty: „Kristus na nás neřádá, abychom přijali nauku nebo souhrn přikázání a předpisů. Chce, abychom přijali jeho a abychom s ním a v něm žili pro Boha a s Bohem.

Věří-li senior, že je Bůh blízko a chápe-li svůj život jako dar, dá se předpokládat, že se jeho život stane více duchovním: „Jsou to léta, která je třeba prožívat v důvěrné odevzdanosti do rukou Boha, je to období, které je třeba tvořivě využít k prohloubení duchovního života a skrze intenzivnější modlitbu a skrze prokazování skutků lásky bratřím“. (Jan Pavel II., 1999)⁷¹ Modlitba je součástí duchovního života a duchovní život není možný bez modlitby. Jan Pavel II. (Lucern 1984) píše: „Modlitba je pramenem síly a naděje křesťana, protože má moc změnit tento svět a učinit ho lidštějším.“⁷² Podle

⁶⁹ AMBROS, P, a kol. *Studijní texty z pastorální teologie III. Služba nemocným (sborník příspěvků)* nakladatelství Refugium Velehrad-Roma s.r.o. Velehrad 2002. ISBN 80-86045-93-5. s. 17.

⁷⁰ AMBROS, P, a kol. *Studijní texty z pastorální teologie III. Služba nemocným (sborník příspěvků)* nakladatelství Refugium Velehrad-Roma s.r.o. Velehrad 2002. ISBN 80-86045-93-5. s. 9.

⁷¹ Srov.: OPATRŇY, M. – MOTLOVÁ, L. *Senioři. In Praktická teologie pro sociální pracovníky.* [Praha]: Jabok, 2008. Kapitola 8, s. 96–97.

⁷² FIŠER, Z. *Plný život ve stáří.* Kostelní Vydří:Karmelitánské nakladatelství.1999.ISBN 80-7192-381-8. s. 41.

sv. Ireneje „se duchovní člověk skládá z duše a Ducha svatého. Ten je jakoby „duší naší duše“. Spojuje se s námi v jedno, dává sílu a smysl všemu lidskému.“⁷³

Když malíř maluje obraz, pracuje s širokou paletou barev, používá techniku, vytváří dílo, společně tvořící představu nebo myšlenku, kterou chce malbou vyjádřit. V člověku se spojují v jednotu všechny složky jeho osobnosti, kterými proniká oživující síla Ducha svatého. Cílem duchovního života je dokonalé zduchovnění celého člověka. Jeho mysl, vůle, citů, těla. Staráme-li se o to, abychom uskutečnili všechno, co žádá Duch, on sám nás naučí, jak to uvést v souladu s ostatními potřebami. To, co žádá duše a tělo, není pak v rozporu s duchovním životem, naopak, všechno spolupracuje, je jednotné. Výsledek je pak dokonalá harmonie všech postojů, myšlenek, citů, nálad a radostí.⁷⁴

⁷³ ŠPIDLÍK, T. *Prameny světla*. 3. vydání. Velehrad: Refugium. 2005. ISBN 80-86715-34-5. s. 11.

⁷⁴ Srov.: ŠPIDLÍK, T. *Prameny světla*. 3. vydání. Velehrad: Refugium. 2005. ISBN 80-86715-34-5. s. 14.

III. KAPITOLA

5 Cesty pastorače v Klubu seniorů „S“ Topolná

Vzhledem k narůstajícímu počtu seniorů v obci a projevení zájmu o společná setkávání, Rada obce Topolná rozhodla o založení občanského sdružení Klubu seniorů „S“. Posláním organizace je snaha nabídnout seniorům možnosti a prostor pro vzájemná společná setkávání a aktivní využívání volného času. Cílovou skupinu tvoří senioři obce a obyvatelé domu s pečovatelskou službou, jejichž věk je 65 let a více. S nadšením se aktivně zapojují do kulturního a společenského života, účastní se různých setkávání, vzdělávacích programů zaměřených k zálibám, zábavě, vzdělávání a rozvoji svých dosavadních schopností a dovedností.

Prostory klubovny jsou otevřeny všem, kteří se chtějí odreagovat od starostí všedních dnů, potřebují se sejt se svými přáteli, pohovořit si, vypít kávu nebo čaj, poslechnout si příjemnou hudbu a přijít na jiné myšlenky. Součástí programu jsou i společná duchovní setkávání, skutečné sdílení života. Víra, modlitba a starosti všedního dne jsou prožívány společně s duchovním správcem otcem Krzysztofem Klatem z farnosti Bílovice, který pravidelně nebo podle potřeby navštěvuje seniory nebo členy klubu v prostorách společenské místnosti.

Ve stáří člověk hledá pomoc a oporu. Ztráta zdraví, narušení vztahů mezi blízkými vyvolává u člověka ztrátu důvěry k sobě samému i k druhým lidem. Pro člověka věřícího jsou pastorační setkávání, otevřenost bohoslužeb a společné modlitby velkým zdrojem síly a povzbuzením. Vzájemné mezilidské vztahy jsou posilou a příležitostí pro srdečná přátelská setkávání občanů Topolné.

Založením klubu je tak vsazen chybějící díl v oblasti komplexu poskytování sociálních služeb, a to formou nabízených volnočasových aktivit a formou možností pastorační péče

5.1 Rozhovor jako jedna z možností pastorační péče

„Člověk potřebuje mluvit, potřebuje, aby ho někdo slyšel a poslouchal, aby měl pocit sounáležitosti s ostatními lidmi.“⁷⁵

Do pastorační péče neodmyslitelně patří duchovní rozhovor, při kterém si vzájemně vyměňujeme získané zkušenosti v našem životě s Bohem. V rozhovoru si sdělujeme zkušenosti, myšlenky, vlastní prožitky s modlitbou, které nás ovlivnily při slyšení nebo četbě Božího slova. Duchovní rozhovor je sdílení života s Bohem, prožívání radostí nebo také těžkostí života. Rozhovor, který vychází ze situace, přání a potřeb toho, komu je věnována naše pozornost.

„Základním nástrojem pastorační péče je rozhovor, především umění naslouchat. Prvořadé není sdělení, ale sdílení, navození ovzduší důvěry, pocitu bezpečí.“⁷⁶ Rozhovor se starým člověkem bývá úspěšnější, jestliže je veden s někým, koho již zná, ke komu má důvěru, než s člověkem cizím. Staří lidé si chtějí většinou povídat o své rodině, o tom, co je těší, trápí nebo bolí. Stává se mi, že při navázání přátelského, důvěrného rozhovoru, se začínají více svěřovat a otvírat svoji třináctou komnatu. Vzpomínají na své mládí, na krásné i smutné chvíle, hodnotí svůj uplynulý život. Pastorační péče dává seniorům možnost rozhovoru mezi čtyřma očima nebo ve skupině, společenství. Jsou témata, která se snáze probírají v úplném soukromí a jsou témata, kde skupina a její spolupráce mnohdy pomůže. Cílem pastoračního rozhovoru není ani vyřešení problému, ale snaha dát člověku najevo, že od této chvíle nezůstává se svým trápením sám. U lidí s trvajícím potížením přichází v úvahu nabídka být součástí trvale scházejícího se společenství. Takové společenství může být „křesťansky neutrální“. Je třeba mít na paměti, že to, co je dobré a vhodné pro jednoho člověka, nemusí být dobré a vhodné pro ostatní. Není dobré do společenství nutit, je dobré každému dopřát naprostou svobodu v tom, kdy a kam se chce začlenit.⁷⁷

Někdy si myslíme, že slova jsou zbytečná, že činy mají větší váhu. Když se podíváme do dějin spásy, vidíme, že Bůh slovem nepohrdal. Naopak. Své velké činy začínal slovy. Než vysvobodil Izrael z Egypta, hovořil s Mojžíšem. Než se Izrael dostal do babylonského zajetí, Bůh pomohl slovy skrze proroka Jeremiáše. Příchod Spasitele

⁷⁵ PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál. 1998. ISBN 80-7178-184-3. s. 82.

⁷⁶ AMBROS, P. a kol. *Studijní texty z pastorační teologie III. Služba nemocným (sborník příspěvků)* nakladatelství Refugium Velehrad-Roma s.r.o. Velehrad 2002, ISBN 80-86045-93-5. s. 48.

⁷⁷ Srov.: OPATRŇY, A. *Pastorační péče v méně obvyklých situacích část I. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském*, 3. doplněné vydání. Praha. 2001, s. 7–9.

začíná rozhovory mezi andělem a Pannou Marií a mezi andělem a Mariiným snoubencem Josefem.⁷⁸

„Rozhovor je tedy něčím, čím Bůh nepohrdá, a proto mu i my musíme věnovat značnou pozornost.“⁷⁹ Umění vyslechnout, soucítit a snažit se pochopit, je pro práci se seniory velmi důležitá.

Uvedu příklad, který je z mé profesní praxe.

Paní Libuše (87 let) si se mnou ráda povídala. Poutavě vyprávěla o své rodině, o dcerách, o manželovi, o zaměstnání. Svěřovala se stále více a ve vzpomínkách se vracela až do období svého mládí. Stále častěji měla slzy v očích a plakala. Postupně jsem se dozvídala o jejím životním příběhu víc a víc a věděla jsem, že paní Libuši něco velmi trápí, něco, s čím se jí těžce žije. Nabídla jsem jí možnost duchovního rozhovoru s naším duchovním správcem, otcem Krzysztofem Klatem, který ji rád vyposlechne a nabídne pomoc. Paní Libuše souhlasila.

5.2 Modlitba a její význam v životě seniora.

Modlí se mnoho lidí různého vyznání a v různých kulturách. V současné době se o víru a duchovní život zajímá stále více lidí, roste zájem o vnímání smyslu a hloubky bytí, roste touha po hlubší dimenzi lidského života, po smyslu a pokoji. Modlitba má pro každého člověka mnoho věcí. Pro někoho je zvykem, spontánním vyjádřením každodenních starostí, potěšení nebo potřebou setkat se s Bohem. Když se modlíme, překračujeme hranice sebe sama, zaměřujeme pozornost na vyšší moc.⁸⁰ „Právě pro křesťany je modlitba jádrem vztahu s Bohem. Je to forma komunikace, základním kamenem víry, prostředek, kterým vyjadřujeme zkušenost s Bohem v našich životech.“ Může být doprovázena slovy, tichem nebo zapálením svíčky. Je dobré se modlit o samotě i s druhými lidmi. „Modlitba je oboustranný rozhovor, kdy si uděláme čas, abychom Bohu naslouchali, spíše než abychom jen sami mluvili.“⁸¹

Klub seniorů je otevřené společenství, kam může přijít každý senior, který chce trávit svůj volný čas ve společnosti dobrých přátel. Lidé, kteří v klubu společně tráví

⁷⁸ Srov.: OPATRŇY, A. *Malá příručka pastorační péče o nemocné 2.(doplňená) verze*. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském, Praha, 2001. str. 18.

⁷⁹ OPATRŇY, A. *Malá příručka pastorační péče o nemocné 2.(doplňená) verze*. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském, Praha, 2001. str. 18.

⁸⁰ Srov.: MAYFIELDOVÁ, S. *Objevování modlitby*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009. ISBN 978-80-7195-219-0. s. 7–8.

⁸¹ MAYFIELDOVÁ, S. *Objevování modlitby*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009. ISBN 978-80-7195-219-0. s. 33.

svůj volný čas a kteří řadu věcí života společně sdílejí, se stávají navzájem sobě bližšími. Sdílení starostí a propojení v modlitbě může být ohromným zdrojem podpory a vzájemného povzbuzení, ale zároveň i posilou smyslu pro vzájemnou sounáležitost.

Další příklady jsou ze společného setkávání seniorů:

„Ted', když jsem již v důchodě a mám více času, snažím se o prohloubení a zlepšení své modlitby. Modlím se za své děti a vnoučata a prosím Boha o jeho posilu v těžkých chvílích. Syn přišel o práci, tak se modlím hlavně za něho a jeho rodinu“. paní Růžena (75 let)

Vzájemná modlitba prospívá nejen jednotlivci, ale především celému společenství. Má svůj řád, který všichni členové znají a počítají s ním. Ve společenství, které není stabilní, je proto důležité dohodnout předem řád modlitby a její obvyklý průběh. Je-li součástí modlitby chvíle ticha, mělo by se o tom předem vědět. Modlitba pronesená nahlas může pro někoho přinášet více ostychu. Ale slyšet navzájem své modlitby má velikou cenu.⁸²

„Při první modlitbě jsem si nebyla vůbec jistá. Nemohla jsem se zapojit tak, jak jsem chtěla, abych se modlila společně s ostatními. Velmi mně pomohlo, když jsem si nosila modlitby napsané na papíře. Při čtení se teď cítím dobře. Mohu společnou modlitbu lépe vnímat a prožívat.“ Paní Františka (77 let)

V otevřeném společenství, jako je Klub seniorů „S“, se lze modlit růženec nebo žalm. Může se také přečíst úryvek z Písma. Kombinace četby Písma s modlitbou je nejvhodnější náplní programu pro otevřená společenství. Aby se lidé naučili modlit svými vlastními slovy, je dobré o přečteném úryvku chvíli mluvit, a pak teprve navázat otevřenou modlitbou.⁸³

Matka Tereza řekla tuto myšlenku: „Modlit se je velmi těžká věc, pokud nevíme, jak se modlit, ale musíme si navzájem pomáhat, abychom se to naučili.“⁸⁴

⁸² Srov.: MAYFIELDOVÁ, S. *Objevování modlitby*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 2009. ISBN 978-80-7195-219-0. s. 75.

⁸³ Srov.: *Pastorace*. [online]. [cit. 9. března 2010]. Dostupný z WWW:

<[⁸⁴ FÍŠER, Z. *Plný život ve stáří*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 1999. ISBN 80-7192-381-8. s. 41.](http://www.pastorace.cz/index.php?typ=texty&sel_char=&sel_tema=167&sel_podtema=568&sel_text2726.></p></div><div data-bbox=)

5.3 Setkávání nad Biblí

Bible – Písmo svaté je pro křesťany po celém světě pramenem poznání Boha. Pojednává o božích skutcích a o lidských skutcích, které jsou v určitém souladu či nesouladu s původním Božím záměrem. Je to celá historie putování lidu, který si Bůh vyvolil, aby jej připravil, očistil, zachránil a posvětil k cestě, ze které lidé vlastní vinou sešli. Při četbě Bible (soukromé nebo společné) může převažovat úmysl, s kterým v ní někdo hledá pomoc pro svůj každodenní život či posilu pro svůj duchovní život, nebo také podněty k obnově společenství.⁸⁵

V klubu seniorů „S“ vznikla myšlenka seznamovat věřící i všechny, kteří se chtějí o Bibli něco dozvědět, s krásou Písma svatého. Setkávání nad Biblí, vedené panem Mgr. Petrem Zetíkem, se obvykle koná každý druhý týden. Místem setkávání je Dům s pečovatelskou službou Topolná, útulná společenská místnost, klubovna Klubu seniorů „S“.

První část setkání nad Biblí je zaměřena teoreticky a jejím přínosem má být vytvoření základního porozumění, které pomůže vytvořit si vhled do problematiky. Teoretická část se tedy zaměřuje na okolnosti vzniku Písma, historii a vývoj jednotlivých knih, na jejich autoritu a kanonicitu. K hlubšímu pochopení se zúčastnění neobejdou ani bez pochopení kulturního prostředí, ve kterém Písmo vznikalo a ve kterém se také tradovalo. Snahou je zaměřit se na pochopení základní struktury jednotlivých knih. Tento záměr by měl napomoci samostatnému chápání Písma svatého, i když je nutno mít na paměti, že Bibli nikdy nelze zcela porozumět na základě vlastního poznávání a uvažování.

V druhé části je setkání zaměřeno na konkrétní úryvek Písma, společné sdílení vlastních myšlenek. Jedná se o metodu četby Písma zvanou *Lectio divina*.⁸⁶ Je to metoda, která je vhodná a žádoucí pro všechny křesťany i ty, kteří neumějí nebo nemohou číst. Písmo se čte ve společenství. Osvětluje se základním výkladem, potom se společně rozjímá a sdělují se vlastní pocity ze čtených úryvků. Smyslem je konkrétní části textu porozumět, prožít si jej a nalézt se v něm. Písmo je Božím slovem pro nás, k naší spáse. Obsažené informace jsou psány ve formě příběhů. Každý člověk bez

⁸⁵ Srov.: HECHTOVÁ, A. *Kreativní přístupy k biblí*. vydal Jiří Brauner Kartuziánské nakladatelství. 2008. ISBN 978-80-86953-20-5. s. 3–6.

⁸⁶ Srov. *Výklad bible v církvi. Dokument Papežské biblické komise z r. 1993*, 1. vyd. Praha: Zvon 1996. ISBN 80-71773-156-3. s. 109.

ohledu na vzdělání je schopen se vžít a vcítit do vyprávění a je důležité, aby se v tomto příběhu našel a dokázal převzít určitý postoj.

Písmo svaté nás má tímto způsobem formovat, je dějinami o spáse lidí, je příběhem o hříchu a milosti. Vyústěním takového rozjímání má být modlitba inspirovaná tímto textem a pokud možno slovy samotného Písma.⁸⁷

Z vlastní zkušenosti mohu říci, že četba Bible bez návodu je často obtížná a málokdo u ní vytrvá. Avšak společná četba má své velké přednosti, může být pro zúčastněného hluboce obohacující tak, jak jsem mohla zakusit sama na sobě.

5.4 Svátosti církve

„Pan Ježíš Kristus, lékař našich duší i našich těl, ten, který odpustil hříchy ochrnutému a vrátil mu tělesné zdraví, chtěl, aby jeho církev pokračovala v síle Ducha svatého ve svém díle spásy a v uzdravování i u svých členů. To je cílem svátostí uzdravování: svátosti smíření a pomazání nemocných.“⁸⁸

„Svátosti jsou účinná znamení milosti, ustanovená Kristem a svěřená církví pro posvěcování lidí. Jsou-li svátosti důstojně slaveny ve víře, udělují milost, jejímž jsou znaméním. Jsou účinné, protože v nich působí sám Kristus.“⁸⁹ Svátosti církve Katechismus katolické Církve, rozděluje na svátosti uvedení do křesťanského života (křest, biřmování a Eucharistie), na svátosti uzdravování (svátost smíření a pomazání nemocných) a na svátosti ke službě společenství (svátost svěcení kněžstva a svátost manželství). Křesťané slaví svátosti proto, neboť jsou základem jejich křesťanského života. Věřící, znovuzrození křtem, jsou posíleni biřmováním a živeni eucharistií.⁹⁰ Skrze tyto svátosti prožívají život víry.

⁸⁷ Srov.: HECHTOVÁ, A. *Kreativní přístupy k bibli*. vydal Jiří Brauner Kartuziánské nakladatelství. 2008, ISBN 978-80-86953-20-5, s. 3–6.

⁸⁸ *Katechismus katolické církve*. 1. vydání. české katolické nakladatelství a vydavatelství Zvon Praha 1995. ISBN 80-7113-132-6, s. 364.

⁸⁹ Petrosillo, P. *Křesťanství od A do Z*. (z italského originálu přeložili Milena Tesařová a Stanislav Straka). Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 1998. ISBN 80-7192-365-6, s. 198.

⁹⁰ Srov.: *Katechismus katolické církve*. 1. vydání. české katolické nakladatelství a vydavatelství Zvon Praha 1995. ISBN 80-7113-132-6, s. 198.

5.4.1 Svátost pokání a smíření

Svátost smíření je „jedna ze sedmi svátostí církve, vedoucí k odpuštění hříchů a ke smíření hříšníka s Bohem a církví.“⁹¹ Svátost pokání spočívá ve třech úkonech, které musí provést kající, a v odpuštění. K úkonům kajícího patří: lítost, vyznání čili vyjevení hříchů knězi a předsevzetí provést pokání.

Při přípravě na svátost smíření začínáme zpytováním svědomí. Je dobré začít modlitbou, abychom své hříchy náležitě poznali. Kdo přistupuje k svátosti smíření pravidelně, tak s tím pravděpodobně problémy nemá. Kdo si chce vykonat svátost smíření po delší době, třeba po mnoha letech, může použít zповědního zrcadla, které je v kancionálu. To je v duchu Desatera Božích přikázání i přikázání církevních. Při nejasnosti je možné s důvěrou se obrátit na zповědníka.

Když člověk své hříchy pozná, musí jich litovat. „Lítost je „bolest ducha“ nad spáchanými hříchy a jejich odsouzení, spojené s předsevzetím v budoucnu nehřešit.“⁹² Nedokonalá lítost je také Božím darem. Pohnutkou k ní je třeba strach ze zavržení a jiných trestů, také třeba ošklivost z hříchů. Tato lítost postačí k odpuštění hříchů ve svátosti smíření. Při ní je svědomí už pohnuto k působení Boží milosti, které se pak dovrší svátostným rozhřešením. Pak následuje podstatná část svátosti smíření, a to je vyznání hříchů. Kající musí vyznat knězi všechny smrtelné hříchy i jejich počet, i když jsou to hříchy velmi skryté. Vědomé zamlčení těžkého hříchu způsobí zatížení svědomí dalším hříchem. Kdo se dopustil smrtelného hříchu, i když má velkou lítost, může přistoupit ke sv. přijímání až po svátostném rozhřešení ve svátosti smíření. Pak následuje zadostiučinění, které se také nazývá pokáním. To uloží zповídající kněz. Rozhřešení odstraňuje hřích, ale není lékem na všechno, co hřích způsobil. Hříšník musí tedy vykonat něco navíc, aby napravil vlastní viny. Když něco ukradne, ztrátu nahradit. Dále například při pomluvě by měla následovat omluva. Za pokání může být uložena modlitba, almužna, skutky milosrdenství, služba bližnímu a především pak trpělivé přijetí kříže, který musíme nést. Uložené pokání je dobré vykonat co nejdříve, nejpozději do příští svaté zповědi.⁹³

⁹¹ Petrosillo, P. *Křesťanství od A do Z*. (z italského originálu přeložili Milena Tesařová a Stanislav Straka). Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 1998. ISBN 80-7192-365-6. s.199.

⁹² *Katechismus katolické církve*. 1.vydání. české katolické nakladatelství a vydavatelství Zvon Praha 1995. ISBN 80-7113-132-6. s. 371.

⁹³ Srov.: *Katechismus katolické církve*. 1.vydání. české katolické nakladatelství a vydavatelství Zvon Praha 1995. ISBN 80-7113-132-6. s. 371-379.

„Účinky svátosti smíření jsou: smíření s Bohem, smíření s církví, odpuštění věčných trestů, klidné svědomí a duchovní útěcha.“⁹⁴

Staří občané nebo senioři žijící v domě s pečovatelskou službou, kteří z důvodu nemoci nebo zhoršení svého zdravotního stavu se nemohou zúčastňovat svátosti pokání, svátosti eucharistie nebo nedělních bohoslužeb v místním kostele, proto nabízí kněz svátost smíření a svaté přijímání i v jiný den. Předem v dohodnutý den i hodinu navštíví kněz seniory i v domě s pečovatelskou službou, kteří mají o tato pravidelná setkávání velký zájem. (Při návštěvě kněze, který přijde s Eucharistií, je třeba připravit stůl s bílým ubrusem, položit křížek a zapálit svíčku.)

5.4.2 Svátost pomazání nemocných

Lékař léčí – Bůh uzdravuje.

V této svátosti dostává senior velikou pomoc, posilu i úlevu, když zakouší vlastní bezmocnost a ohrožení života. Nemoc mnohdy vede k úzkosti a k uzavření se do sebe, k zoufalství a vzpouře proti Bohu. V opačném případě napomáhá člověku k větší zralosti, pomoci mu rozlišit v jeho životě, co je důležité a co není podstatné. Nemoc často vyvolává potřebu hledání Boha a návrat k němu.

Svátost nemocných se uděluje pokřtěným seniorům, kteří jsou těžce nemocní, nebo zakouší těžkosti v důsledku stáří. Předpokládá se, že ten, kdo svátost pomazání nemocných přijímá, se smířil s Bohem ve svátosti pokání. Pokud to není možné, je tato svátost chápána jako mimořádný prostředek ke smíření s Bohem a kněz vykoná zpověď svatou ihned na začátku. O udělení svátosti pomazání si nemocný podle svého zdravotního stavu může požádat sám, případně může požádat s jeho souhlasem člen rodiny nebo někdo z jeho okolí. Tato svátost je starému a nemocnému v jeho vážné nemoci posilou na duchu a mnohdy i na těle. Lze jí přijmout vícekrát za život, pokud se člověk uzdraví a znovu onemocní nebo pokud se jeho stav výrazně zhorší a on o tuto pomoc znovu žádá. Zásadně se uděluje tomu, kdo je živý, ne tam, kde už prokazatelně nastala smrt.⁹⁵

Účelem svátosti pomazání nemocných je udělit křesťanovi zvláštní milosti. Může ji udílet pouze kněz a biskup. K pomazání se používá biskupem posvěcený olej

⁹⁴ Petrosillo, P. *Křesťanství od A do Z*. (z italského originálu přeložili Milena Tesařová a Stanislav Straka). Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 1998. ISBN 80-7192-365-6. s.199.

⁹⁵ Srov.: *Katechismus katolické církve*. 1. vydání. české katolické nakladatelství a vydavatelství Zvon Praha 1995. ISBN 80-7113-132-6. s. 381-388.

(svěcený na zelený čtvrtek), v případě nutnosti olej posvěcený knězem udílejícím svátost. Podstatou udílení této svátosti je vkládání rukou na hlavu nemocného a pomazání jeho čela a rukou.

Nyní uvedu příklad, který se stal nedávno.

Pan Josef byl těžce nemocen. Každým dnem se jeho zdravotní stav zhoršoval. Jeho dcera přišla poprosit otce Krzysztofa Klata o zaopatření tatínka. Za týden jsem potkala dceru pana Josefa, která mi radostně vyprávěla, jak se otci po přijetí svátosti smíření a pomazání nemocných velmi ulevilo a zdravotní potíže se stabilizovaly. Další osudy pana Josefa jsem nesledovala, ale přesto žasnu nad tím, jak velkou moc mají tyto svátosti.

5.5 Příprava na smrt

Poslední duchovní výzvou, před kterou je starý člověk postaven, je příprava na smrt. Stáří vybízí k odpoutávání, odevzdávání a opouštění. Ke stáru bývá toto opouštění stále výraznější. Člověk opouští své zaměstnání, po čase se vzdává aktivit, vlastní vůle, vlastního já a nakonec života.⁹⁶ „Starý člověk nemá žádnou záruku, jak jednou zemře. Musí se vzdát i své představy o smrti a nechat na Bohu, jakým způsobem k tomu dojde.“⁹⁷ Příprava na smrt, kterou starý člověk musí projít, spočívá podle Grüna v přijetí kříže. Láska kříže je klíčem, jak se připravit na nutnou smrt a přeměnit ji v odevzdávání se Bohu.

Další příklad, který uvedu, je se šťastným koncem.

Paní Vlasta, která se starala o umírající babičku, mi vyprávěla, že babička nemohla zemřít, protože ještě neodpustila. Ve chvíli, až se smířila sama se sebou, se svým životem a s ostatními lidmi, podařilo se jí v míru odevzdat do Božích rukou a najít tam jednotu se všemi. Umřela v blízkosti svých nejbližších.

„Jestli se připravuji na smrt, pak se jí nemusím bát. Hlavně musím poznat, uznat a vyznávat své hříchy a prosit Pána, aby mi odpustil. Jistotu o tom získám přijetím svátosti smíření, když se vyzpovídám knězi. Smrti se nebojím, protože Bůh mě miluje, poznává ve mně svého Syna Ježíše, rozeznává ve mně podobnost s Ním, svatým. Je ve mně i Kristova láska a ta strach vyhání (srov. 1 Jan 4, 16-18). Že i já miluji Boha, to mu

⁹⁶ Srov.: GRÜN, A. *Umění stárnout*, Kostelní Vydří:Karmelitánské nakladatelství.2009. ISBN 978-80-7195-316-6.s. 40.

⁹⁷ GRÜN, A. *Umění stárnout*, Kostelní Vydří:Karmelitánské nakladatelství.2009. ISBN 978-80-7195-316-6.s. 41.

mohu ukazovat tím, že budu mít rád lidi kolem sebe. Otče svatý, ty jsi útočiště těch, kdo v tebe doufají – vysvobod' duše zemřelých z trestů, které trpí pro své hříchy.“⁹⁸

Pokoj v srdci přináší rovnováhu, lásku a sílu. Dobrou přípravou na smrt je svátost smíření, životní zpověď, odpuštění těm, kteří se vůči nám provinili. Naše pomoc může být projevem zájmu, vyjádřením úcty, posílením důvěry a vědomí, že každý člověk je milován jako jedinečná bytost.

Když se život člověka sklání k dovršení, neotálejme mu nabídnout duchovní pomoc, aby mohl pocítit záblesk naděje a pokoje v srdci, že jeho život nekončí jen s posledním vydechnutím, ale s vědomím, že se na konec svého života dobře připravil.

⁹⁸ FIŠER, Z. *Plný život ve stáří*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. 1999. ISBN 80-7192-381-8. s. 177.

Závěr

Každý člověk stárne. Stárnutí a stáří má své projevy a zvláštnosti. Aby člověk ve stáří dosáhl své životní spokojenosti, je nezbytné, aby byly naplněny všechny potřeby.

Zvláště ve stáří se projevují potřeby, které vycházejí z duše člověka. Zvyšování životní spokojenosti a zvyšování kvality života ve stáří může být podpořeno několika způsoby. Jde o psychickou a duchovní podporu, která má velmi pozitivní vliv a blahodárně působí na celkový zdravotní stav každého člověka.

Ve své bakalářské práci jsem se snažila objasnit možnosti pastorační péče, které může venkovský klub seniorů, společenství vytvářet tak, aby vhodně stimulovaly seniory k zapojení se do společenského života, podporovaly duchovní rozvoj a pocit potřebnosti, aby činnost přinášela vnitřní pocit spokojenosti, tělesné, duševní i sociální rovnováhy. Snažila jsem se upozornit na to, jak významnou a důležitou roli zastávají různé možnosti pastorační péče v životě seniora. Proto je vhodné se této problematice věnovat s náležitou pozorností a to především v souvislosti se současným demografickým vývojem populace.

Na základě analýzy zjištění z odborné literatury, z některých příkladů mých dlouholetých zkušeností a ze své osobní i profesní praxe jsem vyhodnotila několik závěrů.

Duchovní a duševní pohoda, touha po vnitřním klidu významně souvisí s kvalitou života seniora.

Nalezení smyslu života je klíčem k prožití spokojeného stáří, neboť starý člověk těžce prožívá domnělé nebo skutečné křivdy a ke smíření a odpuštění se dopravuje jen skrze duchovní a pastorační pomoc.

Senioři v poslední fázi života často obracejí své myšlenky k Bohu, neboť víra jim dává pocit útěchy, naděje, pocitu lásky, duševní rovnováhy, trpělivosti, pokory a pomáhá jim překonávat složité situace.

Příprava na smrt vede často k rozvoji osobnosti člověka.

Oblast pastorační a duchovní péče o člověka je velmi široké a obsáhlé téma. Není jednoduché zcela poznat a popsat všechny možnosti a aspekty duchovního života, které víra v Boha člověku v životě přináší. Jsem si vědoma, že tato práce nemůže obsáhnout

všechny možnosti, které duchovní a pastorační oblast nabízí. Zaměřila jsem se pouze na specifickou oblast duchovního života, na pastorační péči seniorů v obci Topolná.

Domnívám se, že cíl své práce jsem naplnila.

Všeobecným cílem pastorační práce je víra, vztah k Bohu, ale také snaha o rozvoj vztahu pastorační práce ke společnosti. V minulosti se o pastorační péči po několik generací nemluvilo. Proto bych si přála, aby duchovní péče o naše staré spoluobčany byla samozřejmostí, což se v naší obci ve spolupráci s Klubem seniorů „S“ Topolná a za pomoci duchovního správce otce Krzysztofa Klata z farnosti Bílovice vlastně daří.

Seznam bibliografie

- PETROSILLO, P. Křesťanství od A do Z.(z italského originálu přeložili Milena Tesařová a Stanislav Straka). Kostelní Vydří:Karmelitánské nakladatelství. 1998. ISBN 80-7192-365-6
- Katechismus katolické církve. 1.vydání.české katolické nakladatelství a vydavatelství Zvon Praha 1995.ISBN 80-7113-132-6.
- Výklad bible v církvi. Dokument Papežské biblické komise z r. 1993, 1.vyd. Praha: Zvon 1996. ISBN 80-71773-156-3.
- GRÜN, A. Umění stárnout, Kostelní Vydří:Karmelitánské nakladatelství.2009. ISBN 978-80-7195-316-6
- PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I. Soužití se staršími lidmi. Praha: Portál. 1998. ISBN 80-7178-184-3.
- ŠPIDLÍK, T. Prameny světla. 3. vydání. Velehrad: Refugium. 2005. ISBN 80-86715-34-5
- FÍŠER, Z. Plný život ve stáří. Kostelní Vydří:Karmelitánské nakladatelství.1999.ISBN 80-7192-381-8
- ŠURANSKÁ, J. Projekt založení občanského sdružení Klub seniorů „S“ /připravovaná absolventská práce na Caritas-VOŠ Olomouc, předpokládaný termín odevzdání duben 2010/
- MARTINEK, M a kol. Praktická teologie pro sociální pracovník. JABOK- Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická jako svoji 4. publikaci. 2008. ISBN 978-80-904137-2-6
- AMBROS. P, a kol. Studijní texty z pastorální teologie III. Služba nemocným (sborník příspěvků) nakladatelství RefugiumVelehrad-Roma s.r.o. Velehrad 2002, ISBN 80-86045-93-5
- OPATRNÝ, A. Pastorační péče v méně obvyklých situacích část I. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském, 3.doplňené vydání.Praha. 2001
- OPATRNÝ, A. Pastorační péče v méně obvyklých situacích část II. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském, Praha. 2001
- OPATRNÝ, A.Malá příručka pastorační péče o nemocné 2.(doplňená) verze. Pastorační středisko sv. Vojtěcha při Arcibiskupství pražském, Praha. 2001

- KŘIVOLAKÝ, J. Pastorální péče. Praha: Oliva, 2000. ISBN 80-85942-42-9
- MAYFIELDOVÁ, S. Objevování modliteb. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009, ISBN 978-80-7195-219-0
- HECHTOVÁ, A. Kreativní přístupy k bibli. vydal Jiří Brauner Kartuziánské nakladatelství. 2008, ISBN 978-80-86953-20-5
- GRUSS (ed), P. Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje, Praha: Portál. 2009. ISBN 978 –80-7367-605-6
- HAŠKOVCOVÁ, H. Manuálek sociální gerontologie. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví v Brně. 2002. ISBN 80-7013-363-5
- JANDOUREK, J. Sociologický slovník, 2. vydání. Praha: Portál. 2007. ISBN 978-80-7367-269-0
- RHEIWANLDOVÁ, E. Novodobá péče o seniory, Praha: Grada. 1999. ISBN 80-7169-828-8
- PACOVSKÝ, V. Geriatrie, Praha: SCIENTIA MEDICA, 1994. ISBN 80-85526-32-8
- VENGLAŘOVÁ, M.: Problematické situace v péči o seniory, Praha: Portál. 2007. ISBN 978-80-247-2170-5
- KALVACH, Z. et al. Geriatrie a gerontologie, Praha: Grada. 2004 ISBN 80-247-0548-6
- STUART-HAMILTON, I. Psychologie stárnutí. Praha: Portál. 1999. ISBN 80-7178-274-2
- JEDLIČKA, V. Praktická gerontologie. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 1991. 2.vydání. ISBN 80-7013-109-8
- PACOVSKÝ, V. O stárnutí a stáří, 1.vydání. Praha: Avicenum – zdravotnické nakladatelství. 1990. ISBN 80-201-0076-8
- ŠTIKAR, J. et al. Bezpečná mobilita ve stáří, Praha: Karolinum. 2007. ISBN 978-80-246-1339-0
- ŠTILEC, M.: Program aktivního stylu života pro seniory, Praha: Portál. 2004. ISBN 80-7178-920-8
- ŠTIKAR, J. et al. Bezpečná mobilita ve stáří, Praha: Karolinum. 2007. ISBN 978-80-246-1339-0
- LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. Vývojová psychologie, 3. vydání. Praha: Grada. 1998. ISBN 80-7169-195-X

Internetové zdroje:

KOZELKOVÁ, J. 1. komunitní plán sociálních služeb v Uherském Hradišti na období 2008–2013 [online]. Uherské Hradiště : Městský úřad Uherské Hradiště, aktualizováno 2008-06-27 [cit. 2010-01-10]. Dostupný na WWW:

<http://www.mesto-uh.cz/cms/obecne/projekty_mesto/KPSS/projekt_kpss/Plan>

OPATRŇY, M. Svátostná pastorace, Studijní materiály k svátostem křtu, biřmování, eucharistie, manželství a nemocných [online]. [2008/2009]. dostupný z <http://www.tf.jcu.cz/getfile/7833de0f61158546>, datum aktualizace neuvedeno, [9. února 2010].

Pastorace. [online]. [cit.12. prosince 2008]. Dostupný z WWW:

<http://www.pastorace.cz/index.php?typ=texty&sel_char=&sel_tema=104&sel_podtema=538>

Veřejná databáze ČSÚ [databáze online]. Praha : Český statistický úřad, c2006

[cit. 2009-12-05]. Dostupná na WWW:

<http://vdb.czso.cz/vdbvo/tabdetail.jsp?kapitola_id=5&potvrđ=Zobrazit+tabulku&go_zobraz=1&cislotab=MOS+B04&pro_4332614=592692&voa=tabulka&str=tabdetail.jsp>