

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav pedagogiky a sociálních studií

Rigorózní práce

Mgr. Bc. Petra Křížková

Subjektivní vnímání potřeb seniorů žijících v zařízeních rezidenční
péče v České republice

Subjective perception of needs by elderly people in residential care facilities
in the Czech Republic

Olomouc 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji rigorózní práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Datum:

Podpis:

Poděkování

Tuto práci věnuji památce mého manžela, který se jejího dokončení nedožil, ale téměř po celou dobu její realizace mě podporoval.

OBSAH

Úvod.....	6
I Přehledová část	8
1 Vymezení pojmů.....	8
1.1 Stárnutí.....	8
1.2 Stáří	10
1.2.1 Charakteristika stáří	14
1.2.1.1 Kalendářní věk	14
1.2.1.2 Psychický a sociální věk	15
1.2.1.3 Funkční věk.....	16
1.3 Specifikace seniorské populace.....	17
1.3.1 Senior	17
1.3.2 Kvalita života	19
1.3.3 Fyziologické změny ve stáří.....	24
1.3.4 Psychické a sociální změny ve stáří	25
1.3.5 Spiritualita ve stáří	28
2 Příprava na stáří	30
2.1 Adaptace z dlouhodobé perspektivy	30
2.2 Adaptace ve stáří.....	31
2.3 Pohled a příprava na budoucnost podle H. W. Opaschowského.....	33
3 Aktivizace	39
3.1 Volný čas.....	39
3.2 Aktivita a aktivizace.....	40
3.3 Aktivizace v rámci institucionalizované péče v ČR.....	42
3.4 Aktivizační metoda	47
3.5 Aktivizační programy v domovech pro seniory	48
4 Důstojnost lidské bytosti.....	51
4.1 Lidská důstojnost	51
5 Lidské potřeby.....	57
5.1 Vymezení a dělení potřeb.....	57
5.2 Potřeby v pojetí A. Maslowa.....	65
5.2.1 Úrovně potřeb.....	66
5.3 Potřeby v pojetí M. Maxe-Neefa.....	69
II Výzkumná část	74

6 Výzkumné šetření	74
6.1 Cíl výzkumu	75
6.2 Výzkumný problém.....	75
6.3 Metodologie výzkumného šetření	76
6.4 Antologie dat.....	78
6.5 Charakteristika účastníků výzkumného šetření	79
6.7 Rozbor dat	83
6.8 Kategorie.....	84
6.8.1 Život před.....	85
6.8.2 Život v domově	88
6.8.3 Společenství	91
6.8.4 Důležité	95
6.8.5 Spiritualita.....	98
6.9 Interpretace výzkumných otázek.....	104
7 Diskuse.....	110
ZÁVĚR	116
Seznam použité literatury.....	118
Internetové zdroje	123
Seznam příloh	126
Přílohy.....	127
Abstrakt.....	246
Abstract.....	247

Úvod

Život člověka je určován mnoha aspekty. Jedná se o genetickou determinaci, životní styl, zodpovědnost, životní prostor, společenskou vrstvu, ve které jedinec žije, druh zaměstnání a mnoho dalších. Navíc je v průběhu celého života člověk determinován potřebami, které chce a potřebuje naplňovat, a míra plus kvalita tohoto uspokojení určuje jeho životní spokojenost. Jaké by mělo být měřítko pro určování kvalitního života? A jak se požadavky na prožívání života, který by měl být kvalitní, budou v průběhu života formovat? Jako člověk pracující po dlouhou dobu ve zdravotnictví, respektive v oblasti péče o seniory jak v České republice, tak v zahraničí, si o to hlouběji uvědomuji význam a váhu slov jako jsou: lidská důstojnost, úcta, nezávislost, spiritualita, kvalita života či lidské potřeby.

Téma práce jsem si vybrala záměrně, neboť mě jako pedagoga volného času při aktivitách se seniory velmi zaujala otázka potřeb a jejich možné transformace v seni. V průběhu studia pedagogiky volného času jsem zjistila, že problematika saturace potřeb je velmi důležité téma, neboť, pokud budeme znát a reflektovat potřeby klientů volnočasových programů, bude průběh i výsledek těchto aktivit naplňovat obě strany, nejenom klienta, ale i pracovníky. V zařízeních pro volnočasové aktivity je důležité smysluplné sestavování aktivit, aby byly naplněny konkrétní potřeby. Při aktivitách sestavovaných pro seniory mi však přijde zcela zásadní znát na jedné straně schopnosti a kognitivní úroveň klientů a na straně druhé zaměření seniorů, jejich zájmy a potřeby, které jsou důležité pro trávení volného času. Proto jsem se rozhodla v rámci své práce sestavit otázky pro rozhovor, který zkoumá oblast týkající se uspokojování lidských potřeb a jejich možnou změnu hierarchie ve stáří. Snažila jsem se o sondu do života seniorů a jejich vnímání potřeb, abychom si uvědomili rozmanité přístupy k životu, které jsou určovány výše zmíněnými aspekty.

Těžiště práce spočívá v rozhovorech s klienty rezidenčního zařízení v České republice a následné analýze získaných dat. Domnívám se, že cílená znalost transformace lidských potřeb ve stáří může přispět při smysluplném sestavování aktivizačních programů v rezidenčních zařízeních.

Z důvodu nutnosti teoretického ukotvení práce jsem ji rozdělila na část přehledovou a praktickou. V přehledové části práce jsou analyzovány pojmy spojené se závěrečným obdobím života: stárnutí, stáří, senior, kvalita života. Jedna kapitola je věnována strategiím přípravy na stáří, podrobněji je rovněž představen pohled

H. W. Opaschowského, významného německého pedagoga volného času. Ve třetí kapitole jsou přiblíženy pojmy aktivita a aktivizace. Téma čtvrté kapitoly je zacíleno na lidskou důstojnost, která je důležitým aspektem při prožívání spokojeného života. V páté kapitole jsem se zaměřila na analýzu lidských potřeb a jejich proměn v období senia. Nejprve jsem představila lidské potřeby v obecném měřítku a následně jsem představila pojetí potřeb A. Maslowa a M. Maxe-Neefa. Všechny kapitoly přehledové části předurčují směr praktické části práce. Jde o témata, která s prováděným výzkumem úzce korelují, neboť různými způsoby nahlížíjí oblasti spojené s uspokojováním lidských potřeb.

Rigorózní práce navazuje na mou diplomovou práci, která byla cílena na lidské potřeby ve stáří u seniorů žijících v rakouském běžném rezidenčním zařízení. Tato práce měla přinést vhled do života a potřeb běžného rakouského seniora, který tráví závěrečnou etapu života v takovémto zařízení. Měla sloužit jako obohacení a inspirace pro pracovníky v pomáhajících profesích, kteří se seniory pracují, nebo pro studenty, kteří v rámci studia vycestují do Rakouska. Rigorózní práce toto téma rozvíjí tím, že shodný výzkum je proveden v českém běžném rezidenčním zařízení a po analýze dat je provedeno vyhodnocení získaných informací. Z tohoto důvodu je v praktické části použito stejné polostrukturované interview. Záměrem bylo uskutečnit rozhovory s totožnou strukturou v podmínkách české rezidenční péče. Rozhovory s klienty byly zaměřeny na subjektivní vnímání lidských potřeb samotnými klienty domova.

V práci jsem sledovala tyto cíle:

- představit pojmy vztahující se k problematice,
- zrealizovat výzkum se shodnou strukturou a zodpovědět výzkumné otázky v České republice,
- v diskusi prezentovat pohledy z výzkumů v obou zemích.

I Přehledová část

1 Vymezení pojmů

První kapitola je věnována popisu základní terminologie vztahující se k tématu. Jedná se o vymezení pojmů stáří, stárnutí, senior. Dále je zmíněn popis změn, které nastávají v období senia, specifika seniorského věku a kvalita života.

1.1 Stárnutí

Stárnutí je přirozený proces involučních změn, který se pojí se zvýšeným výskytem nemocí a zdravotních potíží. Jedná se o celoživotní proces, na němž se podílí více faktorů a jeho projevy se stávají zřetelnějšími zhruba od přelomu čtvrtého a pátého decenia v závislosti na náročnosti prostředí, způsobu života, genetické výbavě a dalších vlivech.

Stárnutí (gerontogeneze) je zákonitý, druhově specifický, individuální proces, který probíhá se značnou interindividuální variabilitou, která je daná odlišnou genetickou výbavou, rozdílným životním stylem, různorodými životními podmínkami a chorobnými procesy.¹

Pokud hovoříme o stárnutí, můžeme je charakterizovat jako celoživotní děj, jehož průběh a proces ovlivňuje více faktorů. Nejdůležitější jsou druhově a individuálně určené genetické faktory a antecedence životního prostředí.²

Stárnutí můžeme označit jako komplex nevratných, regresivních, degenerativních funkčních a strukturálních modifikací, které přicházejí pozvolna, jsou výrazně osobité a jejich intenzita a rozsah jsou částečně podmíněny geneticky. Dále nahodilými jevy a poškozením organismu.³

Stárnutí je proces involuční a výrazně individuální, můžeme komplexně sledovat změny v několika oblastech. Jedná se o změny psychické, biologické, sociální a spirituální. Současná gerontologie se snaží chápat člověka v celostním pohledu a představuje člověka v jeho bio-psycho-socio-spirituální jednotě. Toto pojetí lidské bytosti vychází z holistické koncepce. Pro seniory je zcela zásadní udržení vlastní

¹ Srov. MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova universita, 2004. ISBN 80-210-3345-2, s. 22.

² Srov. PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8, s. 30.

³ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 20.

soběstačnosti po co možná nejdelsí dobu. S pojmem soběstačnost ve stáří je spojen pojem určující úroveň jejího zajištění.

Stárnutí mimo jiné zahrnuje důležité výzvy. Můžeme jej vidět jako duchovní poslání. Stárnoucí člověk má v tomto období několik úkolů, které je zapotřebí splnit. Jedním z nich je schopnost vyrovnat se v této životní etapě s vlastní minulostí a chybami, které udělal, tzn. přijmout sám sebe. Další úkol spočívá ve schopnosti oprostít se od věcí, které v minulých životních etapách přinášely radost, uspokojení a požitek, např. majetek, společenské postavení, zdraví, pocit určité moci, sexualita. Člověk by se měl hlouběji zabývat vlastním životem, naučit se trpělivosti nebo ji upevňovat, snažit se o pokoru, vděčnost. Dělat kompromisy, uznat změny možností, které spočívají na jedné straně ve schopnosti akceptovat určitá omezení, na druhé straně vytvářejí prostor k vyzářlému přijetí nových výzev a práci s vnitřní svobodou.⁴

V zahraniční literatuře se častěji než u nás ve spojení s průběhem a prožíváním lidského života setkáváme s výrazem „čtvrtý věk“, který popsal například americko-německý psycholog a gerontolog prof. P. B. Baltes. Vycházel přitom z koncepce WHO, která v době jeho života definovala následující období senia:

- třetí věk: od 60 let do 79 let,
- čtvrtý věk: od 80 let do 99 let,
- dlouhověkost: od 100 let výše.

V souvislosti s tímto dělením hovořil o „naději s černou páskou“, kde naději spojoval s třetím věkem a černou páskou s čtvrtým věkem.⁵

P. B. Baltes uvádí: „*Do začátku devadesátých let jsem se jako blázen honil za představou plasticity ve stáří. Pak jsem (ne bez vnitřního odporu) musel uznat, že procesy rozvoje nelze stále určovat. Stáří má své hranice.*“⁶ Popsal plasticitu, která v jeho pojetí znamená připravenost těla regulovat ztráty přicházející ve vyšším věku. Stárnutí specifikoval jako multidimenzionální a mnohosměrný proces, což znamená, že stárnutí má více aspektů (například tělesné, sociální, psychické) a není pouze o ztrátách, ale též o ziscích. Co se bude odehrávat ve čtvrtém věku, se transformuje už ve věku

⁴ Srov. SUCHOMELOVÁ, Věra. *Duchovní potřeby ve stáří*. TF JU v Č. Budějovicích, studijní materiál pro studenty stejnojmenného semináře. ISBN není, s. 4-5.

⁵ Srov. BALTES, Paul. in INSTITUT FÜR KIRCHLICHE FORTBILDUNG. *Das vierte Lebensalter*. [online], [cit. 02. 11. 2020], s. 1–5. Dostupné na WWW: <http://www.evpfalz.de/zentrum_typo3/fileadmin/user_upload/institut/Butenschoen_Campus/alter_native/Das_vierte_Lebensalter.pdf>.

⁶ BALTES, Paul. in INSTITUT FÜR KIRCHLICHE FORTBILDUNG. *Das vierte Lebensalter*. [online], [cit. 04. 11. 2020]. Dostupné na WWW: <http://www.fu-berlin.de/presse/publikationen/fundiert/archiv/2004_01/04_01_baltes/index.html>.

třetím. Například fyzická omezení a redukce smyslů, tyto změny se pomalu začínají projevovat již ve třetím věku. Na druhé straně lze hovořit o ziscích, ty spočívají ve vnitřní nezávislosti a více uvědomované bytostnosti. Ve čtvrtém věku již převažují ztráty nad zisky. Kompenzace ztrát vyžaduje čím dál tím intenzivnější pozornost a pro zvládnutí každodenního života je potřebná stále větší, až téměř všechna síla. Příprava na čtvrtý věk je mnohem těžší než příprava na předcházející fázi, ale je velmi důležitá. V průběhu života dochází k redukci biologické plasticity, člověk se stává více závislý na kulturní podpoře, ale i ta bude dále pozbývat na účinnosti v návaznosti na redukci biologické plasticity. Ve své práci se zaměřoval na výzkum celoživotního rozvoje s tématy jako inteligence, moudrost, sebekontrola, osobnost a modely úspěšného rozvoje.⁷ Tato koncepce koresponduje s nejnovějšími výzkumy, které poukazují na prodloužení délky života člověka ve dvacátém a dvacátém prvním století. V dnešní západní společnosti se člověk podle statistických údajů dožívá v průměru osmdesáti osmi let. Baltes dále představil trojnásobné stárnutí, což znamená vyšší počet seniorů, kteří žijí déle, a mezi seniory jsou dlouhověcí nejvíce rostoucí skupinou.⁸

Jeho přínos spatřuji primárně v tom, že se zasazoval o eliminování negativního náhledu na stáří a vycházel z přesvědčení, že v tzv. třetím věku nejsou zdaleka vyčerpány možnosti pro rozvoj člověka.

Každý z nás si proces stárnutí uvědomuje na základě vlastních zkušeností a schopností. U někoho probíhá pozitivně a stárnutí je přijímáno jako další neměnitelná součást života. Jsou ale tací, kteří jsou s příchodem stáří vystaveni nepříjemným pocitům negativních změn. Uvědomují si, že ztrácejí některé z dosavadních kompetencí a s tímto faktem se neumí vyrovnat. Za důležité považují uvědomění si faktu, že starý člověk není pouze „vlastníkem“ omezení, nemocí a deficitů. Studie ukazují, čím senior disponuje.

1.2 Stáří

Existuje řada pohledů na definici, co je to stáří. Kdy začíná, jaký má průběh a jaké příčiny, jaké jsou způsoby jeho přijetí. Stáří je členěno do několika etap, které jsou specifikovány, obsahují popis biologických, psychických a sociálních změn. Za senium

⁷ Paul B. Baltes. In Margret M. and Paul B. Baltes Foundation. [online], [cit. 02. 11. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://www.margret-und-paul-baltes-stiftung.de>>.

⁸ Srov. BALTES, Paul. in INSTITUT FÜR KIRCHLICHE FORTBILDUNG. *Das vierte Lebensalter*. [online], [cit. 02. 11. 2020], s. 1–5. Dostupné na WWW: <http://www.evpfalz.de/zentrum_typo3/fileadmin/user_upload/institut/Butenschoen_Campus/alter_native/Das_vierte_Lebensalter.pdf>.

je v odborné literatuře považováno období pozdního věku mezi sedmdesátým pátým a osmdesátým devátým rokem života člověka. Stáří je jednou etapou ontogeneze. Je částí životního příběhu, jehož aktérem je každý z nás. I v této etapě má své nezastupitelné místo osobnostní rozvoj a růst. Každý senior ji vnímá na základě svých životních zkušeností, znalostí, schopnosti adaptace, rodinného a sociálního zázemí, a v neposlední řadě zdravotního stavu.

Psychologický slovník definuje stáří následovně: „*Stáří je konečná etapa geneticky vyměřeného trvání života.*“⁹

S touto definicí se nelze zcela ztotožnit, neboť, přestože se jedná o poslední a terminální fázi života, je zapotřebí zohlednit další faktory, které tento proces ovlivňují.

Experti se shodují, že stáří je proces, který je involuční, probíhá s různou intenzitou v různých životních etapách a je určován více faktory. Mezi ně patří psychické dispozice, zahrnující vlastní míru adaptability, sebehodnocení, sebevědomí, rozhodnost, fyzické vlohy, zdravotní predispozice, aktuální zdravotní stav, vlastní životní styl, sociální život, a v neposlední řadě finanční zajištění.¹⁰ Existuje množství definic, které ukazují na to, že pojem stáří lze obtížně jednoznačně specifikovat. Stáří je výslednicí mnoha faktorů. Změny probíhají nerovnoměrně v závislosti na zatěžování, stimulaci a poškozování organismu.

Zde můžeme uvést názory, vysvětlení a citace pojmu stáří několika odborníků. Čevela vysvětluje stáří jako závěrečnou etapu života, kterou končí život člověka. Souhrnně ji označuje jako etapu, která je charakteristická nevratnými funkčními a strukturálními změnami, probíhajícími individuální rychlostí, zaměřením a proměnami. Výslednicí je charakteristický obraz, nazývaný fenotyp stáří, který se proměňuje v důsledku způsobu života, zdravotního stavu, životního prostředí, sociálního života, psychického stavu, genetických faktorů a míry ekonomické soběstačnosti.¹¹

V. Pacovský charakterizuje život člověka jako postup danými vývojovými životními stádii, kde každé stadium je specifické svými rysy a projevy. Ty jsou významné ve vztahu k životnímu prostředí, společnosti a individualitě jednotlivce. Stáří

⁹ HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X, s. 562.

¹⁰ Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, s. 47.

¹¹ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 19.

je posledním úsekem, souvisejícím a navazujícím na předchozí. Závěrečná fáze je poznamenána a ovlivněna předcházejícími etapami, ale stáří má navíc biologické charakteristiky, které z tohoto životního úseku činí zcela odlišné období.¹²

Podle V. Pacovského nelze říci „*Že samo stáří je nemoc*,“¹³ ale s přibývajícím věkem se snižuje počet zdravých jedinců. Senioři disponují různou úrovní zdraví. Pacovský dále zmiňuje pojem pozitivní zdraví (superzdraví), jakožto: „*Adaptabilitu, zvýšenou odolnost, dobré vyhlídky na dlouhý život*.“¹⁴

Říčan udává některé typické rysy spojené se stářím: redukovaný zájem o okolí, apatie, strach ze změn, psychická a tělesná involuce, snížení inteligence, obava z budoucnosti.¹⁵

Stáří je možné reflektovat z mnoha hledisek. Pozitivní pojetí stáří lze charakterizovat následovně. Hovoříme o něm jako o etapě, ve které člověk může dále rozvíjet svou osobnost.¹⁶

Frankl píše: „*Ve stáří je třeba si zachovat optimismus minulosti*.“¹⁷

Lidský život už od narození směřuje ke smrti, a to navzdory tomu, že první roky života se člověk vyvíjí a dospívá. Celý lidský život můžeme rozdělit do několika fází, z nichž poslední etapou je stáří. Jedna z mnoha definic charakterizuje stáří jako: „*Konečnou etapu geneticky vyměřeného trvání života*.“¹⁸

Příprava a připravenost na život v seniu je dlouhodobý proces, který by měl být chápán jako důležitá součást rozvoje každého člověka a měl by probíhat v několika formách: celoživotní, střednědobá a krátkodobá příprava na stáří. **Celoživotní** příprava na stáří zahrnuje naše aktivity provozované v průběhu života. Jsou to vzdělání, odhodlání reagovat na vlastní vývoj a změny v průběhu života, schopnost přijmout pozitivní i negativní formy chování spojené se sociálními interakcemi, využívání životních zkušeností a rozvíjení dovedností a koníčků. Klíčové postavení má rodina a harmonický vztah mezi členy užší i širší rodiny a mezi přáteli. Realizace **střednědobé**

¹² Srov. PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990., s. 29.

¹³ PACOVSKÝ, Vladimír. *Geriatricie, geriatrická diagnostika*. 1 vyd. Praha: Scientia medica, 1994. ISBN 80-85526-32-8, s. 70.

¹⁴ PACOVSKÝ, Vladimír. *Geriatricie, geriatrická diagnostika*. 1 vyd. Praha: Scientia medica, 1994. ISBN 80-85526-32-8, s. 70.

¹⁵ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-124-7, s. 331-345.

¹⁶ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 114.

¹⁷ FRANKL, Viktor, Emanuel. *Vůle ke smyslu*. 1. vyd. Brno: Cesta, 1994. ISBN 80-85139-29-21997, s. 39.

¹⁸ HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X, s. 562.

přípravy by měla započít po dovršení padesáti let a její těžiště je v umění zdravě stárnout. Zdravé stárnutí v sobě obsahuje podporu a aktivní péči o zdraví, zdravý životní styl, snahu o redukci rizikových faktorů a předcházení vzniku chorob. Zásadní je v období konce středního věku odchod do penze, který může být spojen s psychickým traumatem spočívajícím v pocitu neužitečnosti. Za prevenci závislosti ve stáří je považována fyzická a psychická činnost, znamenající vytvoření tzv. náhradních aktivit, které může senior s ohledem na vlastní zdravotní stav provozovat.¹⁹

Krátkodobou přípravu specifikuje V. Pacovský, který ji spatřuje v zajištění účelového bydlení a zajištění finančních prostředků.²⁰ V návaznosti na tuto přípravu na stáří hovoříme o třech způsobech stárnutí jedince. Stárnutí může být **obvyklé** – senior je v přiměřené kondici jako jeho vrstevníci a jeho zdravotní a funkční stav odpovídá věku a normám konkrétní společnosti. Za **úspěšné** lze považovat stárnutí v okamžiku, kdy funkční a zdravotní stav seniora převyšuje průměr, člověk je plně soběstačný a participuje na tělesných, psychických a sociálních aktivitách. **Neúspěšným** se stává stárnutí, pokud se u jedince výrazným způsobem zvětšuje oblast závislosti, objevují se předčasně nemoci spojené s vyšším věkem a funkční a zdravotní stav je celkově horší, než je v cílové skupině obvyklé.²¹

Obvyklým samozřejmým pohledem by mělo být, že je senior plnohodnotnou součástí společnosti, v níž přispěl svou činností v období aktivního života a nyní se nachází v etapě, kdy sklízí plody svého bytí. Je uznáván za to, co dokázal, je plný moudrosti, klidu a schopnosti nahlížet skutečnost z jiného úhlu pohledu. Starý člověk disponuje škálou pozitivních vlastností spojených s vyšším věkem, kupříkladu je opatrnější, trpělivější, zodpovědnější, stálejší ve svých rozhodnutích a zásadách. Starší generace je tou součástí společnosti, která nám připomíná důležitost tradic, neboť je propaguje, ztělesňuje, udržuje, dalo by se říci, že na nich lpí. Toto zosobnění tradic je velmi důležité, protože každá společnost má své hodnoty a tradice, které je zapotřebí připomínat a ctít. Druhý pohled však hovoří o využívání seniorů, o špatném zacházení a neúctě ke starým lidem. Obecně můžeme říci, že je důležité, aby byla ve společnosti zachována rovnováha mezi povinnostmi a právy člověka. Každý člen společnosti

¹⁹ Srov. ČELEDOVÁ, Libuše; ČEVELA, Rostislav a kol. *Člověk ve zdraví i v nemoci*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3828-7, s. 484–485.

²⁰ Srov. PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8, s. 55–57.

²¹ Srov. MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova universita, 2004. ISBN 80-210-3345-2, s. 33–34.

by měl být k těmto právům i povinnostem veden a vychováván. Pouze tak lze zajistit člověku důstojné a hodnotné stáří.

1.2.1 Charakteristika stáří

Vzhledem k různorodým změnám, faktorům a projevům stáří je můžeme jen těžce vymezit a členit. Kalendářní věk není jediným kritériem. Obvykle rozlišujeme věk kalendářní, sociální, funkční a psychický.

1.2.1.1 Kalendářní věk

Kalendářní věk je nejčastější charakteristikou periodizace lidského života. Ačkoliv se jedná o velmi explicitní výraz, mnoho údajů nepřináší. Jde pouze o chronologické vyjádření délky života konkrétního jedince od narození do doby měření. Stáří je pak určitým vymezeným obdobím v životě člověka. Nepřináší žádné další konkrétní údaje o jedinci. Z této charakteristiky je možné vyvodit pouze obecné, statistické údaje. Vzhledem k prodlužujícímu se věku stárnoucí generace a stoupající úrovni zdravotnictví se posouvá věková hranice počátku stáří.

Z pojetí B. L. Neugartenové je odvozeno současné členění stáří:

- mladí senioři: 65–74 let, v této etapě se senioři zabývají možnostmi seberealizace, naplněním volného času, aktivitami,
- staří senioři: 75–84 let, zde se do středu zájmu dostávají problémy spojené s nemocemi, osamělostí, adaptací, sníženou schopností tolerance zátěže,
- velmi staří senioři: 85 let a více, v této fázi vyvstává problematika zabezpečení a míry soběstačnosti jedince.²²

Především v zahraniční literatuře se můžeme setkat s termínem „čtvrtý věk“ v životě člověka. Vymezení tohoto pojetí je následovné:

- třetí věk (od 60 let života),
- čtvrtý věk (od 80 let života),
- dlouhověkost (od 100 let výše).²³

Toto dělení vychází z výzkumů, které ukazují, jak se navyšuje průměrná délka života člověka ve dvacátém a jedenadvacátém století. V dnešní západní průmyslové

²² Srov. KALVACH, Zdeněk. *Geriatric a gerontologie*, 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, s. 47.

²³ Srov. INSTITUT FÜR KIRCHLICHE FORTBILDUNG. *Das vierte Lebensalter*. [online], [cit. 02. 11. 2020], s. 1-2. Dostupné na WWW: <http://www.evpfalz.de/zentrum_typo3/fileadmin/user_upload/institut/Butenschoen_Campus/alter_native/Das_vierte_Lebensalter.pdf>.

společnosti má před sebou osmdesátiletý člověk v statistickém průměru dalších osm let života.

Je zřejmé, že seniorská populace se bude dále navyšovat. Na tuto situaci je zapotřebí reagovat. Je nutné zaobírat se komplexní problematikou seniorů, aby byli staří lidé v budoucnu vybaveni dostatečnými kompetencemi pro hodnotné prožívání této životní etapy.

1.2.1.2 Psychický a sociální věk

Vedle kalendářního věku hovoříme také o psychickém a sociálním věku. Psychický věk vychází ze subjektivního vnímání života. Odráží psychický stav jedince. Je výrazně ovlivněn dvěma faktory. Prvním faktorem jsou biologické vlivy, druhým vlivy sociální. V průběhu života se proměňuje míra biologických a sociálních vlivů, ubývají biologické vlivy a zvýrazňují se vlivy sociální. Psychické stáří je do značné míry ovlivněno individuálními osobnostními rysy. Všechny změny, které se odehrávají v průběhu života, se týkají celé osobnosti jedince a vycházejí z jeho charakteristik. Těmi jsou schopnosti, znalosti, vědomosti, temperament. Dále k tomu přistupují zkušenosti a učení.²⁴

Sociální věk zahrnuje různé úseky celého života jedince, které jsou provázány se zásadními změnami. Život člověka je z tohoto hlediska dělen do několika fází, tzv. sociální periodizace. *První věk* je nazýván před-produktivní. Je to období dětství a mládí, pro které jsou charakteristické vzdělávání, příprava na profesní život, nabývání zkušeností. *Druhý věk* (produktivní) je etapou dospělosti, biologické, sociální a ekonomické produktivity. *Třetí věk* (postproduktivní), doba odpočinku, snižování zdatnosti, osobnostního rozvoje. Je vhodné využít zaměření na seberozvoj, využít koncept celoživotního učení, studium na univerzitách třetího věku a aktivní účast na společenské participaci. *Čtvrtý věk* (možná závislost) je doba, která je spojena s vysokou pravděpodobností nesoběstačnosti, důležité je využít koncept úspěšného stárnutí.²⁵

²⁴ Srov. FARKOVÁ, Marie. *Úvod do psychologie dospělých (Cesty a křižovatky životního vývoje)*. Praha: VŠJAK, 2002. ISBN 80-7048-046-7, s. 7-8.

²⁵ Srov. KALVACH, Zdeněk. *Geriatric a gerontologie*, 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, s. 47.

1.2.1.3 Funkční věk

V době, kdy ze všech médií zaznívají reklamy na aktivní stárnutí a přinášejí pohled na zářící, roztančené, pohybově velmi činné a usmívající se seniory, považují za přínosné tuto skupinu z hlediska funkčnosti blíže specifikovat.

Seniorskou populaci nelze považovat za homogenní skupinu. Už z hlediska věkového rozpětí, které zahrnuje dobu od šedesáti pěti do sto deseti let, nemůžeme seniory unifikovat. Členění je možné dle různých kritérií. Kritériem může být věk, životní styl, vzdělání, místo bydliště, ekonomické podmínky, životní zkušenosti, žebříček hodnot, zájmy. V neposlední řadě hraje významnou roli osobnost každého člověka.

Funkční věk lze jinak pojmenovat jakožto věk skutečný. Odpovídá funkčním možnostem člověka. Jeho charakteristikou je, že ukazuje faktický rozsah psychických, biologických a sociálních zdatností a úroveň soběstačnosti jednotlivce. V první řadě se jedná o involuci neboli stárnutí organismu, dále to mohou být různé nemoci a sociální vlivy. Ve velkém procentu případů se zásadně odlišuje od kalendářního věku. Pokud bychom chtěli hovořit o potřebách a zájmech seniorů, jedná se o **tzv. funkční stav**. Na jeho základě pak existuje několik skupin seniorů: *elitní* – tito senioři mohou podávat vysoké výkony i v pozdním věku; *zdatní* – jsou schopni žít v namáhavém prostředí a také v tomto prostředí provádět obtížné aktivity; *nezávislí* – tento typ seniorů je zmocněn k běžným denním aktivitám, problém nastává při neočekávaných obtížích, protože disponují nižším stupněm rezerv; *křehcí* – tito senioři trpí špatným zdravotním stavem, je u nich vysoké riziko dekompenzace aktuálního stavu a potřebují včasné intervence; *závislí senioři* – mají špatný zdravotní stav a potřebují pomoc další osoby nebo jsou zařazeni do systému dlouhodobé péče; *zcela závislí senioři* – jedná se o skupinu trvale imobilních seniorů, kteří potřebují nepřetržitou péči a dohled a do popředí se u nich dostává potřeba podpory důstojnosti; *umírající* – jde o skupinu seniorů v terminální fázi života, kde jádrem péče je tišení bolesti a symptomů nemoci, příprava na odchod.²⁶

Funkční stav se může lišit u stejně starých jedinců a bývá ovlivněn více aspekty. Při hodnocení funkčního stavu u seniorské populace je měřítkem disabilita (neschopnost způsobená následkem zdravotního postižení trvajícího dlouhou dobu). Disabilita může

²⁶ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 29.

vzniknout z více důvodů. Proto rozlišujeme disabilitu, která vzniká v důsledku nemoci, úrazu, nebo jako důsledek více onemocnění – tzv. příčinná disabilita. Podle typu postižení můžeme diferencovat tělesnou, psychickou, smyslovou nebo kombinovanou disabilitu. A pokud nazíráme disabilitu prostřednictvím dynamiky, dělíme ji na nenadálou disabilitu nebo pomalu se zhoršující.²⁷ V současné době se díky pokroku v medicíně daří řadu dříve smrtelných nebo závažných nemocí léčit. Tím dochází ve vyspělých státech ke zlepšování zdravotního stavu. Ve stáří ubývá těžkých závažných onemocnění, ale na druhé straně přibývají lehčí nemoci. Přesto můžeme kvalifikovat deset současných determinant těžké disability, tedy nemohoucnosti. Jsou to multikauzální geriatrické syndromy, syndrom demence, geriatrická křehkost, makulární degenerace sítnice, vedlejší účinky léků, ateroskleróza, diabetes melitus, poruchy výživy a osteoartróza.²⁸ Uvedené příklady mohou vést čtenáře k hlubšímu zamyšlení a preventivním opatřením v mladším věku a v případě zacílení na seniory k pochopení jejich situace a široké škály možných problémů.

1.3 Specifikace seniorské populace

Kdo je senior a co určuje jeho spokojenost? Jaké jsou specifické projevy stárnutí? Těmto tématům je věnována následující kapitola.

1.3.1 Senior

Obecně lze říci, že senior je člověk, který ukončil aktivní pracovní etapu života a dosáhl důchodového věku, tedy šedesáti nebo šedesáti pěti let. V návaznosti na výrazně delší dobu života člověka se posouvá věková hranice počátku stáří a také se zásadně proměňuje jeho možný průběh. Osobně bych seniora popsala jako člověka s hlubokou životní historií, disponujícího velkou moudrostí, ochotou naslouchat, stálostí v úsudku, schopností hrát si a užívat život. Je to osobnost, která má chuť tvořit, realizovat se, učit se novému, ale potřebuje to činit v jiném režimu.

Jeden z pohledů na současnou periodizaci stáří vychází z pera B. L. Neugartenové, jejíž pohled představuje Z. Kalvach ve své knize a klasifikuje seniory následovně:

- mladí senioři: 60 až 74 let, v tomto období se senioři zabývají možnostmi seberealizace, naplněním volného času, aktivitami,

²⁷ Srov. ČELEDVÁ, Libuše; KALVACH, Zdeněk; ČEVELA, Rostislav. *Úvod do gerontologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3404-3, s. 49–52.

²⁸ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 118.

- staří senioři: 75 až 84 let, v centru zájmu jsou v této době problémy spojené s nemocemi, osamělostí, adaptací, sníženou schopností tolerance zátěže,
- velmi staří senioři: 85 let a více, v tomto stádiu se do popředí dostává problematika zabezpečení a rozsahu soběstačnosti jedince.²⁹

Senioři jsou velmi početnou sociální skupinou, kterou lze nejlépe charakterizovat její heterogenitou. V návaznosti na délku života současného člověka v důchodovém neboli seniorském období, které je dáno rozmezím mezi šedesátým rokem života do sto deseti let, nemůžeme seniory unifikovat. Senioři se od sebe zásadně diferencují v návaznosti na věk, rodinné zázemí, dostupnost péče, zajištění sociálních interakcí, zajištění sociální a lékařské pomoci. Dále zde hraje roli ekonomická situace vlastní i jejich rodiny, její velikost a status, úroveň dosaženého vzdělání, vykonávaná profese, druhy vykonávaných volnočasových aktivit, míra přípravy na stáří, schopnost adaptace na nové životní situace a v neposlední řadě vlastní žebříček hodnot.

Pokud bychom měli vyjmenovat a sepsat silné stránky seniora, musíme začít u moudrosti. Moudrost v sobě zahrnuje vědomí propojení ctností a vědění a dále schopnosti vytvářet je v každodenním životě. Dále sem náleží rovněž schopnost vyjádření a bohatost používání jazyka, odborné znalosti a sociální kompetence. Velmi rozvinutá je emocionální inteligence. Ta spočívá ve schopnosti seniorů pochopit příčiny různých pocitů, jako jsou nenávisť, láska, strach a vytvářet strategie umožňující tyto pocity zvládat a pozitivně ovlivňovat. Dalším rozměrem starého člověka je umění péče o sebepojetí a životní spokojenost. Navzdory zmenšujícímu se počtu přátel a zmenšujícímu se poloměru dosažitelného okolí a různým tělesným omezením je starý člověk schopen tyto deficity vybalancovat a udržet si pozitivní obraz vlastního života. Senior je schopen regulovat subjektivní blaho tak, že svá očekávání přizpůsobuje životní realitě.

Tato seberegulace se nazývá adaptivní plasticita vlastního já. Jedná se o tři součásti teorie selektivní optimalizace. První částí je selekce, druhou optimalizace a třetí kompenzace.³⁰

Seniorská populace se přes řadu společných aspektů vyznačuje výraznou heterogenitou. Ta je daná různou úrovní soběstačnosti, schopností, subjektivních potřeb

²⁹ Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, s. 47.

³⁰ Srov. Freie Universität Berlin. BALTES, Paul. *Das hohe Alter*. [online], [cit. 02. 11. 2020]. Dostupné na WWW: <http://www.fu-berlin.de/presse/publikationen/fundiert/archiv/2004_01/04_01_baltes/index.html>.

a nároků. Za základní podmínku při nahlížení seniorů považují zachování jejich jedinečnosti, originality, způsobu života a individuální přístup ke každému jedinci. Lze vysledovat rozvoj přístupu k pochopení stárnoucí populace.

Znamé koncepce psychologů, lékařů a gerontologů jsou obohaceny o další dimenzi, kterou je sledování a popis stáří jako sociologického jevu. Sociologické stárnutí v sobě kombinuje fyzický, psychický a sociální rozměr. Při hodnocení variability seniorského života je zásadním ukazatelem již jmenovaný funkční stav. Ten v sobě zahrnuje skutečné rozpětí bio-psycho-socio-spirituálních schopností a míru soběstačnosti každého člověka.

Dále hovoříme o novém fenoménu: *šedivění populace*. Jedná se o charakteristiku novodobé industriální společnosti, která je dána nižším počtem dětí a delším dožitím. Na druhé straně je velmi variabilní v ohledu na ekonomické, politické a sociální možnosti.³¹

1.3.2 Kvalita života

Kvalita života ve stáří je spojována s dosažitelnou mírou spokojenosti a hodnotnou saturací potřeb. Kvalita života je důležitým hlediskem určujícím hodnotu života seniorů. Je řada aspektů, které ve svém důsledku mají vliv na úroveň života v období senia.

Tyto determinanty dělíme do dvou oblastí. První oblast jsou **nepřímé determinanty**, jejichž účinek lze vidět nepřímo nebo z obecného hlediska. Jedná se například o hodnotový žebříček jedince, kulturu společnosti, tradice, obecné společenské hodnoty, vyspělost společnosti nebo politický systém, sociálně ekonomickou úroveň a další. Druhou oblastí jsou **přímé** (člověka ovlivňují bezprostředně) determinanty; řadíme sem způsob života, genetické vloh, ekologické aspekty, dosažitelnost péče a kvalitu zdravotnických služeb. Ve stáří se tyto determinanty různě prolínají a spoluutvářejí úroveň kvality života.³²

Kvalitní život se v současné době stává centrálním pojmem více vědeckých disciplín. Jde o pojem mezioborový, zahrnující zkoumání například z medicínského, ekonomického, sociologického, politického nebo psychologického hlediska.

Dragomirecká charakterizuje pojem následovně: „*Kvalita života může zahrnovat charakteristiku přírodního a sociálního prostředí člověka, jeho fyzický a psychický stav,*

³¹ Srov. ČELEDVÁ, Libuše; ČEVELA, Rostislav a kol. *Člověk ve zdraví i v nemoci*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3828-7, s. 476.

³² Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*, 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 66-67.

otázky smyslu a užitečnosti života i subjektivní hodnocení života v pojmech osobní pohody a spokojenosti.“³³

V Psychologickém slovníku je pojem kvalita života popisován z několika hledisek. Obecné stanovisko vyjadřuje životní kvalitu jako projev zažívání životního štěstí a obecným atributem jsou soběstačnost a mobilita. Psychologický pohled preferuje psychickou harmonii a seberealizaci neboli úroveň spokojenosti s vlastním životem. Lékařský pohled spočívá v nazírání a uvědomování vlastního omezení a života s ním.³⁴

Kvalita života je to, jak jedinec vnímá své postavení ve světě, v kontextu kultury a hodnotových systémů, ve kterých žije, a ve vztahu k jeho cílům, očekáváním, životnímu stylu a zájmům. V současnosti probíhá detailní analýza nejenom kvality života, ale také osobní pohody a štěstí.

Odborníci hovoří o dvou základních pohledech:

- subjektivní kvalita,
- objektivní kvalita života.

Subjektivní kvalita označuje vlastní spokojenost se životem a duševní pohodu. Při objektivní kvalitě života jsou důležité parametry týkající se splňování nároků spojených s fyzickým zdravím, s materiálními a sociálními životními podmínkami.³⁵

V Centru pro podporu zdraví v Torontu byl sestaven Model kvality života. Vychází z holistického pojetí a zahrnuje tři fundamentální oblasti, které jsou podrobně specifikovány. První oblastí je **být**. Ta blíže určuje osobnostní profil člověka a zahrnuje fyzické bytí – do něho patří pohybové aktivity, zdraví, strava, oblékání a péče o vlastní tělo. Druhou součástí je psychologické bytí, v němž se hodnotí duševní zdraví, pocity, vnímání, sebeovládání a sebeúcta. Ve třetí dimenzi – spirituálním bytí – posuzujeme člověka a jeho postoj k víře, jeho smýšlení a hodnoty, které uznává. Druhou škálou je **náležet**. Ta je charakteristická vztahem k určitému prostředí. Opět se jedná o tři náhledy. První je fyzická náležitost k domovu, komunitě, sousedství, škole a pracovišti. Dále se jedná o sociální blízkost s rodinou, přáteli a užším kruhem spolupracovníků a sousedů, mezi kterými vztah přešel do osobní roviny. Skupinová blízkost se týká pracovních šancí, adekvátního finančního ocenění, zdravotních služeb, sociálního

³³ DRAGOMIRECKÁ in ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 199.

³⁴ HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X, s. 284.

³⁵ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4., s. 198-199.

zajištění, vzdělávání, trávení volného času a společenských interakcí. Třetí doménou je **realizovat se**, ta zahrnuje dosahování osobních cílů, ambice, úsilí. Realizace praktická se skládá z domácích činností, placených činností, školních a zájmových činností, starosti o zdraví a společenského začlenění. Realizace volného času spočívá v odpočinkových aktivitách snižujících stres a růstová realizace je cílena na schopnost přizpůsobení novým situacím a aktivitám vedoucím k rozvoji dovedností, schopností a znalostí. Člověk prostřednictvím výše uvedeného modelu může posoudit míru kvality vlastního života.³⁶

Tento model lze podle mého názoru využít v sociálních službách a jeho prostřednictvím nahlížet potřeby různých skupin nebo osob, i přes skutečnost, že vnímání kvality života je specificky individuální. Kvalita života úzce souvisí s uspokojováním potřeb a s hodnotovým žebříčkem každého člověka. Osobnost podléhá v průběhu celého života změnám spojeným s osobním vývojem a rozvojem. Důležitou roli hrají determinanty, jako je zdraví, spokojenost, materiální podmínky a jiné.

Pokud se zabýváme problematikou života ve vyšším věku, hovoříme v současnosti o konceptu aktivního/úspěšného stárnutí. Ten je postaven na skutečnosti, že se významně prodlužuje délka života. Podílí se na tom více aspektů, například úroveň zdravotní péče nebo kvalitnější podmínky k životu. Stárnutí populace nemusí být nahlíženo negativně. Vzhledem k tomu, že se jedná o proces zahrnující důležité prvky spojené s pozdějším penzionováním nebo vyšší aktivitou v seniui, lze tento potenciál zužítkovat v současné společnosti. Světová zdravotnická organizace (WHO) reflektovala tuto situaci a v devadesátých letech dvacátého století představila **koncept aktivního stárnutí**. Tato koncepce zahrnuje jak jednotlivce, tak sociální skupiny ve společnosti. Těžiště modelu spočívá v mezigenerační soudržnosti působící pozitivně na psychiku jednotlivců. Model aktivního stárnutí je postaven na třech pilířích: **zdraví, bezpečnosti a participaci**. To znamená prostřednictvím profylaxe omezit vznik a vzestup chronických nemocí, zabezpečit důstojnost, její dodržování a zajistit seniorům pocit bezpečí. Participace spočívá ve vybudování podmínek pro možnost celoživotního vzdělávání včetně správné motivace. WHO se zaměřuje na podporu sociálních interakcí, společenských kontaktů a rozvíjí koncepce cílené na zlepšování tělesného a duševního zdraví. Cílem je zlepšit kvalitu života seniorů. Prostřednictvím koncepce aktivního stárnutí lze působit na seniorskou populaci a sledovat posun v chování,

³⁶ Srov. ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7, s. 31-32.

kdy tato skupina bude aktivně přistupovat k prožívání vlastního života, namísto stagnace nebo pasivního přijímání.³⁷

Na mezinárodní úrovni se vedle výše zmiňované WHO tématem seniorské populace zabývá také OSN. Doporučení na úrovni OSN jsou formulována definováním priorit a stanovením univerzálních zásad. V sedmdesátých letech dvacátého století byla seniorům věnována pozornost pouze okrajově. V roce 1978 OSN naplánovala na rok 1982 konání světového shromáždění o stárnutí, kde byl připraven mezinárodní program aktivit cílený na ustanovení záruk ekonomického a sociálního zajištění starších osob včetně jejich rozvoje. Výsledkem byl schválený program: *Mezinárodní plán ke stárnutí*, obsahující sto osmnáct bodů a šedesát dva doporučení. Tento plán je kontinuálně evaluován. V následujících letech byly do programu zakomponovány změny odrážející aktuální doporučení. V roce 1991 odsouhlasilo Valné shromáždění *Zásady OSN pro seniory*. Cílem bylo pobídnout jednotlivé státy k přijetí následných principů do jejich národních programů. Obsahem jsou:

- princip nezávislosti – zajištění kvalitní stravy, péče o tělo, péče, a to, jak vlastní pomocí a příjmem, tak rodinou a komunitní pomocí,
- participace,
- seberealizace,
- zabezpečení,
- důstojnost.³⁸

Koncept úspěšného stárnutí si můžeme představit jako prostředek pro delší a kvalitnější život. Vznikal, jak už jsem uvedla, napříč státy, je stále aktualizován a jeho základní princip spočívá v pozitivním ovlivňování zdravotního a funkčního stavu stárnoucích osob a v udržení dlouhodobé nezávislosti. Východiskem konceptu úspěšného stárnutí je fakt, že zdravotní a funkční stav seniorů je podmíněn okolnostmi, které lze do určité míry usměrnit. Výsledkem je redukce chorob ve stáří a ochrana kvality života a soběstačnosti co možná největší části seniorů. Podstatnými faktory jsou:

- zákonitě biologické involuce,
- podmínky života,
- přítomnost nemocí,
- způsob života,

³⁷ Srov. ČELEDVÁ, Libuše; ČEVELA, Rostislav a kol. *Člověk ve zdraví i v nemoci*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3828-7, s. 477-480.

³⁸ Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0, s. 12-17.

- způsob prožívání a posuzování vlastní situace.³⁹

Americký vědec Ch. Murray ve své práci popsal čtyři antecedence, které jsou důležité pro člověka, aby se ve svém životě cítil šťastný, spokojený a mohl pokládat vlastní existenci za smysluplnou.

Jsou to:

- pevná rodina nebo sociální komunita,
- náboženství nebo filosofie,
- přátelé,
- práce – ta by měla člověku přinášet radost a uspokojení.

Materiální zajištění je v tomto pojetí prostředkem k životu, jaký si představujeme. Ve své práci podotýká, že pokud budeme chtít kteroukoliv z těchto podmínek kompenzovat prostřednictvím náhradních plánů nebo sociálních programů, nepovedou tyto strategie k očekávanému výsledku.⁴⁰

Pojem kvalita života spojujeme také s potřebami terminálně nemocných pacientů. Tuto kvalitu můžeme označit jako měřítko adekvátní terminální péče. Kritérii kvalitního života jsou například životní zadostiučinění, výkonnost, nepřítomnost bolesti, dostatečná úroveň samostatnosti, schopnost naplňovat společenské role, participovat na činnostech týkajících se rodinného, pracovního a společenského života, spokojenost a to, jak nemocný člověk vnímá zdraví.

Vedle obecných kritérií pro dosažení kvality života jsou podle J. Křivohlavého zásadními faktory zralost, výdrž a zdatnost, s kterými se klient přizpůsobuje těžké situaci. Dále je to jeho schopnost zvládnání krizí v průběhu celého života, pozitivní nazírání na smysl života, rodinná soudržnost, pozitivní sociální interakce, možnost sdílet své obavy s někým, kdo naslouchá a partnerský vztah s lékařem založený na vzájemné úctě, otevřenosti a důvěře. Situaci ulehčuje příklad pozitivního vzoru (někdo jiný tuto chorobu zvládl). V neposlední řadě tuto těžkou životní situaci usnadňuje společnost nebo doprovázení jiné osoby, která se transformuje do role rádce, posluchače, průvodce a společníka. Pokud shrneme faktory ovlivňující kvalitu života

³⁹ Srov. MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova universita, 2004. ISBN 80-210-3345-2, s. 33-34.

⁴⁰ Srov. ČELEDOVÁ, Libuše; ČEVELA, Rostislav. *Člověk ve zdraví i v nemoci*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3828-7, s. 483.

v okamžiku vážného onemocnění a následné redukce její kvality, můžeme za klíčový parametr pro okolí klienta považovat umění a ochotu nemocnému naslouchat.⁴¹

Každý jedinec, pokud bude mít štěstí, zestárne. Lidský organismus následkem involučních změn začne v průběhu života zhoršovat své funkce. Bude se proměňovat zdatnost organismu a jeho adaptabilita. Každý jednatel je sám zodpovědný za kvalitu svého života a může vlastním zodpovědným přístupem přispět k úspěšnému stárnutí a smysluplnému prožití stáří. Determinantami ovlivňujícími průběh a vývoj po celý lidský život jsou genetická vybavenost, životní styl, aktivity, připravenost na změny, míra adaptability, celoživotní rozvoj dovedností, koníčků a dostatek společenské interakce. Významnou roli hraje rodina a harmonický vztah mezi všemi členy. Udržování stabilních rodinných vztahů výrazně ovlivňuje pocity staršího člena rodiny a jeho vnímání vlastní životní situace. Neméně významným aspektem je rovněž správná životospráva, která má být úměrná aktivitě.

1.3.3 Fyziologické změny ve stáří

Fyziologické změny se týkají biologického stárnutí organismu. Tělesná involuce postihuje celý organismus. Důležité je zdůraznit, že každý jedinec stárne svým tempem a také jsou různou mírou postihovány části a orgány lidského těla. Stáří je specifické zhoršením celkového zdravotního stavu a polymorbiditou (člověk trpí více nemocemi zároveň). Průběh onemocnění bývá charakteristický větším sklonem ke komplikacím a často také přechází do chronické podoby. Změny lze členit podle toho, kterých částí organismu se týkají. Systematické dělení zahrnuje změny pohybového, kardiovaskulárního, trávicího, vylučovacího, nervového, kožního systému a smyslových orgánů.

Změny *pohybového systému* jsou velmi patrné na celém trupu. Vzhledem k sesedání páteře, úbytku chrupavky a kostní tkáně dochází k ohýbání páteře a výslednému hrbení. Kostí jsou křehčí, čímž vzniká vyšší riziko zlomenin. Ochabování svalové hmoty s sebou přináší snížení pružnosti, výkonnosti a výdrže. Starý člověk se pohybuje pomaleji, má obavu z pádu a nezvládání každodenních aktivit. Fyziologické změny se v důsledku toho prolínají se změnami psychickými a sociálními. Senior na základě fyziologických omezení trpí pocity méněcennosti a sníženým sebehodnocením, což může vyústit v narůstající úzkost a další snižování pohybové

⁴¹ Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Vybrané kapitoly z geriatric a medicíny chronických stavů*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1995. ISBN 80-7184-001-7, s. 191-192.

aktivity. Omezením pohybu dochází k sociální izolaci. Změny *kardiovaskulárního systému* jsou patrné především při námaze, jelikož se snižuje výkon plic a srdce. Typická je dušnost, rychlá únava. Srdce není schopno kompenzovat zvýšenou zátěž. Zhoršuje se elasticita cév a normální hodnota hladiny krevního tlaku.

V *trávicím systému* dochází ke zhoršování funkce všech složek. Orgány přestávají plnit svou úlohu, typická je redukce výkonu celého trávicího traktu. Zhoršená peristaltika společně se sníženým příjmem tekutin může vyústit v chronickou zácpu. Úbytek trávicích šťáv vede k pomalejšímu zpracování potravy. Nejvíce nepříjemnou změnou týkající se *vylučovacího ústrojí* je zmenšená pružnost močového měchýře a svaloviny, která vede k úniku moči a inkontinenci. Pro *pohlavní orgány* je typický pokles pohlavní aktivity, muži trpí zvětšením prostaty a sníženou potencí, u žen nastává klimakterium. *Kůže* ztrácí elasticitu, redukovaná funkce mazových žláz vede k vysušování pokožky a také ke zvýšené tvorbě vrásek. Pro kůži je typická pigmentace (stařecké skvrny), vlasy v důsledku odumírání pigmentových buněk ve folikulech mění barvu na šedou až bílou a mají slabší strukturu.⁴²

Kalvach hovoří ve spojení s tělesnou involucí o tzv. fenotypu stáří. Fyziologické změny jsou přes obecný charakter příznačné individuálním průběhem, rozpětím a intenzitou. Nejvýraznější jsou změny tělesné výšky (dochází ke snižování meziobratlových plotének), chůze (zpomalení), zvyšování tělesné hmotnosti (ubývá tělesná hmota, zvyšuje se tělesný tuk), následkem hormonálních změn se proměňuje podoba obličeje, involuce postihuje smyslové orgány a typická je sarkopenie (snižování svalové hmoty, síly, funkce), vedoucí ke zhoršení mobility.⁴³

Říčan úbytek tělesných tkání shrnuje do následujících změn: dochází ke zmenšování funkčních tkání v orgánech lidského těla, tvorbě vrásek, otokům dolních končetin, zhoršuje se elasticita kůže, snižuje se vitální kapacita plic, rozvíjí se světloplachost, nedoslýchavost, nemoci očí, kardiovaskulární a další choroby.⁴⁴

1.3.4 Psychické a sociální změny ve stáří

Vedle fyziologických změn jsou neméně důležité změny v psychickém stavu člověka. Nastupují s různou intenzitou a různou rychlostí. Mění se především oblast kognitivních

⁴² Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5, s. 402-405.

⁴³ Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, s. 99-102.

⁴⁴ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-124-7, s. 333-336.

funkcí, paměti, inteligence a emocí. Porucha kognitivních funkcí, intelektu a emocí je ve stáří často spojena s duševním onemocněním – demencí.

V oblasti *kognitivních funkcí* dochází ve stáří ke zhoršení zpracovávání informací. Klesá schopnost přesně zaznamenat informace, uložit je nebo si je vybavit. To vede ke snížené funkci paměti. Výrazný je pokles komplexity uvažování. Staří lidé neovládají koordinaci více kognitivních funkcí současně. Důsledkem je redukce schopnosti orientace v komplikovaných životních situacích. Zmenšuje se také chuť učit se novým věcem. Dále lze rovněž pozorovat poruchy myšlení, pozornosti a fantazie.⁴⁵ Pokud se obecně snažíme pozitivním způsobem hodnotit stáří, mnoho lidí napadnou pojmy jako moudrost, životní zkušenosti, klid, rozvaha. Na druhou stranu jsou obecně senioři ve společnosti hodnoceni výrazy jako pomalu myslící, nechápající a lehce manipulovatelní.

Další dílčí změna se týká *inteligence*. Inteligence člověka se v průběhu života mění. Není statická ani jednou pro vždy pevně daná. Jedním z mnoha různých členění inteligence je inteligence fluidní a krystalická. Pro jejich stručnou charakteristiku můžeme použít příměr, kdy první znamená důvtip a druhá moudrost.

Fluidní inteligence obsahuje schopnost řešit nové problémy, krystalická inteligence umožňuje schopnost používat a aplikovat vědomosti a znalosti, získané v průběhu života. Fluidní inteligence s věkem klesá, což zapříčiňuje nižší míru flexibility a horší průběh zpracování a ukládání informací u starého člověka. Krystalická inteligence zůstává do značné míry zachována a je redukována v menší míře, než je tomu u inteligence fluidní.⁴⁶

Ve stáří je pro starého člověka charakteristická modifikace *emočních prožitků*. Senior se snaží udržet přijatelnou míru svých emocí. Realizuje to snižováním významu určitých nepříjemných podnětů a ovlivňováním chápání situací tak, aby pro něho byly přijatelné. Může to znamenat omezení kontaktu s okolím, kde by mu hrozila konfrontace se skutečností, protože usiluje o udržení pocitu vlastní přijatelné pohody.⁴⁷

Duševní involuce se týká změn podložených věkem a změn určených duševní nemocí. Změny jsou patrné ve více oblastech. Dochází k redukcí aktivity mozkových buněk vedoucí ke zpomalení psychických funkcí, zhoršuje se tolerance ke změnám,

⁴⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5, s. 407-410.

⁴⁶ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5, s. 407-408.

⁴⁷ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5, s. 410.

snižuje se inteligence, klesá chuť k sociálním interakcím, osobnost člověka prochází proměnami, objevuje se podezíravost a rozvíjí se negativní emoční ladění.⁴⁸ Říčan psychickou involuci souhrnně popisuje jako: „*Demontáž osobnosti*“ a proces stárnutí spojuje se: „*zjednodušováním osobnosti*.“⁴⁹

Psychické změny ve stáří často korespondují se vznikem psychické nemoci či poruchy. Nejčastější nemocí ve stáří je *demence*. Jedná se o závažné degenerativní onemocnění mozku. Mezi charakteristické symptomy patří snižování kognitivních, rozumových, komunikačních schopností a dovedností. V průběhu nemoci dochází k redukci kompetencí a ztrátě paměti. Nejprve dochází k poruše krátkodobé paměti, která je provázena neschopností vybavování a ukládání aktuálních informací. S postupem času dochází k poruše dlouhodobé paměti a ztrátě starších informací uložených v mozku. Demenci můžeme podle příčiny vzniku dělit na primární a sekundární. Primární demence vzniká následkem přímého poškození mozku. Může se jednat o atroficko-degenerativní formu (Alzheimerova nemoc) nebo vaskulární demenci (mozkové infarkty). Příčinami sekundární demence mohou být jiné choroby, trauma mozku, infekce a další. V průběhu onemocnění dochází k rozkladu osobnosti jedince.

V současnosti patří demence k nemocem s obrovským nárůstem případů v návaznosti na vyšší věk. V roce 2015 bylo na světě přibližně čtyřicet sedm miliónů osob postižených demencí. V České republice žije podle zprávy z roku 2015 přibližně sto čtyřicet tisíc lidí s diagnostikovanou demencí.⁵⁰

Podle Čevely je demence souhrnem symptomů, pro které je typické snižování kognitivních funkcí mozku. Dochází k redukci myšlení, uvažování, schopnosti učení, komunikace a paměti. Postižení kognitivních funkcí doprovází další příznaky, například porucha chování, motivace, emocí, spánku, úzkost. Demence je progresivní a chronické onemocnění, pro které je charakteristická proměnlivost stavu.⁵¹

Sociální změny ve stáří zahrnují změny, které se týkají sociálního života. Konkrétně můžeme změny vyčíslit jako: odchod z aktivního pracovního života, změna statusu člověka, změny sociálních rolí, změna životního stylu, změna ekonomické

⁴⁸ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-124-7, s. 337-340.

⁴⁹ ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-124-7, s. 339.

⁵⁰ Srov. Česká alzheimerovská společnost. [online]. [cit. 20. 11. 2020]. *Výroční zprávy*. Dostupné na WWW: <<http://www.alzheimer.cz/cals/vyrocní-zpravy/>>.

⁵¹ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Lucie. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 135-136.

životní úrovně, ovdovění, ztráta perspektiv, veteránství – zastarávání vědomostí a snížená úroveň soběstačnosti.⁵²

1.3.5 Spiritualita ve stáří

Téma spirituality je v životě člověka (potažmo seniora) velmi klíčové. Přes tuto skutečnost lze říci, že česká společnost spiritualitu považuje za intimní věc, o které se ve společnosti příliš nemluví. Jedním z možných vysvětlení je přerušování kontinuity křesťanského života po roce 1948 v tehdejším Československu a následná sekularizace české společnosti.

V dnešní době na člověka nahlížíme v jeho bio-psycho-socio-spirituální jednotě. Spirituální stránka člověka je po celý život jeho neodlučitelnou součástí. Co se v průběhu života mění, je intenzita neboli hloubka tohoto rozměru. Starý člověk potřebuje naléhavěji nalézt odpovědi na otázky spojené se smyslem života. Pociťuje potřebu něčeho vyššího, přesahujícího, něčeho, co mu umožní pochopit smysl bytí a lidské existence.

Slovo spiritualita má původ v latinských slovech *spirare* (dýchat) a *spiritus* (dech, duch); *spirit(u)alis* pak můžeme označit jako duchovní nebo duševní.⁵³

Spiritualitu je možno charakterizovat jako: „*Hlubokou zkušenost přesahu vlastního 'tady a teď', zakoušení a vztahování se k tomu, co je pro člověka posvátné, co mu dodává životodárnou sílu a vede ho k celistvosti.*“⁵⁴

Podle některých autorů lze spiritualitu a religiozitu považovat za samozřejmou součást každé lidské bytosti, která je obsažena v její podstatě, a její úkol spočívá v celoživotním objevování toho, co je kardinální a významné pro každého člověka.⁵⁵ Spiritualita pomáhá člověku nalézt a využít vnitřní sílu potřebnou pro přijetí přicházejících změn. Spirituální vývoj může probíhat dvěma způsoby: lineárně nebo jako celoživotní proces.

Religiózně-spirituální vývoj jako lineární směr vychází z Fowlerovy teorie vývoje víry. J. Fowler popisuje šest stupňů, ve kterých probíhá postupný proces

⁵² Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 25-26.

⁵³ Srov. FIORES, Stefano, de; GOFFI, Tullo. *Slovník spirituality*. 6. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. ISBN 80-7192-338-9, s. 904.

⁵⁴ SUCHOMELOVÁ, Věra. *Senioři a spiritualita*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 2016. ISBN 978-80-7255-361-7, s. 117.

⁵⁵ Srov. SUCHOMELOVÁ, Věra. *Senioři a spiritualita*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 2016. ISBN 978-80-7255-361-7, s. 63-64.

uvědomování víry v průběhu celého lidského života. Víra v jeho pojetí není spojena s náboženskou praxí, ale je cestou hledání smyslu života.⁵⁶

Druhý směr religiózně-spirituálního vývoje probíhá prostřednictvím celoživotního procesu, který vychází z osobní historie jednotlivce a z jeho životního a sociálního prostředí. Tuto koncepci představil W. Fürst. Forma víry se v průběhu života proměňuje v závislosti na měnící se životní situaci. S vyšším věkem se prohlubuje osobní spiritualita a vztah k Bohu jako partnerovi. Náboženské praktiky spojené s větším společenstvím ubírají na intenzitě. K proměnám osobní spirituality dochází u starších lidí po kontaktu s člověkem, který je jim schopen pomoci v životních krizích, jako jsou například náhlá onemocnění, ztráta partnera, rozpad rodiny, ztráta mobility a další závažné změny.⁵⁷ Religiozita a spiritualita spojená s provozováním konkrétních činností, tzv. *žitá spiritualita*, umožňuje lidem zvládat nové a mnohdy těžké životní situace. Přináší seniorům pocit, že jsou užiteční a že stále mají život ve vlastních rukách.

Frankl hovoří ve své logoterapii o kultivaci duchovního života, tedy snaze člověka být otevřený vůči světu, směřovat k něčemu vyššímu, co je mimo něj, chtít něco vytvořit, změnit a být celým člověkem, což podle něj znamená, snažit se o přesah svých činů. Důraz klade na duchovní hodnoty, které považuje za zásadní pro spokojený a naplněný život. Jeho logoterapie je postavena na hledání osobního smyslu života. Aby byl lidský život smysluplný, je zapotřebí k něčemu směřovat.⁵⁸

Celá kapitola byla věnována procesu stárnutí, stáří, specifickým stáří a oblastem, s kterými je stárnoucí člověk konfrontován. Stárnutí je neodvratný a přirozený proces. Je to proces involuční, ale lze jej vnímat pozitivně jako čas, kdy lidská bytost dozrává a kdy může plnit poslání. To spočívá v úloze zralé osobnosti, která naplňuje každodenní život malými radostmi, vnímá jeho kladné stránky, plánuje a realizuje svá přání a cíle, udržuje aktivitu a odpočinek v rovnováze a zabývá se duševní, fyzickou a sociální činností.

⁵⁶ Srov. FOWLER, James, William. In FÜRST, Walter. et al. „*Selbst die Senioren sind nicht mehr die Alten ...*“, Münster: Lit Verlag, 2003. ISBN 3-8258-7037-5, s. 25-28.

⁵⁷ Srov. FÜRST, Walter. et al. „*Selbst die Senioren sind nicht mehr die Alten ...*“. Münster: Lit Verlag, 2003. ISBN 3-8258-7037-5, s. 28-39.

⁵⁸ Srov. FRANKL, Viktor, Emanuel. In SUCHOMELOVÁ, Věra. *Senioři a spiritualita*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 2016. ISBN 978-80-7255-361-7, s. 77-78.

2 Příprava na stáří

Tato kapitola se věnuje pojmům, které popisují možné přístupy a strategie pro přípravu na dobu po skončení aktivního života. Jedním z pojmů je dlouhodobá příprava (adaptace) na stáří, následně krátkodobá adaptace, během které by člověk měl přistupovat ke konkrétním krokům a v další kapitole je blíže specifikováno pojetí přípravy na život v seni u pohledem H. W. Opaschowského.

2.1 Adaptace z dlouhodobé perspektivy

V životě člověka existuje několik etap, v nichž by se měl na stáří připravit, tzv. adaptovat. Pacovský o přípravě na stáří hovoří jako: „*O celoživotním úkolu*,“ podle něho je rovněž „*Každý člověk odpovědný za své stáří*.“⁵⁹

První etapa je **dlouhodobá příprava na stáří**. Její podstatou je skutečnost, že každý člověk jednou zestárne. Všichni jsme zodpovědní za kvalitu svého života a můžeme velkou měrou přispět k úspěšnému stárnutí a stáří. Záleží na našem životním stylu, počínaje mládím. Důležité jsou naše aktivity, připravenost na změny, míra adaptability, celoživotní rozvoj dovedností, koníčků a společenské interakce. Významnou roli hraje harmonický rodinný a společenský život. Zachování stabilních rodinných vztahů, dodržování správné životosprávy, která má být úměrná aktivitě. Důležitá je též úcta ke stáří. **Střednědobá příprava na stáří** by měla začít okolo čtyřicátého pátého roku života. Je zaměřena na tři oblasti: biologickou, psychickou a sociální. Biologická oblast obsahuje zdravý životní styl – dostatek odpočinku, úměrnou a pravidelnou tělesnou aktivitu a odstranění nebo nápravu špatných návyků. Psychická oblast je zacílena na duševní hygienu, pozitivní přijetí a akceptování stáří. V sociální oblasti se jedná o dostatečný přísun interpersonálních vztahů pracovních i mimopracovních. Rozvoj stávajících koníčků a hledání nových aktivit, které bude člověk schopen provozovat s ohledem na věk. **Krátkodobá příprava na stáří** je období tří až pěti let před odchodem do důchodu. Člověk by si měl být vědom svých možností, omezení, ubývání sil a možných kompenzací přibývajících problémů spojených se stárnutím. Měl by si uvědomit nutnost přípravy na život v penzi. Zajistit si dostatek informací o možných aktivitách v důchodu a ve své domácnosti by měl učinit kroky spojené se závěrečnou etapou života. Tím je myšleno zajištění finančních prostředků,

⁵⁹ PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8, s. 55.

úprava bydlení, zajištění potřebných dokumentů spojených s odchodem z pracovního života.⁶⁰

J. Švancara shrnuje krátkodobou přípravu na stáří do několika zásad, které nazval: **Zásady 5 P**. Jsou shrnutím toho, jak si udržet vysokou kvalitu života v pozdních etapách senia. Do 5 P náleží **perspektiva** (plánování vlastního života z dlouhodobé perspektivy, rozvoj hodnot a schopnost tvořivosti), **pružnost** (ochota ke změnám, otevřenost), **porozumění** (schopnost empatie, stabilní kontakty v sociálním životě), **prozíravost** (pěstování inteligence, moudrost, ochota ke změnám) a **potěšení** (schopnost nacházet radost v každodenních maličkostech).⁶¹

2.2 Adaptace ve stáří

Jak již bylo zmíněno, stáří je závěrečnou životní etapou. Člověk se musí vyrovnat s minulostí a v optimálním případě se připravit na tuto životní etapu. Hovoříme o adaptaci (copingu) na stáří. Důležité je přijmout fakt, že stáří přichází a je přirozenou součástí života. Lidé k tomuto faktu přistupují různým způsobem. Obecně platí, že lidé se zodpovědným přístupem ke svému životu a s reálným náhledem přijímají nástup stáří snadněji a také se s ním lépe vyrovnávají. Naopak lidé, kteří se na tuto životní etapu nepřipravují, jsou zaskočeni a jejich adaptace je mnohem obtížnější.

Adaptace ve stáří může mít trojí formu: **teorie aktivního stáří** – zde je cílem udržet co nejvíce dosavadních aktivit a žít jako ve středním věku, pouze s přihlédnutím na částečnou změnu podmínek, a starat se aktivně o stávající sociální kontakty; **teorie substituční** – spočívá v nalezení náhradních aktivit za ty, které již senior nemůže provozovat, a ve výběru aktivit, které jsou pro seniora realizovatelné; **teorie postupného uvolňování** – senior se aktivně rozhoduje o ukončení činností a aktivit, které nemůže provozovat a přijímá fakt, že stárne a smiřuje se s ním.⁶²

Haškovcová uvádí pět možných přístupů seniorů k adaptaci ve stáří. *V konstruktivním přístupu* se jedná se o tolerantního a přizpůsobivého jedince, který se na odchod do penze dlouhodobě připravoval, včetně péče o své zdraví, zabezpečení nových koníčků a na novou etapu života se těší. Je schopný navazovat nové sociální vztahy. *Závislost na okolí* specifikuje spíše klidného seniora, který vychází

⁶⁰ Srov. PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8, s. 55-57.

⁶¹ Srov. ŠVANCARA, Josef. in KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, s. 110-114.

⁶² Srov. ČELEDOVÁ, Lucie; KALVACH, Zdeněk; ČEVELA, Rostislav. *Úvod do gerontologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3404-3, s. 108-109.

z předpokladu, že se o něj postará jeho rodina nebo okolí. Jeho přístup bývá pasivní a může přerůst v podezřívavost. *Obranný postoj* je typický pro bývalého pracovníka s vyšším sociálním postavením, který se ve své práci realizoval a nechce si připustit vlastní věk. Obává se závislosti na ostatních a blízkosti konce života. *Strategie hostility/nepřátelský přístup* vykresluje neúspěšného pracovníka, který za své chyby viní ostatní. Pro jeho chování je typická mrzutost až agresivita. *Strategie sebenenávisti* se týká člověka, který se cítí zbytečný, nenaplněný a celý svůj život hodnotí jako prohru.⁶³

V reálném životě dochází k různým kombinacím výše vyjmenovaných přístupů. Důležité je uvědomit si, že senioři se mohou chovat různě, pro mladší generaci nepochopitelně. Pokud budeme rozvíjet klientovy dobré stránky, ty negativní nedostanou prostor pro vyjádření. Rozhodující je pozitivní přijetí seniora ze strany okolí nebo ošetrovatelského personálu. Odborníci doporučují všem přípravu na stáří, protože ta lépe usnadní přijetí faktu, že velká část života již proběhla. Úspěšná adaptace ovšem může být ohrožena osobním vlivem a přístupem každého konkrétního člověka a jeho přístupem k vlastnímu zdraví, kondici a sociálnímu okolí.

Čevela nabízí jako účinnou součást úspěšné adaptace ve stáří a konceptu zdravého stárnutí aktivitu seniorů. Dělí ji do tří základních oblastí: tělesné, psychické a sociální. Tělesná aktivita by měla být zaměřena na procházky, pravidelné silové pohybové cvičení s důrazem na dolní končetiny, při potížích doporučuje cílenou terapii od odborníka. V oblasti psychické aktivity doporučuje sociální interakci a četbu. Sociální oblast se týká včasné integrace do běžných spolků.⁶⁴ Nejsnadnější je zapojení do klubů a různých sborů v místě bydliště. Adaptace na stáří by měla probíhat s dostatečným časovým předstihem. Důležité je včasné rozvržení úkolů a nalezení smysluplných realizovatelných aktivit, které člověku umožní kontinuální setrvání v sociální skupině. Dnes existuje velké množství spolků a klubů, které nabízí velké množství aktivit a možnosti společenské interakce v důchodovém věku.

Pokud vytvoříme obecný závěr, z uvedených skutečností vyplývá, že pro úspěšný život v této etapě je důležité eliminovat nežádoucí vlivy urychlující přechod od autonomního spokojeného seniora v závislou a nesamostatnou osobu. Mezi tyto vlivy patří: ubývání tělesné aktivity, porucha pohybových stereotypů (chůze a postoje),

⁶³ Srov. HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, 1. vyd. Praha: Panorama, 1989. ISBN 80-7038 158-2, s. 114-116.

⁶⁴ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 133.

příjem nevhodné a zatěžující stravy (obezita, nedostatečná výživa, absence důležitých výživných látek), úbytek motivace, prohlubující se apatie, snižování sociálních interakcí, absence psychické aktivity a učení, nedostačující rehabilitace a aktivizace po různých lékařských výkonech, operacích a nemocech.⁶⁵

Pro celou tuto životní etapu považují za zásadní přípravu na příchod stáří. Pokud člověk v dlouhodobém horizontu začne plánovat změny, které mu umožní kvalitnější prožívání stáří a bude připraven na možné předvídatelné komplikace, je vysoká pravděpodobnost, že jeho život bude ve stáří šťastnější. Dobrou strategií by mohlo být včasné vymezení oblastí, které bude třeba kompenzovat. Může jít o změny týkající se úprav bydlení, změny místa bydliště blíže k dětem, nového zaměření koníčků, zdravého životního stylu, pravidelné duševní a tělesné aktivity, pravidelného odpočinku a udržování sociálních interakcí.

2.3 Pohled a příprava na budoucnost podle H. W. Opaschowského

Dovoluji si v této kapitole akcentovat publikaci německého pedagoga volného času Horsta Wolfganga Opaschowského: *Das Moses Prinzip*, v níž se zabývá budoucností společnosti. Kniha dosud nebyla vydána v české mutaci, přeložila jsem proto nejzásadnější stati, neboť se domnívám, že převratné myšlenky, které obsahuje, mohou být důležitým vodítkem pro pedagogy volného času, pracující se seniorskou populací.

Horst Wolfgang Opaschowský (*1941) je německý vědec, který se zabývá vědou o volném čase, proměnami a budoucností společnosti a jejími možnými podobami. Narodil se v roce 1941 v Beuthenu v Německu. Jeho profesní kariéra započala na universitě v Hamburku, kde se věnoval vychovatelství. V roce 1979 založil Institut pro volný čas a jeho výzkum, který byl po dvaceti sedmi letech transformován na Nadaci pro otázky budoucnosti, kterou vedl tři roky. Od roku 2011 pracuje jako publicista, poradce pro ekonomiku, politiku a jako vědec v oblasti predikce budoucnosti a později začal ve spolupráci s institutem Ipsos pravidelně uveřejňovat index míry blahobytu v Německu.⁶⁶ V roce 2014 založil H. Opaschowský společně s dcerou Irinou Pilawa **O. I. Z** – Opaschowski Institut für Zukunftsforschung (Institut pro výzkum budoucnosti). Motto jeho institutu zní: „*Pozorujeme společnost v pohybu.*“ Vydal řadu odborných publikací, knih pro širokou veřejnost, je zván do televize, uveřejňuje

⁶⁵ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 133.

⁶⁶ WIKIPEDIA. org. *Horst W. Opaschowski*. [online], [cit. 20. 11. 2020]. Dostupné na WWW: <https://de.wikipedia.org/wiki/Horst_W._Opaschowski>.

rozhovory, píše články. Základem jeho práce v institutu je zajistit blahobyt, růst a kvalitu života pro budoucí generace. Práci staví na výzkumu a vyvíjí nové koncepty umožňující podporu kvality života a tzv. dobrého života. Těžištěm jeho výzkumné práce je zdraví a blaho Země a lidí.⁶⁷

V knize *Das Moses Prinzip* se autor snaží najít možný konkrétní způsob budoucího života společnosti. Změny, které se týkají způsobu chování, myšlení a životní orientace symbolizuje v osobě Mojžíše, který je představen jako vzor člověka, jenž má odvalu ke změnám, překonání vlastní pohodlnosti a k orientaci na nové životní cíle. Opaschowský nabádá čtenáře k převzetí odpovědnosti za svou i budoucí generaci, k obnovení morálky a občanských hodnot. Autor pokládá fundamentální otázky týkající se současného života a budoucnosti, a to ve smyslu, co je třeba změnit, a také nutnosti projevit ochotu ke změnám. To považují v dnešní době orientované na výkon za zásadní. V jeho pojetí jsou přikázání pro dvacáté první století spíše podněty nebo návodem pro zdařilý život, jehož součástí jsou určitá pravidla hry a určitý způsob mezilidských vztahů. Jsou zaměřena na otázky: „Jaké jsou naše hodnoty?“ a „Jak chceme žít v budoucnosti?“ Podle Opaschowského je důležité uvědomit si, že dnešní generace má povinnosti k budoucí generaci. Konkrétně to znamená, že je nutné dnes přinést oběti, aby zítra mohla cesta pokračovat. Z etiky dneška je nutné vytvořit etiku budoucnosti, která vydrží pro více generací. A právě pro tento případ volí Opaschowský jako symbol postavu Mojžíše. Podle Mojžíše máme povinnost k budoucí generaci, povinnost pro dlouhodobou prevenci a povinnost pro budoucnost.⁶⁸ Desatero přikázání má charakter doporučení. Mojžíšův princip je vlastně určitou symbolikou cesty a být na cestě je současně principem lidského života. Jít po cestě znamená jít vpřed a jít vpřed znamená budoucnost. A způsob organizace a přípravy na budoucnost je to, oč autorovi jde.

První přikázání v sobě zahrnuje nový pohled na vlastní život. *Definuj nově svůj smysl života. Staň se samostatným podnikatelem života (eigener Lebensunternehmer).* Znamená to, že člověk se ze zaměstnance stane podnikatelem ve smyslu slova a že získá jiné vlastnosti. Kromě běžných vlastností, jako jsou komunikace a týmová práce, je schopen nést odpovědnost a rozhodovat se. Tento „podnikatel

⁶⁷ Srov. O. I. Z. Opaschowski Institut für Zukunft. [online], [cit. 02. 11. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://www.oiz-hamburg.de/#home>>.

⁶⁸ Srov. *Katolisches Bibelwerke V.:* Grundkurs Bibel. Altes Testament in OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 18.

na pracovním místě“ má také nově definovaný ideální profil. Od charakterových vlastností, jako jsou například čestnost, sebedůvěra, trpělivost, spontánnost a optimismus, přes vlastnosti sociálního charakteru, jako jsou schopnost interakce, připravenost převzít odpovědnost, tolerance, pilnost, disciplína, skromnost, sebeovládání, přátelskost a další. Tato rozmanitost požadavků na takového člověka staví autora před otázku, jaké schopnosti jsou naučitelné a jaké je možné natrénovat? Tento podnikatel života bere vlastní život jako potenciál pro seberozvoj, vlastní iniciativu, motivaci, odpovědnost, a to ve všech možných rolích, které mu život přináší. Tento podnikatelský přístup působí jako elixír, protože vyžaduje orientaci v životě s plánováním a cíli do budoucna. Tento přístup také brání, aby vlastní iniciativa zůstala bez odezvy. Samostatnost v životě je cesta, jak žít, a ne být žitý. Důležité je motivovat a jít příkladem svým dětem, kde pozitivní přístup je nejlepší devizou do života dítěte.⁶⁹

Druhé přikázání představuje problematiku kvality života a různých pohledů na blahobyt. *Nezaměňuj svůj životní standard za životní kvalitu.* Autor se zamýšlí nad otázkou blahobytu, touhy po tom mít víc a souvislosti mezi blahobytem a spokojeností. Cituje různé autory a jejich názory na situaci. Materiální blaho neznamená štěstí. Je důležité přesměrovat materiální blaho na nemateriální blahobyt, což znamená přemýšlet o hodnotách a určit si nové normy. Nová kvalita blahobytu tkví v předdefinovaném smyslu života a sociální soudržnosti.⁷⁰ Opaschowský předpokládá, že budoucí generace se místo útěku do smyslů/nosti bude orientovat na hledání smyslu.

Ve **třetím přikázání** je rozebrána důležitost trvalých rodinných vztahů. *Ze své rodiny vytvoř pevný bod svého života a dodej vlastním dětem odvahu ke schopnosti trvalých vztahů.* Zde Opaschowský předkládá důležitost rozvoje vztahů a pravidelné sociální interakce mezi generacemi jako důležité investice do budoucnosti. Generační vztahy jsou důležitější než vztahy partnerské, protože jsou stabilnější. Do budoucna předpokládá díky prodlužujícímu se věku čtyř až pětigenerační rodiny. Autor doporučuje, aby šli rodiče a prarodiče příkladem, nezříkali se zodpovědnosti a dodávali odvahu svým potomkům, aby se účastnili aktivního společenského života.⁷¹

Čtvrté přikázání je zacíleno na sociální život a podstatu pevných sociálních vazeb. *Vytvoř si spolehlivou sociální síť, abys měl jistý doprovod přátel a sousedů*

⁶⁹ Srov. OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 25-37.

⁷⁰ Srov. OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 38-51.

⁷¹ Srov. OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 52-65.

vlastním životem. Budoucnost vidí Opaschowský jako život ve zvolených rodinách. Tzn., že budou nově definována společenství. Jsou tím myšleny seniorské obytné domy, byty a společné domácnosti, jako je tomu například ve Skandinávii, kde nejsou prakticky žádné domy pro seniory. Pro 21. století vidí autor velký úkol právě v zmiňovaném společném a chráněném bydlení. Dalšími úkoly jsou starost o přátele, udržování pravidelných kontaktů s kamarády, kolegy, členy rodiny a také pravidelné návštěvy různých spolků. Z kruhu přátel se podle Opaschowského stane druhá rodina a budou fungovat na bázi sociálního konvoje, který nás bude celý život doprovázet. Každý by měl ve svém životě svoje materiální zajištění rozšířit o sociální komponenty a to tak, že bude investovat do pěti důležitých hodnot: udržení nebo reaktivaci rodinných vazeb, pravidelné péče o přátele, aktivní spolupráce v různých spolcích, klubech, které jsou vícegenerační, systematického hledání společných koníčků a zájmových skupin a vytvoření sociálních konvojů.

Páté přikázání rozvíjí problém solidarity a pomoci různým skupinám ve společnosti. *Pomáhej druhým, aby i tobě bylo pomoheno. Jen ty sám můžeš, ale nemůžeš to dělat sám.* Zde jsou zmiňovány důležité hodnoty jako připravenost a ochota pomoci, být potřebný, aktivně se zapojit do dobrovolnictví, solidarita.

V **šestém přikázání** je rozvíjena oblast nutnosti celoživotního vzdělávání a smysluplné práce. *Zasluj si své životní naplnění, a to prostřednictvím práce nebo dobrých skutků.* Celé přikázání je o naplnění a smyslu života prostřednictvím práce nebo pomoci druhým. A jako důležitý aspekt vidí Opaschowský odměnu za práci nebo sociální angažovanost ve formě společenského uznání. Do budoucnosti vidí autor několik důležitých požadavků: učit se pro život a celý život, naučit se klást důraz na kvalitu života, ne konzum (naučit se uvědomit si, kdy jsem sytý), přikládat význam rodině a stálým rodinným vazbám, pečovat o kontakty napříč generacemi, neopomenout mentální a sociální zaopatření ve stáří – tzn. rozšířit vlastní zájmy, aktivity, celoživotní vzdělávání, kulturní vyžití, sport a systematickou péči o své nejbližší, přátele, sousedy a obec.⁷²

V **sedmém přikázání** se autor zabývá nutnou proměnou konzumní společnosti ve společnost zaměřenou na jiné hodnoty. *Své osobní blaho (Wohlergehen) učíš nejdůležitějším výběrovým kritériem. A kupuj pouze to, co opravdu chceš.* Konzumně orientovaná společnost z osmdesátých let dvacátého století nemůže mít v budoucnosti

⁷² Srov. OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 95-107.

opodstatnění, individualismus a zážitky budou nahrazeny orientací na smysl. S každou novou nabídkou bude důležité zodpovědět otázku: Proč to všechno? Marketingové společnosti a obchodníci budou muset změnit svou strategii, protože v budoucnosti bude pro lidi důležitější zdraví, kultura, příroda, vzdělání a víra.

Osmé přikázání nabádá člověka k překonávání překážek namísto rezignace. *Využij životní krize jako šance pro nový začátek. Pokud opravdu chceš, lze jít stále dál.* Číňané mají pro slova krize a šance stejný výraz. V obou výrazech je dynamika, inovace a změna. Ve společnosti, která má zajištěné všechny pojistky a zabezpečení, pak může nastat situace, kdy lidé začnou toužit po riziku a extrému. Taková společnost se od osmdesátých let vytváří i na Západě. Lidé touží po rizikových situacích. Důležité je rozlišit riziko a hranici. Hranice je to, co mohu rozšiřovat, ale ne překročit. Důležité je uvědomit si psychotherapeutický účinek, což je kompenzace stresu, zamezení násilí, vandalismu, odbourání agresivity a seberozvoj. Také zmiňuje důležitost schopnosti učit se z chyb. Pro budoucnost bude platit, že bude nutné ukotvit při vzdělávání právo na kulturu kreativního krachu, což znamená šanci na nový začátek bez sankcí, diskriminace a stigmatizace. Nutné je vytvořit novou kulturu – kulturu krachu, kde zakopnutí, pád nebo selhání bude znamenat nový začátek, změnu, protože to vše patří k životu, a pokud vezmeme krizi jako nový začátek, pak jdeme vpřed.⁷³

V **devátém přikázání** je otevřena otázka pohledu na čas a volný čas. *Najdi znovu životní oporu a odpočinek.* Zde se autor zamýšlí nad proměnou významu času. Místo Sluncem a ročními obdobími je dnes čas definován jako něco významného, co nám utíká, máme ho málo, jedná se o vzácnost a my se snažíme čas šetřit a uvážlivě využívat. Dnes čas nejpřiléhavěji vyjadřuje definice: čas jsou peníze. Životní tempo se zrychluje a je podstatné si uvědomit původní význam slova speed. Zatímco dříve znamenalo úspěch a blaho, dnes znamená rychlost. Rychlost charakterizuje současnou tzv. Nonstop společnost. Dnešní život je charakterizován elektronikou, televizí, počítačem a lze ho vnímat jako život, kdy se snažíme udělat více ve stejném čase. To je spojeno se zvýšeným konzumem, což nás nakonec vede k tomu, že pravý čas nám protéká mezi prsty. Nevnímáme to důležité, protože náš pohled je zacílen na množství, nikoli kvalitu. Proti této urychlené životní strategii Nonstop společnosti nabízí autor Slowing-down Philosophie a tzv. Slobies (slowe but better working people).

⁷³ Srov OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 121-132.

Desáté přikázání je filosofickým pohledem na fundamentální otázky týkající se života. *Neuskutečňuj všechny své sny. Schovej si nějaká přání pro další plánování svého života.* Zde se autor nejprve zabývá filosofickými otázkami nad tématy jako lepší život, smysl života nebo štěstí v životě. Pro tzv. jízdenku do budoucnosti, která přijde, bude nutné zajistit smysl pro zodpovědnost za sebe, za druhé a za budoucí generaci. H. Jonas už v sedmdesátých letech vyjádřil důležitost vytvoření etiky budoucnosti, která by znamenala dalekosáhlou odpovědnost pro dalekou budoucnost. Proto pro dvacáté první století Opaschowský doporučuje: odbourat stres, osvobodit se od svých každodenních rolí, najít vlastní možnost odbourávání stresu, uvědomit si důležitost času pro sebe a vytvořit si osobní kalendář se třemi kolonkami: čas s ostatními, čas pro sebe a čas pro nicnedělání. Dále najít čas na lenošení, které autor vnímá jinak než nicnedělání, protože je to činnost, kterou si vědomě stanovují.⁷⁴

Pro hodnotný a smysluplný život v budoucnosti je nutné učinit konkrétní kroky. Jedná se o změny v oblasti chování, prožívání a života každého člověka ve společnosti. Tyto změny spočívají v pozitivním nazírání skutečnosti, aktivitě při jednání a ve schopnosti žít život v jeho komplexnosti. Důležité jsou hodnoty nemateriálního charakteru a jejich pozitivní náhled: důvěra nahrazující nedůvěru, zodpovědnost namísto lehkovážnosti, spolehlivost substituovaná za nejistotu. Autor zdůrazňuje, že je důležité honbu za penězi nahradit honbou/hledáním smyslu a nezaměřovat materiální a smyslové hodnoty. Dále udržet hmotné zabezpečení bez chtivosti neustálého navyšování životní úrovně, osobní svobodu a kvalitu života a smysluplná pravidla hry. Uvedené koncepty by mohly být východiskem pro zabezpečení smysluplného života v budoucnu.⁷⁵

Myšlenky W. H. Opaschowského mohou podle mého názoru reflektovat v práci pedagogové volného času, a stejně také další pracovníci, kteří se věnují organizaci, řízení a volnočasovým aktivitám různých věkových kategorií.

⁷⁴ Srov. OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 133-146.

⁷⁵ Srov. OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*, 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0, s. 147-164.

3 Aktivizace

Zdravý produktivní člověk si o aktivitách a činnostech ve volném čase rozhoduje sám. Jeho aktivity a náplň volného času jsou závislé na zaměření vlastních potřeb, na zálibách a také na povaze pracovní činnosti. Jiná situace nastává v okamžiku, kdy je aktivizace cílena na seniory. Musíme zohlednit určitá specifika, spojená s touto věkovou kategorií. Z tohoto důvodu představím ve třetí kapitole nejprve pojmy volný čas, aktivita, aktivizace a dále se zaměřím na volnočasové činnosti seniorů v rezidenční péči.

3.1 Volný čas

Pojem volný čas vnímá každý jedinec individuálně. Vychází přitom z vlastní zkušenosti, z osobního smyslu života a z vlastních životních cílů. Můžeme obecně říci, že se jedná o dobu, kterou každý prožívá svým zvoleným způsobem. Všeobecně by se dal volný čas nazvat jako opak doby, kterou věnujeme zaměstnání a povinnostem, biologickým potřebám člověka, péči o své tělo (hygiena, starost o zevnějšek), rodině, dětem, rodičům. Je to čas, který trávíme podle svého uvážení, přináší nám uspokojení a sami si vybíráme aktivity, které realizujeme a máme z nich radost. Na volný čas můžeme nahlížet ze dvou úhlů: v širším smyslu, kde znamená veškerý čas mimo pracovní dobu včetně spánku, sebeobslužných činností, jídla, péče o tělo; a v užším smyslu, kdy neobsahuje časové úseky spojené s výkonem pracovní činnosti, jako jsou spánek, odpočinek, a osobní denní program člověka.⁷⁶ „Volný čas“ obsahuje dva pojmy, „volný“ a „čas“, přičemž první pojem lze chápat jako volný prostor, svobodu, volno; druhý pak jako určitou konkrétní dobu, o níž rozhodujeme. Čas můžeme chápat jako čas fyzikální – což je forma, která je měřitelná a plánovatelná, nebo čas biologický – ten je určován cyklickými fyziologickými pochody organismu a fyziologickými pochody, které jsou nevratné: smrt, narození, stárnutí. Čas můžeme vnímat objektivně i subjektivně. Záleží na jednotlivci, věku, síle prožitku a hledisku zkoumání.

Pávková charakterizuje volný čas takto: „*Volný čas je doba, která nám zbývá po*

⁷⁶ Srov. KAPLÁNEK, Milan. *Nauka o volném čase*. Studijní texty pro pedagogy volného času. České Budějovice: 2011, s. 7.

splnění povinností. Je to oblast naší svobodné volby. Zahrnuje činnosti, které vykonáváme dobrovolně, rádi, přinášejí nám radost a uspokojení.“⁷⁷

Podle B. Hofbauera: „*Je volný čas (ang. leisure time, franc. le loisir), když člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život.*“⁷⁸ Samozřejmě u seniorů je pojem volného času vnímán jinak, v závislosti na jejich odlišné denní struktuře a náplni, která je přizpůsobena jejich zdravotním možnostem a nutnosti častějších kratších úseků odpočinku pro nabrání sil.⁷⁹

Volný čas a způsob jeho trávení patří podle Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj (OECD) mezi dvacet čtyři sociálních indikátorů, podle kterých je v mnoha zemích určována míra kvality života. Blahobyt ještě automaticky neznamená kvalitní život. Pokud je volný čas znakem kvality života, znamená to, že k zaměstnání a existenčnímu zabezpečení musíme přičíst i hodnoty, které modulují život do jeho lidštější a důstojnější podoby. Jedná se tedy o klíčový pojem důležitý při práci se všemi skupinami osob, ať už vytváříme aktivity pro děti v zájmových kroužcích nebo sestavujeme aktivizační programy v zařízeních rezidenční péče.

3.2 Aktivita a aktivizace

Aktivizace je pojem, který má základ ve slově aktivita. V Psychologickém slovníku je aktivita definována jako určitá činnost, pohyb nebo jednání, která je u živočichů cílena na uspokojování základních životních potřeb, je ovlivněna vnitřními fyziologickými mechanismy a podněty z vnějšího okolí a lze ji dále konkretizovat na aktivitu biopsychickou, kognitivní, psychickou, instrumentální, interakční a další.⁸⁰

Kalvach ji definuje následovně: „*Aktivita je způsob, jak člověk může přežít, může uspokojovat své potřeby, jak si může zpříjemnit život, jak může vytvořit něco, co ho přesahuje. Činnosti přinášejí člověku mnohé – strukturují čas, ovlivňují společenské kontakty, podporují duševní i fyzickou činnost, vytvářejí společenský status.*“⁸¹

⁷⁷ PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času*. 3. vydání. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6, str. 31.

⁷⁸ HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004, ISBN 80-7178-927-5, str. 13.

⁷⁹ Srov. OPASCHOVSKI, Horst, Wolfgang. *Freizeitpädagogik in der Schule*. Bad Heillbrunn: Klinkhardt, str. 105.

⁸⁰ Srov. HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X, s. 27.

⁸¹ KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, str. 439.

Člověk ke svému životu potřebuje pohyb, který je základní fyziologickou potřebou. Je bezesporu nejdůležitější aktivitou v životě člověka. Člověk je ze své podstaty předurčen k pohybu a potřeba pohybu přetrvává po celý život, pouze se v průběhu života mění jeho kvalita a kvantita. Dostatek fyzické aktivity je předpokladem pro dlouhodobé udržení fyziologických funkcí. Podílí se na stimulaci organismu jako celku a významně ovlivňuje různé oblasti organismu, např. snižuje stres, posiluje pohybový aparát, má vliv na kvalitu spánku. V důsledku pravidelné tělesné aktivity dochází ke snižování rizikových faktorů, které mají vliv na vznik a rozvoj chorobných stavů. Dochází k udržení přiměřené tělesné hmotnosti, pohyb snižuje bolest pohybového aparátu a spolupodílí se na eliminování psychických nemocí a neurotických stavů, uvolňuje napětí a vyvolává pozitivní emoce. Pravidelná pohybová aktivita napomáhá k vyšší fyzické kondici a prodlužuje délku života.

Aktivizaci můžeme obecně označit jako určitý stupeň činnosti. Lze ji rovněž charakterizovat jako stimulaci (podněcování) k činnosti. Jedná se o různorodé aktivity zohledňující fyzické i psychické stránky klienta (účastníka) konkrétního programu. Sestavované aktivity by obecně měly pomáhat k podpoře participace na společenském životě a individuálnímu rozvoji jedince. Při sestavování aktivizačního programu by aktivita měla vycházet ze znalosti potřeb cílové skupiny, pro kterou je konkrétní činnost připravována. Jiná koncepce bude při přípravě programů pro děti, dospělé nebo seniory. Obecně ji můžeme rozdělit na psychickou a fyzickou aktivizaci.

V seniorské cílové skupině musí nabídka aktivit pokrýt široké spektrum potřeb a měla by být sestavena z aktivních činností (ruční práce, pohybové aktivity, trénování paměti, výlety...) a pasivních aktivit (poslech hudby, přednášky, koncerty) atd. Pokud vytváříme aktivity (aktivizační programy) pro seniory, je nutné dodržovat určité podmínky a zásady: *smysluplná činnost* (senior musí chápat smysl této činnosti), *adekvátní činnost* (aktivita musí být vytvořena s ohledem na psychické a fyzické možnosti a schopnosti klienta, měla by vést k pocitu úspěchu), *individuální tempo* (aktivita musí být uzpůsobena rozdílným možnostem klientů), *trénování pružnosti* (cvičit schopnost a ochotu dělat věci jinak než v zavedených stereotypech), *zájem o určité činnosti vycházející z životní zkušenosti klienta* (znalost životního příběhu umožňuje vytvoření aktivit, které budou klienta zajímat), *respektování jedinečnosti osobnosti a pozitivní pochvala* (důstojné ocenění činnosti klienta s přihlédnutím k jeho

sebepojetí), akceptace struktury práce seniora (je třeba brát ohled na jeho možnosti měnit činnosti, senior je způsobilý k hodnocení vlastní činnosti).⁸²

3.3 Aktivizace v rámci institucionalizované péče v ČR

Jinak je tomu v případě seniorů, kteří jsou institucionalizováni. V návaznosti na vlastní míru soběstačnosti jsou do určité míry schopni samostatně sestavovat skladbu svých sebeobslužných a volnočasových činností a jsou k tomu také motivováni. V zařízeních pro seniory jsou legislativně stanoveny podmínky pro podporování a vytváření aktivit. Volnočasové (aktivizační) činnosti jsou v České republice explicitně zakotveny v zákoně č. 108/2006 Sb. o sociálních službách. Každý domov pro seniory má v popisu svých dílčích činností oblast zaměřenou na volnočasové aktivity klientů. Velmi často je pro tuto činnost používán již jmenovaný termín aktivizace seniorů. Aktivizační pracovníci by měli být schopni společně s klienty najít takové činnosti, které klientům přinášejí radost, poskytují jim prostor k seberealizaci, k osobnostnímu růstu, ocenění, k dostatku pozitivních prožitků a získání pocitu smysluplnosti. Člověk, který se zabývá skladbou konkrétních činností, by měl být profesionál, který se orientuje v širokém spektru různých volnočasových programů a technik, které mohou obsáhnout různorodost životních příběhů, míru soběstačnosti klientů a schopnost klienty motivovat. Navíc by měl mít znalost nemocí, jejich klinického obrazu a specifik práce s nemocnými lidmi.

V zařízeních rezidenční péče by aktivity měly odrážet předchozí život seniora. Nutná je proto spolupráce všech pracovníků v domovech, jejich úkolem je co nejlépe poznat minulost svých klientů, tyto poznatky zaznamenávat a na těchto poznatcích následně zodpovědně a kvalifikovaně sestavovat aktivizační činnosti. K tomu slouží například model E. Böhma, který pracuje s biografií člověka, nebo reminiscenční terapie, která je zaměřená na ožívání a vyvolávání vzpomínek. Pouze podrobná znalost životního příběhu klienta dává pracovníkům možnost vytváření smysluplných aktivit. Navíc je důležité, aby byly v domovech seniorů vytvářeny podmínky, které by přirozeně vyvolávaly potřebu aktivity. Například vytvořením takového prostředí, které určitým způsobem odráží minulost seniorů nebo je povzbuzuje k činnostem.

⁸² Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, s. 438.

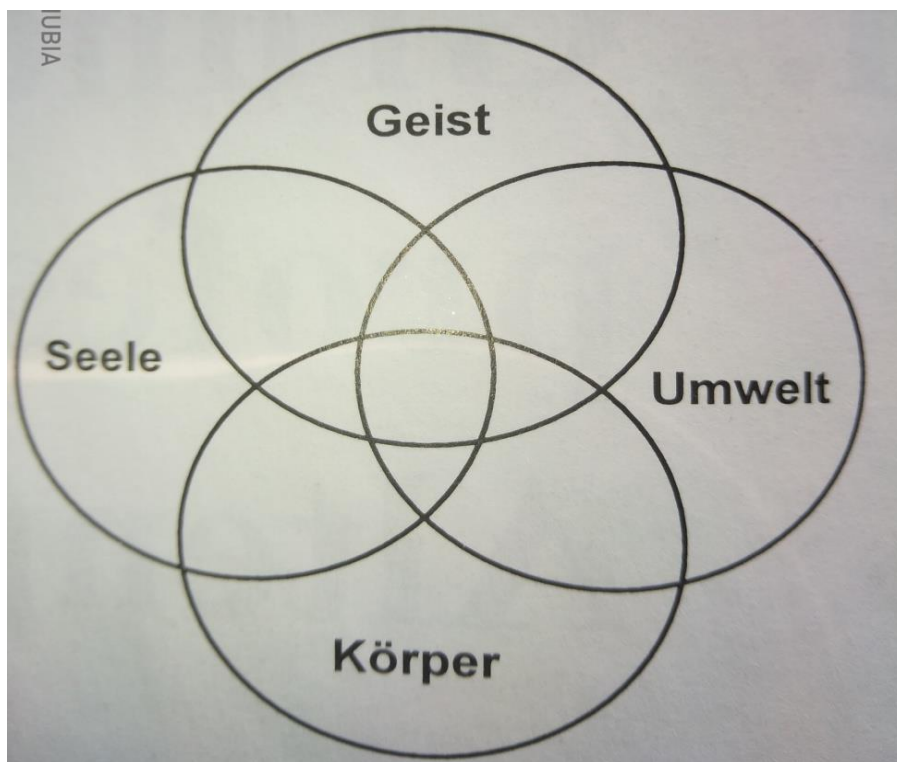
Aktivizace klientů je v rezidenční péči klíčovým tématem, protože zahrnuje široké spektrum důležitých oblastí, které se týkají zajišťování a uspokojování různých potřeb seniorů. Pasivita uživatelů a nedostatek impulsů mohou vést ke zhoršení zdravotního a psychického stavu nebo k rozvoji nežádoucích jevů, například syndromu závislosti. Důležitým momentem je pochopit, že nestačí pouze organizovat nějaké činnosti, aby byl naplněn volný čas seniorů. Je podstatné znát potřeby a životní příběh každého klienta a aktivizační činnosti následně uzpůsobovat zjištěním o jeho životě a minulosti. Pouze tak lze zajistit smysluplný život klientům v rezidenční péči. Pokud tedy vytváříme aktivizační programy v gerontologii, mělo by se jednat o aktivizaci zohledňující potřeby a možnosti seniora. Těžiště aktivizace spočívá v nutnosti aktivizovat, což lze jinými slovy definovat jako způsob, jak předcházet negativním fyzickým, psychickým a sociálním změnám.

Kalvach shrnuje problematiku aktivizace následovně: „*Základem by měl být individualizovaný, osobnostní přístup a sledování konkrétního cíle v rámci pozitivního ovlivňování kvality života.*“⁸³

Těžištěm profesionální dlouhodobé péče například v Rakousku a Německu je nazírání na člověka v celostním pojetí. Toto pojetí člověka se společně s rozvojem vědních oborů uplatňuje také v České republice. Fundamentem pro celostní pojetí člověka je holismus. Holismus je filosofické myšlení, podle něhož se všechny formy existence na světě snaží být celkem. Tvoří základ pro uvažování o člověku v celostním pojetí, jako o strukturovaném systému otevřeném směrem ke světu, jehož části jsou ve vzájemném vztahu mezi sebou, k celku a vnějšímu světu. Holistický (celostní) přístup se dále vyznačuje tím, že organismům, skupinám a systémům přisuzuje takové vlastnosti celku, které nejsou odvoditelné jen z jeho jednotlivých částí. Jednotlivé části systému „člověk“ se mohou z důvodu lepšího pochopení jejich fungování nazírat odděleně, ale jinak je nutno tyto elementy nahlížet jako jednotku ve vzájemném vztahu.⁸⁴ Tento celostní přístup zohledňuje člověka jako bio-psycho-socio-duchovní jednotu zahrnující všechny tyto oblasti, která je navíc v neustálém variabilním vztahu s okolím. Tuto jednotu, skládající se z duše, těla, mysli/ducha a jedinečnosti každého člověka můžeme nazvat „*osobností*“.

⁸³ KALVACH, Zdeněk a kol. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0, str. 82.

⁸⁴ Srov. HURLING, Elke; SEEL, Mechthild. *Die Pflege des Menschen im Alter*. 2. Auf. Hannover: Brigitte Kunz Verlag, 2003. ISBN 3-87706-982-7, s. 2.



Obrázek č. 1 Celostní pojetí člověka⁸⁵

Tělo zahrnuje vše biologické, v duši je obsažena celistvost a jedinečnost prožívání, vnímání, pocity, emoce, nálady a afekty. Mysl/duch v tomto smyslu znamená myšlení, uvědomění si sebe sama. Lze jej také pojmenovat jako spiritus (dýchání, život). Mysl/duch a duše jsou v tomto pojetí velmi úzce propojené a vztahují se na prožívání a vnímání. Duch/mysl přebírá roli objektivity a věcného přístupu, zahrnuje v sobě paměť, mysl, mínění, soudnost a schopnost myšlení.⁸⁶ Prostřednictvím pojmů blaho, zdraví, nemoc se následně pokoušíme popsat či zhodnotit momentální zdravotní stav, schopnosti, citění a vnímání člověka.

Jedním z klíčových úkolů novodobé dlouhodobé péče nejenom v západních zemích, ale též v České republice, je zachování důstojnosti až do konce života člověka. V českých zařízeních rezidenční péče můžeme sledovat posun spočívající v přijetí změn, které reagují na nejnovější poznatky v péči o seniory. Některé domovy pro seniory pracují s novodobými koncepty péče, které umožňují konkrétní zacílení na určité potřeby či požadavky klientů a reflektují práci v dlouhodobé péči s jejími charakteristikami.

⁸⁵ . HURLING, Elke; SEEL, Mechthild. *Die Pflege des Menschen im Alter*. 2. Auf. Hannover: Brigitte Kunz Verlag, 2003. ISBN 3-87706-982-7, s. 2.

⁸⁶ Srov. HURLING, Elke; SEEL, Mechthild. *Die Pflege des Menschen im Alter*. 2. Auf. Hannover: Brigitte Kunz Verlag, 2003. ISBN 3-87706-982-7, s. 2-3.

Všechny osoby, které jsou nějakým způsobem zainteresovány v procesu dlouhodobé péče, ať se jedná o rodinné příslušníky či pečovatele, by si měly být vědomy toho, že nejvyšším cílem dlouhodobé péče je udržení hodnoty života a zachování co možná nejvyšší míry participace ve všech životních oblastech. Klíčový význam spočívá v pochopení, že člověk využívající dlouhodobou péči nemůže být nazírán jako pacient. Dlouhodobá péče může trvat několik let a měla by být založena na vztahu mezi klientem a jeho okolím, a je nezbytné vnímat pacienta jako partnera a usilovat o vytvoření takového vztahu. Takový vztah na bázi partnerského přístup hraje významnou roli a kvalita tohoto vztahu má rozhodující vliv nejen na kvalitu života klienta, ale také ostatních zúčastněných osob. Kvalita života následně rezonuje s důstojností člověka.

V současné době se v rezidenční péči v České republice stále ve větší míře rozvíjí koncepty péče. To v praxi znamená, že domov je zastřešen konkrétním konceptem péče vycházejícím z potřeb a zaměření konkrétního zařízení. Koncepty péče umožňují celodenní interakce s klienty se zohledněním jejich potřeb a specifík. Můžeme se setkat s domovy, kde je aplikován koncept Smyslové aktivizace podle L. Wehner, koncept Bazální stimulace A. Fröhliche, koncept Validace N. Feil a další. V domově, kde jsem prováděla šetření, pracuji s Psychobiografickým modelem E. Böhma. Princip tohoto pojetí péče vychází z celostní medicíny, člověk je chápán jako bytost sestávající z těla, duše a ducha. Böhmovo pojetí spočívá v základní myšlence, že lidská bytost (tělo, duch a duše), její osobní příběh a sociální okolí jsou v neustálém vztahu a stále se ovlivňují. Klienti jsou lidé žijící s podmínkami nějaké/nějakých nemocí. Jeho koncepce je charakterizována vlastním mottem: „*Aufleben statt Aufheben*,“ (oživit namísto uložit).⁸⁷

Ve stáří se snižuje pohyblivost organismu. Z důvodu nutnosti udržování přiměřené fyzické aktivity a redukce negativních faktorů je třeba uzpůsobit formy aktivit vytvářených pro seniory. V domovech seniorů by aktivita měla pokračovat naprosto přirozeným způsobem, jako tomu bylo před umístěním v institucionalizované péči. Měli bychom se snažit o vytvoření takových podmínek, abychom přirozeně vytvářeli potřebu aktivity. Aktivita by měla přispívat k větší participaci na společenském životě, na rozvoji osobnosti. Musíme přitom respektovat rozdíly

⁸⁷ Srov. Integra. AT. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <https://www.integra.at/fileadmin/user_upload/integra/Bildung_Aktion/Referentenmanuskripte/1998/integra%201998_Erwin_Boehm.pdf>.

osobností klientů. V praxi to znamená, že nabídka aktivit musí pokrýt jak aktivitu aktivní a akční, tak aktivitu spíše pasivní. Prostřednictvím správně aplikované aktivity zažívá člověk pocit sounáležitosti, jedinečnosti a spokojenosti nad vlastním výkonem. Při rozličných aktivitách poznáváme osobnost člověka. Vostrovská aktivitu ve směru k seniorskému klientovi nazývá „*terapií na stáří*.“⁸⁸

Aktivity lze kategorizovat dle různých kritérií. Pokud se zaměříme na aktivity, které vycházejí z oblasti uspokojených potřeb, je dělení následující:

- Aktivity k zabezpečení základních biologických potřeb – jídlo, pohyb, mytí, intimní vztahy, smyslová stimulace.
- Aktivity, které podporují jistotu, bezpečí, autonomii.
- Aktivity sociální povahy – účast na společenském dění, udržování sociálních vztahů, budování nových kontaktů.
- Aktivity, které podporují osobní rozvoj, důstojnost a vlastní identitu – učení se novému, mít určitou roli, zažít úspěch, mít kontrolu nad vlastním životem.
- Seberealizační aktivity – nalezení smyslu života, vyrovnání se s minulostí, smíření, transcendence, tvorba.

Další kategorizace vychází z místa v životě jedince. Náleží sem aktivity všedního dne, jako je opatrování potravin, léků, úklid, pracovní aktivity, péče o sebe, aktivity spojené s volným časem a dále rozvoj společně se vzděláváním. Podle počtu osob lze rovněž aktivity dělit na skupinové, individuální, párové a společenské.⁸⁹

Podle Hiršové, by aktivizace seniorů měla být zaměřena na budování svépomoci, na podporu při samostatném provádění aktivit, podporování samostatně vybraných a chtěných aktivit, rehabilitaci, motivaci a povzbuzení, nabídku zaměstnání a volnočasových aktivit.⁹⁰

Aktivizaci tedy můžeme chápat jako vytvoření takových podmínek, které umožní podporovat klienta v různorodých činnostech a v zajištění a naplnění jeho volného času.

⁸⁸ VOSTROVSKÁ, Helena. *Sociálně aktivizační programy pro klienty pečovatelské služby*. 2. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav, 1998. ISBN 80-707-1093-4, str. 15.

⁸⁹ Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, str. 440-441.

⁹⁰ HIRSCH, Anna, Maria. *Psychologie für Altenpfleger*. 2. vyd. München: Urban & Vogel, 2001. ISBN 3-86094-129-1, str. 21.

3.4 Aktivizační metoda

Aktivizační metoda je taková metoda, která podporuje aktivní a efektivní učení a výuku, samostatné, kritické a tvůrčí myšlení, kooperaci a participaci na jednotlivých činnostech. Pokud hovoříme o aktivizaci seniorů, je důležité zohlednit aspekty, které se týkají právě období a specifík sénia. Toto téma je vlastní oboru gerontologie a v návaznosti také geriatrie a gerontologické psychologie. Je třeba zvolit přístup vycházející ze znalosti problematiky stáří. Aktivizace v gerontologii musí být přiměřená potřebám a možnostem seniora, je zapotřebí zohlednit věk, zdravotní stav, zvyky, úroveň mobility a psychiky. Zároveň je třeba si uvědomit její nezbytnost pro prevenci nežádoucích změn tělesných, duševních i sociálních.

Při tvorbě aktivit pro seniory je úkolem všech osob, které přicházejí s klientem do interakce, přijímat seniora pozitivně, respektovat ho jako jedinečnou, samostatnou a svébytnou osobnost s vlastními právy a zvyky. Je velmi zásadní posilovat sebeúctu seniora, upevňovat jeho pocit bezpečí, umožnit mu prožitek úspěchu, radosti z možnosti sdílení zážitků a budování nových „krátkodobých“ perspektiv.

Dalším důležitým aspektem je způsob kontaktu se starým člověkem. Při jakékoliv interakci bychom měli se seniorem hovořit důstojně, trpělivě, nepodceňovat jej; podstatné je i korektní oslovení. Pokud žije starý člověk v domově pro seniory, žádná z osob, která se s ním setkává, by jej neměla např. zdětinšťovat nebo používat při oslovení nepřiměřené, případně pejorativní výrazy.

Z. Kalvach uvádí: *„Ať chceme, či nechceme, při každém profesním kontaktu s ohroženým, zranitelným, závislým člověkem půsíme buď psychoterapeuticky nebo psychotraumaticky. Neexistuje žádná třetí možnost.“*⁹¹

Aktivita a nabídky různých činností jsou nedílnou součástí geragogiky a umožňují klientům vytvoření smysluplné a akceptovatelné struktury dne. Mají různé cíle, které vycházejí z obecných cílů sociální péče. Strukturovaná nabídka denních a týdenních činností přispívá k lepší orientaci a pocitu jistoty klienta.

Prioritní základní lidskou potřebou je žít smysluplný život a mít koncept sebe sama, pro nějž jsou důležitými faktory zájmy, nápady, cíle, nalezení nového smyslu života či jeho změna, prožitek úspěchu.

Další základní potřebou a současně cílem při aktivizaci je sociální kontakt

⁹¹ KALVACH, Zdeněk a kol. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0, str. 80.

a interakce. To je základem tvorby aktivit u různých skupin, které mají nějaký společný cíl, tráví společně čas a zažívají pocit, že jsou součástí daného celku. Tyto aktivity přispívají ke komunikaci mezi klienty. Nabízejí rozličné možnosti vyprávění, sdílení, podnětů.

Důležité jsou rovněž aktivity podporující vnímání prostřednictvím smyslových orgánů. Jsou to různé druhy stimulací: dotekové, hudební, vůně, barvy, obrázky a jiné. S vnímáním úzce souvisí způsob vlastního myšlení, reagování a jednání. Důležitý je pozitivní prožitek, který může významně ovlivnit mínění o sobě a zlepšit vnímání sebe sama.

K naplnění a hodnotné kvalitě života přispívají zábava, radost a pocit spokojenosti. Kromě lékařské péče je jakákoliv podpora radosti ze života krokem ke spokojenosti klienta.

Mezi další cíle patří udržení co největší míry samostatnosti a rozhodování, podpora mobility a motoriky a podpora každodenních kompetencí, kterými rozumíme schopnosti, znalosti a připravenost člověka překonávat individuální životní každodenní situace. Díky nabídce geragogických aktivit mohou být udržovány, posilovány, rozšiřovány nebo měněny různé složky těchto každodenních kompetencí.⁹²

Cíle aktivit jsou součástí geragogiky a umožňují klientům vytvoření smysluplné a akceptovatelné struktury dne.

3.5 Aktivizační programy v domovech pro seniory

V úvodu této kapitoly je nutné uvést, že aktivizace je týmová práce, na které se podílejí všechny profesní skupiny pobytového zařízení.

Aktivizace seniorů je především prevencí proti ztrátě soběstačnosti. Vychází z ergoterapie (léčba prací) – pojí se s naplněním volného času, kdy aktivity při něm konané mohou zlepšovat soběstačnost seniora a posílit jeho psychickou i fyzickou kondici. Poskytuje také seniorům uvědomění si vlastní ceny. Někteří senioři si do vysokého věku zachovávají soběstačnost, schopnost seberealizace, aktivitu a schopnost určovat své záležitosti a účastnit se společenského života. Senioři, kteří nejsou soběstační, se ocitají v izolaci, zažívají pocity neúspěšnosti, zbytečnosti a frustrace. Dostávají se do tzv. „*spirály neschopnosti a neúspěšnosti*“.

Je zásadní, aby byl program navržen tak, aby byl život klientů i v domově

⁹² Srov. MÖTZING, Gisela. *Beschäftigung mit alten Menschen*. 1. vyd. München: Elsevier GmbH, 2005. ISBN 3-437-46500-7, str. 10-15.

seniorů smysluplným. Měl by stimulovat fyzické, mentální, emoční a společenské schopnosti klientů. Důležité je programy pravidelně analyzovat a přizpůsobovat možnostem a přáním klientů. Je třeba sestavit měsíční, týdenní a denní plán jednotlivých aktivit a informovat veškerý personál zařízení. Cílem programování aktivit je vytváření podpůrného prostředí, a to jak v materiálním, tak psychologickém, sociálním a duchovním slova smyslu. Domov, ve kterém senior žije, by měl vytvářet takové prostředí, které mu bude pomáhat při hledání smyslu, bude jej inspirovat a ulehčovat jeho činnosti. Mělo by se jednat o takovou podporu při aktivitách klienta, která by znamenala společné hledání toho, co jej naplňuje radostí, dává mu smysl, obohacuje jej o další pozitivní prožitky a pocity tak, jak je tomu v každodenním životě každého člověka.⁹³

H. Vostrovská uvádí příklady činností vhodných jak pro seniory žijící samostatně, tak pro klienty institucí. Podle ní by se měly podporovat následující aktivity:

- Vzdělávání – mělo by probíhat takovou formou, která je přijatelná pro tuto cílovou skupinu a odpovídá jejím potřebám a možnostem. Může se jednat o debaty, přednášky na zajímavá témata, četbu novin, sledování dokumentárních pořadů, celoživotní vzdělávání na univerzitách třetího věku a další.
- Pohybové aktivity – pohyb je důležitý v každém věku pro podporu a rozvoj celkového zdraví a stavu jedince, má příznivý vliv na lidský organismus, pomáhá zlepšit nebo udržet fyzickou zdatnost, ale pomáhá také zlepšit psychický stav a schopnost zvládnání stresu. Mělo by se jednat o aktivity jako je chůze, relaxační cvičení, kondiční cvičení, výlety.
- Zájmové aktivity – měly by vycházet ze znalosti biografie klientů, ale neměla by chybět nabídka nových, zajímavých činností.
- Poznávací programy – senioři mají stejně jako ostatní věkové skupiny touhu objevovat nové věci, proto by neměla být opomenuta tato dimenze. Aktivity mohou být zaměřené např. na poznávání města a okolí, muzea nebo hvězdárny.
- Kulturní programy – měly by být standardní součástí aktivit seniorů. Řadíme mezi ně aktivně prožívané zážitky, jako jsou např. návštěvy divadla, kina,

⁹³ Srov. KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6, str. 437.

koncerty, vystoupení dětí z uměleckých škol. Díky těmto aktivitám jsou senioři součástí veřejného dění.

- Komunikace – je pro starší populaci velmi důležitá, protože zabraňuje sociální izolaci, pocitu osamění a zbytečnosti. Staří lidé mají potřebu sdílet své emoce a problémy. Důležité je povídání, společné vzpomínání s přáteli a příbuznými.⁹⁴

Pokud bychom měli konkretizovat základní volnočasové aktivity u cílové skupiny seniorů, je třeba uvést ergoterapii, socioterapii, arteterapii, pohybovou aktivitu, muzikoterapii a ve stále větší míře také zahradní terapii. Mezi méně obvyklé patří například reminiscenční terapie, metoda Snolezen, Validace, koncept Bazální stimulace, koncept Smyslové aktivizace a další. Mnoho českých rezidenčních zařízení již dnes s těmito koncepty pracuje.

⁹⁴ Srov. VOSTROVSKÁ, Helena. *Sociálně aktivizační programy pro klienty pečovatelské služby*. 2. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav, 1998. ISBN 80-707-1093-4, str. 15.

4 Důstojnost lidské bytosti

Každý z nás si přeje, aby byl přijímán a respektován důstojně a s vážností, která pramení ze samotného bytí člověka. Důstojnost je zásadním pojmem pro každého člověka. Intenzita potřeby být přijímán v úctě se prohlubuje s příchodem stáří nebo nemoci, kdy jedinec přichází o možnost svobodného rozhodování a volného pohybu následkem chorobných změn a projevů. Dochází ke změně priorit a možností a celkově se mění pohled nejen na současnou situaci, ale též na budoucnost. Část aktivit člověka, schopností a dovedností je následkem involučních změn redukována. Stáří je spojeno s výskytem nemocí, které mají dopad na životní situaci seniora. Důstojnost je ve stáří velmi silným tématem a z tohoto důvodu se v následující kapitole blíže zaměřuji na obsah slova důstojnost.

4.1 Lidská důstojnost

Lidská důstojnost je jednou z klíčových lidských potřeb. Je součástí samotného lidství. Je onou specifickou kvalitou, kterou člověk disponuje. Je současně jeho samotnou identitou. Je hodnotou, jejímž prostřednictvím je člověk nahlížen jako individuum a současně jako sociální tvor v lidském společenství. Lidská důstojnost je současně nejvyšším ústavním principem, který není a nemůže být podřízen ostatním základním právům, neboť je jejich jádrem, jejich těžištěm. Lidská důstojnost ostatní základní práva interpretuje, propojuje a současně se stává nástrojem jejich ochrany. Stává se jejich atributem.⁹⁵

Důstojnost člověka můžeme nazvat synonymy jako vážnost nebo úcta. Pro člověka má obecně vysokou hodnotu. Pokud se podíváme na problematiku lidské důstojnosti ve vztahu k provozování pomáhajících profesí, můžeme ji charakterizovat jako citlivý přístup, ocenění klienta jako člověka s vlastní bohatou minulostí, s jeho dovednostmi, znalostmi a schopnostmi, pro které je ctěn. Důstojnost člověka (lidské hodnoty) je klíčovým pojmem a spočívá v možnosti volby, kterou člověk disponuje. Zásadní je jeho participace při volbě, řešení a způsobu pečovatelského procesu. Klient by měl být při jakékoliv činnosti spojené s úkony ošetrovatelského procesu partnerem a absolvovat takový výkon/terapii, s níž je seznámen, chápe důvody a rozumí následkům.

⁹⁵ Srov. BAUEROVÁ, Veronika. *Ústav práva a právní vědy*. [online], [cit. 20. 11. 2020]. Dostupné na WWW: <<https://www.ustavprava.cz/blog/2018/09/lidska-dustojnost-jako-zaklad-zivota>>.

Ve vyšším věku souvisí důstojnost s otázkou, jak zajistit kontinuálnost kvality života. Seniorský věk spojujeme s prožívanou kvalitou života a také s úrovní míry účasti při jakýchkoliv činnostech. Může se jednat o rozhodování při běžných denních aktivitách, ale také spoluúčast při rozhodování v otázkách výkonů spojených s péčí. Nezbytností je zajistit klientovi co možná nejvyšší míru participace při rozhodování a pochopení jeho pocitů a názorů.⁹⁶

Ve všeobecné deklaraci lidských práv z roku 1948 se v článku 1 říká: „*Všichni lidé se rodí svobodní a sobě rovni co do důstojnosti a práv.*“⁹⁷

Česká listina práv a svobod (1993) rovněž hned v prvním článku zmiňuje lidskou důstojnost: „*Lidé jsou svobodní a rovni v důstojnosti i v právech.*“⁹⁸

V Listině základních práv Evropské unie z roku 2007 je lidská důstojnost definována v Hlavě I následovně: „*Lidská důstojnost je nedotknutelná. Musí být respektována a chráněna.*“⁹⁹

Z těchto citací tedy vyplývá, že důstojnost a právo není totéž, přestože by se mohlo zdát, že právo je synonymem důstojnosti. B. Havránek ve Slovníku spisovného jazyka českého píše, že synonymy důstojnosti jsou: čest, vážnost, hodnota.¹⁰⁰ Tuto definici lze ještě rozšířit o slovo úcta – úcta člověka k sobě samému a ke druhým lidem. Každý z nás má právo na důstojnost, ale zároveň rovněž povinnost zachovat důstojnost ostatním.

Současná legislativa ČR zmiňuje lidskou důstojnost ve dvou zákonech: v Občanském zákoníku – zákon č. 89/2012 Sb. a Trestním zákoníku – zákon č. 40/2009 Sb.

V Občanském zákoníku jsou osobnostní práva upravena např. v § 3 a § 81. Vedle práva na ochranu života a zdraví, práva na ochranu soukromí, jména a projevu osobní povahy je zde zmíněno také právo na ochranu života a důstojnosti člověka.

Zákon č. 40/2009 Sb., Trestní zákoník, zmiňuje např. v § 37, že výkonem trestní sankce nesmí být ponížena lidská důstojnost.

⁹⁶ Srov. KŘÍŽKOVÁ, Petra. BP: *Teoretická východiska péče o seniory v rezidenčních zařízeních ve spolkové zemi Salzburg v Rakousku*. 2015. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<https://theses.cz/id/pwi56r?furl=%2Ffid%2Fpwi56r;so=nx;lang=en>>.

⁹⁷ Všeobecná deklarace lidských práv, ve Vybraných deklaracích Valného shromáždění uveřejněna pod č. 1/1948, čl. 3.

⁹⁸ Česká listina práv a svobod, úst. Čl. 3 a 112, odst. 1, zák. 1/1993 Sb., Ústava České republiky.

⁹⁹ Listina základních práv Evropské unie [online] [cit. 12. 12. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2007:303:0001:0016:CS:PDF>>.

¹⁰⁰ HAVRÁNEK, Bohuslav. *Slovník spisovného jazyka českého*. Díl 1. A-G. 2. nezměněné vydání. Praha: Academia, 1989.

Lidskou důstojností se zabývá rovněž Etický kodex České lékařské komory: „*Lékař u nevléčitelně nemocných a umírajících účinně tiší bolest, šetří lidskou důstojnost a mírní utrpení. Vůči neodvratitelné a bezprostředně očekávané smrti však nemá být cílem lékařova jednání prodlužovat život za každou cenu. Eutanazie a asistované suicidium nejsou přípustné... lékař má povinnost pečovat o zdraví jedince a společnosti v souladu se zásadami lidskosti, v duchu úcty ke každému lidskému životu od jeho počátku až do jeho konce a se všemi ohledy na důstojnost lidského jedince.*“¹⁰¹

J. Vyleťal ve stati Kodex lidské důstojnosti důrazně apeluje na zachovávání lidské důstojnosti, k níž podle něho náleží odmítnutí mučení, nárok na stejně kvalitní lékařskou péči, nárok na bezplatné vzdělání, nárok na přiměřené bydlení, přiměřenou stravu, ošacení a veřejnou dopravu, nárok na poskytnutí pomoci ve stáří, státní garance ceny energií a právo na bezpečnost a bezplatný a spravedlivý soud. V článku píše, že lidé jsou postupně okrádáni o svoji důstojnost a končí slovy: „*O lidskou důstojnost přijdeme nakonec úplně všichni.*“¹⁰²

V kontextu tohoto článku myslel pravděpodobně konec lidského života, k němuž jednou všichni dospějí. V této souvislosti se nabízí otázka, zda skutečně člověk pozbude úmrtím svoji důstojnost. Jak lze potom nahlížet na výrazné osobnosti naší historie, které nám zanechaly nesporně důležitá etická, duchovní, kulturní, vědecká a další dědictví? Jejich důstojnost žije i navzdory tomu, že jejich fyzická existence již skončila. Z toho můžeme vyvodit, že lidská důstojnost je transcendentní a nekončí smrtí jedince, ale přesahuje lidský život. Bude trvat, pokud bude trvat lidstvo.

O transcendentní důstojnosti hovoří také zastánci monoteistických náboženství. Téma transcendentní lidské důstojnosti můžeme nalézt v mnoha papežských encyklikách a dalších dokumentech. „*Důstojnost lidské osoby – každé lidské osoby – nezávisí na žádné lidské instanci, ale na jejím vlastním bytí, stvořeném k obrazu a podobě Boží... Podobně i spravedlivá společnost může být uskutečněna pouze v úctě k transcendentní důstojnosti lidské osoby.*“¹⁰³

Jak vyplývá z předchozího textu, je zřejmé, že lidská důstojnost může mít mnoho různých podob a každý si pod tímto pojmem může představit něco jiného. Přehledný

¹⁰¹ Stavovský předpis č. 10 České lékařské komory. Etický kodex ČLK, 2007[online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <[http://www.lkcr.cz/novinky-265.html?do\[loadData\]=1&itemKey=cz_36](http://www.lkcr.cz/novinky-265.html?do[loadData]=1&itemKey=cz_36)>.

¹⁰² Kodex lidské důstojnosti. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <sonapa.cz/downloads/vyletal-kodex.doc>.

¹⁰³ Rodina učitelka lidských a křesťanských hodnot. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <bip.cz/STAZENI/DOKUMENTY/rodina/Pripravne_katecheze_Mexiko.doc>.

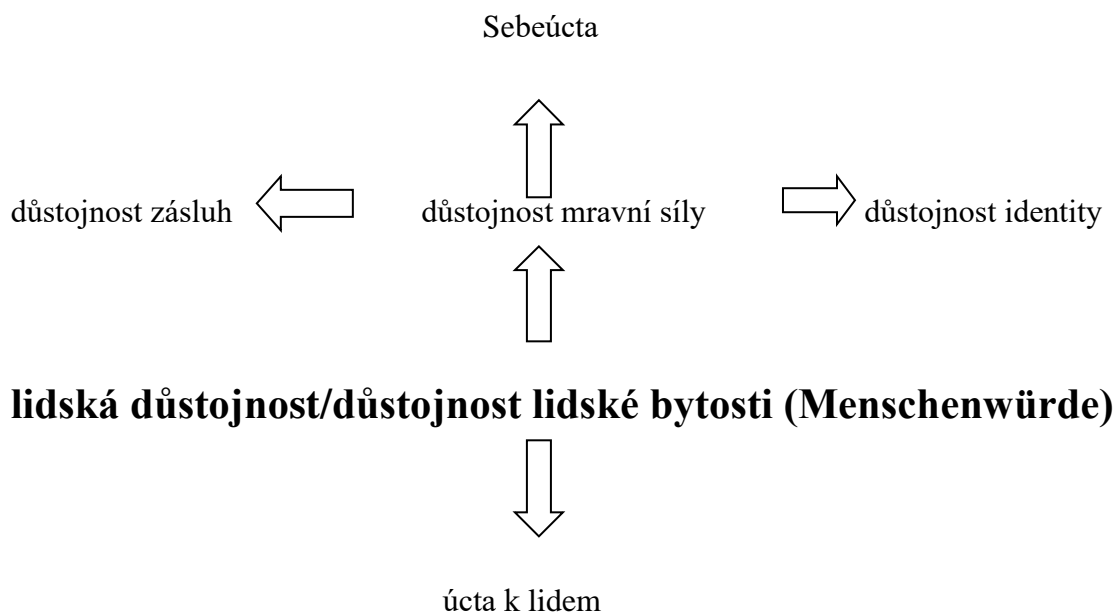
model současného pohledu na lidskou důstojnost zpracoval Z. Kalvach v rámci studie *Důstojnost a starší Evropané*. Jeho model dělí lidskou důstojnost na čtyři základní typy:

- důstojnost zásluh,
- důstojnost mravní síly,
- důstojnost osobní identity,
- důstojnost lidské bytosti (lidská důstojnost, Menschenwürde).

Prvními třemi typy je důstojnost přisuzovaná člověku zvenčí, tzv. kontingentní důstojnost. **Důstojnost zásluh** je spojována se společenským a ekonomickým statutem člověka. **Důstojnost mravní síly** souvisí s mravní autonomií, schopností žít v symbióze s mravními zásadami. Člověk jednající v těchto dimenzích zažívá určitou mravní sílu. **Důstojnost osobní identity** je spojena s nalezením smyslu života, uvědoměním si vlastního já a integrací do společnosti. Jde též o schopnost vytvořit a prezentovat smysluplný obraz vlastního života. Tato důstojnost je intenzivně spojena s péčí o seniory, protože zde může u nemohoucích osob dojít ke konfliktu při provádění úkonů spojených se zajištěním osobní hygieny. Může vést ke změně vlastní identity.

Čtvrtá je, **důstojnost lidské bytosti/lidská důstojnost** (Menschenwürde), je definována jako nezcizitelná hodnota lidského bytí, úcta ke všem lidským bytostem, tzv. inherentní důstojnost.¹⁰⁴ Názorný graf jasně vysvětluje souvztažnost mezi těmito čtyřmi kategoriemi. Základnou je Menschenwürde – důstojnost lidské hodnoty. Z ní pramení úcta k lidem, Menschenwürde (důstojnost lidské hodnoty) dále umožňuje prožívání důstojnosti v dalších třech kategoriích. Prožitek těchto důstojností je předpokladem pro vznik sebeúcty.

¹⁰⁴ KALVACH, Zdeněk a kol. *Respektování lidské důstojnosti. Příručka pro odbornou výuku, výchovu a výcvik studentů lékařských, zdravotnických a zdravotně – sociálních oborů*. 1. vyd. Praha: Cesta domů, 2004. ISBN 80-239-4334-0, s. 14.



Obrázek č. 2 Model důstojnosti

Pokud tedy máme vrozenou a nezcizitelnou lidskou důstojnost, záleží na naší vlastní vůli a cílevědomosti, zda dosáhneme jistého společenského nebo ekonomického statusu, mravní autonomie a nalezneme smysl života. Pak můžeme mít úctu k sobě samému. Samotná inherentní lidská důstojnost není sama o sobě předpokladem úcty k ostatním lidem, lidé musí disponovat určitým etickým kodexem, aby se k ostatním chovali s úctou a vážností.

A. Arzenbacher v Křesťanské a sociální etice píše: „*Co nechceš, aby ti činili druzí, nečiň ty jim! Tutéž reciprocitu vyjadřuje také biblické přikázání lásky k bližnímu. Zaručení této důstojnosti každé osoby v účinném zabezpečení základních podmínek lidství vede k mravnímu požadavku právního stavu, který zaručuje uznání lidských práv jako základních práv.*“¹⁰⁵

Pokud tedy budeme mravně autonomní, dokážeme se k ostatním chovat jako k rovnoprávným jedincům, kteří mají právo na důstojnost. Totéž budeme požadovat od nich ve vztahu k nám. Budeme pak schopni respektovat jejich individuální odlišnosti, neboť každý z nás má právo na důstojnost bez ohledu na to, s jakým genetickým, rasovým nebo sociálním „věnem“ se zrodil do tohoto světa.

„*Existence individuálních rozdílností napříč rasami nebo pohlavími nám ovšem neposkytuje žádnou obranu proti sofistikým odpůrcům rovnoprávnosti, kteří říkají,*

¹⁰⁵ ANZENBACHER, Arno. *Křesťanská sociální etika*. 1. vyd. Brno: CDK, 2004. ISBN 8073250306, s. 188.

že zájmy jednotlivců s IQ pod 100 si zaslouží méně pozornosti než zájmy těch, jejichž IQ je nad 100. V takové společnosti by třeba IQ pod stanovenou hranicí učinilo z jedněch, otroky druhých,“ píše P. Singer v knize *Osvobození zvířat*.¹⁰⁶

Každý člověk má právo na lidskou důstojnost. Tím, že se narodí jako člověk, je mu dána do vínku důstojnost člověka. Ve velké míře však záleží na něm samém, zda si tuto důstojnost, s níž byl stvořen, zaslouží. Měl by být zodpovědný a svědomitý, mít respekt k sobě sama i k druhým, cílevědomý a žít tak, aby jeho „pobyt“ zde na zemi měl určitý smysl. Jen tak může naplnit všechny kategorie lidské důstojnosti a prožít plnohodnotný život důstojně.¹⁰⁷

¹⁰⁶ SINGER, Peter. *Osvobození zvířat*. 1. vyd. Praha: Práh, 2001. ISBN 80-7252-042-3, s. 19.

¹⁰⁷ Informační portál Osobní asistence. [online], [cit. 20. 11. 2020]. Dostupné na WWW: <<https://www.osobniasistence.cz/?tema=3&article=5>>.

5 Lidské potřeby

V této kapitole nejprve představím pojem lidské potřeby. Dále se budu zabývat jejich klasifikací a poté konkrétními autory, kteří zmapovali a představili vlastní koncepcce lidských potřeb. V návaznosti na zaměření práce se budu podrobněji zabírat koncepcí lidských potřeb Abrahama Maslowa, která je v současnosti chápána jako stěžejní v mnoha oblastech života člověka. V navazující kapitole představím koncepci potřeb chilského ekonoma Manfreda Maxe-Neefa. Předpokladem kvalitního života člověka je to, že má kontrolu nad svým životem, může se svobodně rozhodovat a plánovat, jak v krátkodobém, tak dlouhodobém horizontu. Má schopnosti a možnosti k uspokojování svých potřeb, přání a cílů. Uspokojování potřeb je pro člověka klíčové a do velké míry určuje jeho spokojenost, a to i přesto, že míra jejich uvědomování a uspokojování je rozdílná.

5.1 Vymezení a dělení potřeb

Potřeba je stav, při němž se organismus ocitá v nerovnováze. Vzniká na základě subjektivního vnímání přebytku nebo nedostatku něčeho podstatného pro život jednotlivce. Dochází k narušení vnitřní rovnováhy člověka, přičemž je tento nerovnovážený stav provázen projevy emocí různé intenzity a povahy. Negativní emoce bývají spojovány se vznikem nedostatku, uspokojením potřeby dochází k pozitivním emočním prožitkům.¹⁰⁸

Člověk je v životě poháněn různými potřebami a v jednom okamžiku uspokojuje více druhů potřeb zároveň. Tyto potřeby mají různá zaměření, intenzitu nebo důležitost. S postupem věku se potřeby mění. Část lidí přestává být schopna uspokojovat své potřeby v rozsahu, na jaký byli dříve zvyklí. Následkem toho dochází k redukci kvality života. Na tuto situaci musí reagovat pracovníci v pomáhajících profesích. Měli by znát potřeby různých skupin lidí, jejich priority nebo způsob jejich naplňování, aby je mohli pochopit a umožnit klientům žít smysluplný život v kterékoliv životní etapě. Například následkem odchodu do domova pro seniory se mění způsob, míra a důležitost uspokojování některých potřeb. Na jedné straně může dojít k vyšší míře bezpečí a zaopatření, na druhé straně to může vést k porušení stávajících sociálních vztahů.

¹⁰⁸ Srov. HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X, s. 444-445.

Mazi základní potřeby náleží potřeby fyziologické. Jejich prostřednictvím je zachováván lidský organismus. Jsou to potřeby jídla, pití, spánku, udržování stálé teploty organismu a další. Jejich uspokojování je pro člověka zcela klíčové, ale v okamžiku, kdy nepocítuje jejich deficit, se jimi zásadně nezabývá. Jiné potřeby, jako jsou láska, pocit bezpečí, svoboda, zdraví se projevují ve formě přání a tužeb.¹⁰⁹

Člověk, který si uvědomí napětí plynoucí z nedostatku či neuspokojení určité potřeby, začne konat, potřeba se stává motivem k jednání. Jde o počáteční impuls, který iniciuje lidský organismus ke konkrétním krokům vedoucím k uspokojení potřeby. Nakonečný charakterizuje téma potřeb: „*Potřeba se projevuje jako objektivně či subjektivně pociťovaný nedostatek na úrovni fyzické i sociální existence jedince.*“¹¹⁰

Z toho lze odvodit, že potřeba může být také to, co nelze objektivně považovat za potřebu nezbytnou pro život a v mnoha směrech se může jednat například o substance, které mají pro člověka negativní dopad nebo mohou poškodit jeho zdraví. Například konzumace alkoholu, užívání různých druhů drog, kouření, ale také další patologické jevy, které ve svém důsledku znamenají závislost, rozpad rodiny nebo smrt.

Je důležité zmínit, co je určující pro saturaci potřeb. Jde o několik psychických činitelů odrážejících individualitu, jedinečnost chápání a přístup každého člověka. Podstatným činitelem je pud čili vrozený podnět pro nějakou cílenou činnost. Na naplňování potřeb se též účastní zájem. Zájem můžeme označit jako motiv vedoucí k poznávání okolního světa nebo nějakých činností. Ambice bychom mohli označit jako ctižádostivost člověka, který usiluje o seberealizaci a prosazení. Cíl bychom mohli propojit s motivací, neboť ta udržuje člověka v aktivitě vedoucí k dosažení toho, co si předsevzal. Při uspokojování potřeb hrají důležitou roli ideály neboli vzory, kterým se chceme přiblížit nebo jich dosáhnout. Smýšlení/přesvědčení jako určující faktor v případě saturace potřeb nám dává v životě jistotu, že se jedinec může opřít o cosi pravdivého nebo důvěryhodného, například víru nebo jiný atribut.¹¹¹

Saturace potřeb je určována faktory, které lze členit na subjektivní a objektivní. Subjektivním faktorem, podílejícím se na naplnění potřeb, je pozitivní

¹⁰⁹ Srov. CHLOUBOVÁ, Helena. Změny potřeb ve stáří. *Rezidenční péče*, 2005, roč. 1, č. 2, s. 22-23. [online], [cit. 20. 10. 2020]. ISSN 1801-8726. Dostupné na WWW: <<http://www.rezidencnipece.cz/archiv/casopis/0502.pdf>>.

¹¹⁰ NAKONEČNÝ, Milan. In NEŠPOROVÁ, Olga; SVOBODOVÁ, Kamila; VIDOVICOVÁ, Lucie. *Zajištění potřeb seniorů s důrazem na roli nestátního sektoru*. 1. vyd. Praha: VÚPSV, 2008. ISBN 978-80-87007-96-9, s. 23.

¹¹¹ Srov. ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7, s. 23-24.

sebepojetí. Člověk, který nazírá sám sebe pozitivně, ochotněji přijímá vnitřní změny, je schopen lépe určovat vlastní potřeby a také je následně saturovat. Zvládá lépe těžké životní situace a akceptuje změny v hierarchii osobních hodnot a při naplňování potřeb. Naopak porušené sebepojetí přináší problémy v procesu uspokojování potřeb a vyžaduje vyšší míru spolupráce okolí. Mezi objektivní faktory při naplňování potřeb lze řadit ty, které jsou zjevné a skutečné (například potřeba tekutin, stravy a potřeby spojené s hygienou a mobilitou člověka). Dále pohlaví, věk, dosažené vzdělání, společenský status, rodinné podmínky nebo stádium vývoje. Třetí oblastí jsou mezilidské vztahy, které bychom primárně zařadili do subjektivních faktorů, ale v tomto případě se jedná o přístup zvenčí, komunikaci, intervenci nebo jinou pomoc další osobou.¹¹²

Příbyl uvádí, že potřeby můžeme dělit na základě různých kritérií. Zásadní je význam konkrétní potřeby pro zachování života. Podle míry důležitosti proto rozlišujeme nižší a vyšší potřeby. Nižší potřeby jsou ty, jejichž pomocí člověk zabezpečuje základní funkce organismu. Jsou to fyziologické potřeby, jako je zajištění potravy, tekutin, tepla, dýchání a další. Bez těchto potřeb není z dlouhodobého hlediska možný život. Vyšší potřeby jsou sekundární, získávané v průběhu života, tzv. sociální potřeby, například potřeba uznání, seberealizace, interakce ve společnosti. Holistický přístup k člověku rozděluje lidské potřeby do čtyř skupin: sociální potřeby (člověk potřebuje ke svému životu interakci s ostatními), psychologické potřeby (potřeba bezpečí, hodnota lidské důstojnosti), spirituální potřeby (potřeba životního smyslu, potřeba odpustit, potřeba dávat lásku), fyziologické potřeby (jídlo, pití, dýchání, spánek, pohyb). Dalším kritériem členění potřeb je například počet jedinců, kterých se týká, dále může být měřítkem frekvence, čas a obsah.¹¹³

Jiné členění potřeb představuje ve své knize Šamánková. Ta stanovila kritéria následovně. Klíčovým dělením potřeb jsou **obecná hlediska**. Ta lze hierarchizovat do dalších subkategorií: *podle podstaty člověka*, zde jsou potřeby biologické, duševní, potřeby krásy, společenské a kulturní potřeby, potřeby sebe prezentace a duchovní potřeby. Další subkategorií je *počet zainteresovaných osob*, kde specifikuje individuální a kolektivní potřeby. *Podle obsahu* rozděluje potřeby na věcné a duševní. Věcné potřeby zahrnují materiální zajištění a vlastnictví konkrétních předmětů. Duševní

¹¹² Srov. ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7, s. 23-24.

¹¹³ Srov. PŘIBYL, Hugo. *Lidské potřeby ve stáří*. 1. vyd. Praha: Maxdorf, 2015. ISBN 978-80-7345-437-1, s. 31-33.

potřeby jsou nehmotného charakteru, a přesto mají v životě člověka významné místo. Jsou to například potřeba vlastního hodnotového žebříčku, potřeba milovat nebo potřeba přátelství. *Ekonomické hledisko* při uspokojování potřeb znamená rozdělení na potřeby vycházející z ekonomických aktivit (vlastnictví auta, obstarávání kvalitního zboží) a potřeby nezávislé na ekonomice (potřeba volnočasových aktivit, potřeba koupat se, založit rodinu). *Podle intenzity* dělí potřeby na potřebné (potřeby pro zajištění života – strava, tekutiny, teplo, spánek) a nepotřebné (jedná se o materiální potřeby – značkové oděvy, auto a věci, které bezpodmínečně nepotřebujeme k životu). V návaznosti na *frekvenci* rozlišuje potřeby stálé (nutné pro každodenní život), příležitostné (vztahují se k různým periodickým životním etapám) a ojedinělé (tyto potřeby se vyskytují pouze několikrát v průběhu celého života (svatba, rozvod, promoce dětí). Pokud bude kritériem hodnocení *čas*, hovoří o soudobých (nynějších) a následných (cílené a chtěné potřeby v budoucnosti). Dalším způsobem je členění potřeb dle významu pro *zachování života*, zde rozlišuje potřeby primární (nutné pro zabezpečení života – strava, pití, teplo, péče, léky) a sekundární (získané – například sociální interakce, komunikace). Pokud bude kritériem rozdělení potřeb jejich *způsob podnícení*, hovoří o hlavních (potřeby jdoucí v určitém sledu za sebou, aby bylo docíleno chtěného výsledku) a doplňkových potřebách, jejichž prostřednictvím navyšujeme míru a hodnotu při uspokojování jiné konkrétní potřeby.¹¹⁴

Existuje řada teorií, jak lze členit lidské potřeby. Autoři koncepcí lidských potřeb se je snažili klasifikovat do různých kategorií, úrovní, přisuzovali jim různý stupeň významnosti. Hledali odpověď na kardinální otázku, kterou je definovat nejdůležitější potřebu.

Jako nejvyšší potřebu představil psycholog A. Maslow „sebeaktualizaci“, která znamená uznání a ztělesnění vnitřní podstaty člověka, realizaci a odhalení dostupných možností, kterými jedinec disponuje. Také je to schopnost nalezení osobní podstaty za absence nemoci nebo nepříznivého rozvoje základních lidských a osobních schopností.¹¹⁵

V roce 1995 prezentoval „absolutní lidskou potřebu“ M. R. Leary. Popsal ji jako: „Univerzální lidskou potřebu být 'někým' – být považován za člověka, který má

¹¹⁴ Srov. ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7, s. 17-19.

¹¹⁵ Srov. MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 253.

svou důstojnost, hodnotu, kterému se proto dostává potřebné pozornosti, ohledu a úcty od druhých lidí.“¹¹⁶

D. C. McClelland, americký sociální a behaviorální psycholog, popsal teorii získaných potřeb, ve které definoval tři základní naučené potřeby: potřebu něco dokázat, potřebu členství a potřebu ovládat. Každý člověk disponuje podle McClellanda všemi třemi potřebami, ale odlišná je míra jejich důležitosti. Podle autora existuje u každého jedince jedna potřeba, kterou můžeme označit jako určující, dominantní. Ta převažuje nad ostatními a můžeme ji považovat za klíčovou v hodnocení priorit při uspokojování potřeb. Potřeba výkonu (achievement) znamená lidskou touhu být v nějaké oblasti výjimečný, dobrý a být za to oceněn a uznáván. Potřebu členství D. C. McClelland charakterizuje jako potřebu člověka někam patřit, rozvíjet a prohlubovat mezilidské vztahy. Potřeba moci (the need of power) znamená, že člověk nepotřebuje uznání ostatních, ale preferuje jejich ovládnutí nebo jejich pomoc při dosažení vlastních cílů. Tuto potřebu ještě dělí na moc sociální (člověk ji využívá při skupinové činnosti) a moc osobní (jejím prostřednictvím naplňuje člověk potřebu dominance).¹¹⁷

Pojetí teorie potřeb rozpracované H. A. Murrayem, americkým psychologem, spočívá v předpokladu, že celek je tvořený tlakem na jedné straně a potřebou na straně druhé. Potřebu nazírá jako atribut, který jedinec chce a dělá vše pro jeho získání. Tlakem označuje souhrn všeho, co je určováno prostředím a směřuje na jednotlivce s cílem, aby jej člověk splnil. Tlak rozděluje na alfa tlak (objektivní okolnosti) a beta tlak (subjektivní přístup a pojetí alfa tlaku nutného pro reakci). Potřeby jsou v jeho koncepci členěné do tří skupin:

- viscerogenní (vrozené, potřeby přebytku, nedostatku, úniku a obrany),
- psychogenní (získané, spojené s vytvářením, uchováváním),
- skryté (strach, degradace, obava ze samoty).

Potřeby a tlaky jsou ve stálém a proměnlivém vztahu.¹¹⁸

Vágnerová rozpracovala několik rovin potřeb ve stáří. Rozlišuje potřeby u mladších a starších seniorů. U mladších seniorů jsou potřeby vázány na předpoklad, že ve většině případů žijí senioři ještě v páru a mohou určité potřeby saturovat prostřednictvím partnera. Popisuje šest okruhů potřeb: *potřeba stimulů* (základní potřeba člověka, která

¹¹⁶ LEARY, Mark, Richard. In KALVACH, Zdeněk a kol. *Křehký pacient a primární péče*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-4026-3, s. 33.

¹¹⁷ Srov. McCLELLAND David, Clarence. In ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7, s. 29.

¹¹⁸ Srov. ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7, s. 29.

spočívá v získávání odpovídajících podnětů v návaznosti na věk jedince, v případě starších lidí, kteří nestojí o nové podněty, preferují to, co znají, nicméně zachování jejich stimulace je důležité). *Potřeba orientace a adaptace* (v životě každého člověka je třeba hledat a najít smysl života, člověk musí mít před sebou nějaký cíl a musí se přizpůsobit nové životní etapě). *Potřeba seberealizace* (člověk ztrátou profesní pozice mění svůj dosavadní život a musí najít jinou možnost seberealizace a potvrzení vlastní hodnoty). *Potřeba bezpečí a citové jistoty* (ve stáří se objevuje strach ze změn; je třeba zachovat potřebnou míru autonomie a jistoty; člověk musí stále patřit do nějaké sociální skupiny). *Potřeba sociálního kontaktu a citové vazby* (je důležité zachovat kontinuitu sociálních interakcí s blízkými lidmi). *Potřeba aktivity* (důležité je zachování adekvátních fyzických a psychických činností v návaznosti na zdravotní stav a opotřebování organismu).¹¹⁹

Další systém potřeb vypracovala H. Chloubová, která vychází z humanistické psychologie a holistického pojetí člověka. Tento přístup zahrnuje sjednocený celek různých potřeb. Potřeby hierarchizuje a představuje tzv. „Dům životních potřeb“. Potřeby člověka, které jsou vystavěny do podoby domu, symbolizují důležitost potřeb a jejich úrovně. Na první úrovni se nachází fyziologické potřeby: dýchání, teplo, jídlo, pití. Jsou to potřeby základní (základy domu). Na druhé úrovni (přízemí) leží existenciální potřeby, tzn. potřeby jistoty a bezpečí. Pro seniory je důležité především zdraví a zachování soběstačnosti. První patro je vybudováno ze vztahových potřeb. V dalším patře jsou umístěny potřeby autonomie a sebepojetí. Nejvýše se v domě nalézají duchovní, tvůrčí potřeby, životní hodnoty a seberealizace. Podle autorky senioři nepotřebují ke spokojenému životu velké a vysoké domy, jako vyžadují dospělí lidé. Preferují malé, praktické domky. Zásadní je pro ně nejnižší úroveň domu. Navíc určité místnosti domu ani nechtějí navštěvovat (například tělocvičnu).¹²⁰

Potřebu obecně charakterizuje jako: „*Stav člověka, kde existuje napětí a dynamická síla, vznikající z nedostatku nebo přebytku, směřující znovu k obnovení životní rovnováhy – splnění přání a životních hodnot.*“¹²¹

¹¹⁹ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5, s. 364–366.

¹²⁰ Srov. CHLOUBOVÁ, Helena. Změny potřeb ve stáří. *Rezidenční péče*, 2005, roč. 1, č. 2, s. 22–23. [online], [cit. 20. 10. 2020]. ISSN 1801-8726. Dostupné na WWW: <<http://www.rezidenčnípece.cz/archiv/casopis/0502.pdf>>.

¹²¹ CHLOUBOVÁ, Helena. Změny potřeb ve stáří. *Rezidenční péče*, 2005, roč. 1, č. 2, s. 22–23. [online], [cit. 20. 10. 2020]. ISSN 1801-8726. Dostupné na WWW: <<http://www.rezidenčnípece.cz/archiv/casopis/0502.pdf>>.

POTŘEBY ČLOVĚKA								
sebe-realizace	sebe-aktualizace	hodnoty životní	tvůrčí potřeby	duchovní potřeby	kulturní potřeby	pracovní potřeby	estetické potřeby	různé zájmy
sebeúcta	sebe-pojetí	úspěch uznání	neudělat ostudu	intimita	poznání pochopení	autonomie	Moc	submise
láska	sounáležitost	důvěra	komunikace	rodina	přátelství	pečovat o druhé	identita	pozitivní vztah
zdraví	bezpečí pomoci	jistoty sociální ekonom.	soběstačnost	bydlení	informace	podněty	Mír klid	potřeba struktury řádu
dýchání	hydratace	výživy	vyprázdnění moče stolice	aktivita tělesná duševní	spánek odpočinek	teplo být bez bolesti	očista hygieny	sexuální mateřské potřeby

Obrázek č. 3 Dům životních potřeb¹²²

Německá geragožka G. Mötzingová v knize *Beschäftigung mit alten Menschen* prezentovala hierarchii potřeb vztahující se k seniorské populaci. Její hierarchie má vzestupnou podobu a odráží původní náhled na lidské potřeby v pojetí A. Maslowa. V návaznosti na cílovou skupinu zohlednila poněkud odlišné potřeby. Hierarchie podle G. Mötzingové zahrnuje:

- fyziologické potřeby (hlad, žízeň, bezbolestnost, spánek, klid, teplo, sexualitu, péči o tělo),
- potřebu jistoty a bezpečí (ochranu před nebezpečím, nezávislost, zabezpečení),
- potřebu sounáležitosti a lásky (náklonnost, přátelství, lásku, důvěru),
- potřebu úcty a vážnosti (uznání, pochvalu, sebedůvěru, kompetence, obdiv),
- potřebu seberozvoje (nabytí vědomostí, nalezení smyslu, spiritualitu, víru, rozvoj kompetencí, estetiku, seberealizaci).¹²³

Kromě potřeb týkajících se biologické, sociální a psychické složky existují duchovní potřeby. Duchovními potřebami ve stáří se zabývalo několik autorů. H. G. Koenig

¹²² CHLOUBOVÁ, Helena. Dům životních potřeb. In PŘIBYL, Hugo. *Lidské potřeby ve stáří*. 1. vyd. Praha: Maxdorf, 2015. ISBN 978-80-7345-437-1, s. 41.

¹²³ Srov. MÖTZING, Gisela. *Beschäftigung mit alten Menschen*. 1. Auf. München: Elsevier GmbH, 2005. ISBN 3-437-46500-7, s. 3.

vychází ze čtyř klíčových druhů lidské důstojnosti: důstojnost zásluh – co člověk v životě vytvořil, důstojnost mravní síly obsahující mravní principy jednotlivce, důstojnost osobní identity – zahrnuje vědomí vlastní svébytnosti, vědomí smyslu života, Menschenwürde/lidská důstojnost – přesahuje oblast běžného lidského chápání, je univerzální sebezpřesahnou důstojností. Vytvořil několik oblastí duchovních potřeb, které člověk v průběhu života zažívá a které pro něho získávají na důležitosti. Na jejich intenzitě a významu se podílí například věk, zdravotní stav nebo schopnost pozitivně nazírat na svůj život. První je *potřeba vědomí vlastní hodnoty a důstojnosti* (význam se prohlubuje v závislosti na zhoršování zdravotního stavu). Dále *potřeba kontinuity smysluplného životního příběhu* (vědomí, že člověk v celém životě obstál, něco vytvořil, zahrnuje nutnost vyrovnat se s minulostí, bilancovat svůj život). *Potřeba podpory v čase ztrát* (vědomí, že máme někoho/Boha na své straně a můžeme se k němu uchýlit). *Potřeba smyslu života, naděje a cíle v životě* (obsahuje potřebu nové orientace ve stáří a schopnosti ocenění vlastního života). *Potřeba projevit hněv a pochyby* (spočívá v důležitosti moci svobodně sdělit své negativní i pozitivní emoce). *Potřeba dostávat a dávat lásku* (spočívá v malých radostech směrem k druhému, v pozitivním přijetí okolí, vede k lepšímu sebeobrazu). *Potřeba možnosti spirituálního nebo religiózního způsobu chování* (tkví v možnosti člověka uspokojovat individuální religiozitu a spiritualitu). *Potřeba vděčnosti* (je klíčem k pozitivnímu pohledu na život). *Potřeba odpuštění a zažít odpuštění* (její hodnota je v úspěšném bilancování života a schopnosti vyrovnat se s vlastními chybami a chybami druhých). *Potřeba připravit se na smrt a umírání* (důležitost je obsažena v detabuizování smrti a přípravě na odchod ze života a společném sdílení tohoto času). *Potřeba transpersonální zkušenosti a hledání přesahu v životních situacích* (umění přijímat život s nadhledem a životní moudrostí).¹²⁴

V. Suchomelová popisuje pět stěžejních spirituálních potřeb:

- potřebu vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty,
- potřebu kontinuity smysluplného životního příběhu,
- potřebu naděje a životního cíle,
- potřebu víry,

¹²⁴ Srov. KOENIG, Harold., G. In SUCHOMELOVÁ, Věra. *Senioři a spiritualita*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 2016. ISBN 978-80-7255-361-7, s. 85-112.

- potřebu lásky (přijímat lásku, dávat lásku v podobě malých radostí, být nějakým způsobem užitečný).¹²⁵

V dalších kapitolách podrobněji představím pojetí potřeb autorů Manfreda Maxe-Neeffa a Abrahama Maslowa.

5.2 Potřeby v pojetí A. Maslowa

Abraham Maslow je řazen mezi zakladatele humanistické psychologie. Některé zdroje o něm hovoří jako o představiteli holistického přístupu. Maslowova teorie lidských potřeb vychází z humanistického pohledu na člověka spočívajícím v povzbudivém nazírání světa. Důležitým pojmem v Maslowově psychologii je holismus. Holismus jako filosofický směr postuluje na tezi, že je třeba brát v úvahu všechny formy bytí, které se snaží být celkem, a každá z těchto částí má svůj význam v okamžiku, kdy ji vnímáme současně s ostatními částmi celku.

A. Maslow si uvědomoval ambivalentní povahu lidské povahy, ale přesto byl přesvědčen, že člověk je ve své podstatě dobrý. Pokud se chová špatně, je to způsobené reakcí na neuspokojování základních potřeb nebo v důsledku bolesti a stresu.¹²⁶ A. Maslow se podrobně zabýval různými doloženými motivačními teoriemi, kde byly potřeby všeobecně nahlíženy negativně se závěrem, že potřeba znamená zlost nebo frustraci. Jiné teorie stavěly na předpokladu, že existují pouze primární (biologicky podmíněné) potřeby a pudy. Tyto potřeby byly potřebné pro přežití člověka nebo zachování rodu. Potřeby jako např. láska nebo krása nebyly považovány za základní, protože jimi nedisponují všichni lidé, byly proto označeny za potřeby sekundární.

Maslow zpochybnil tato pojetí a začal se zabývat přepracováním ortodoxních teorií. První etapa úprav se týkala zjištění permanentního koloběhu motivačních pohnutek. Člověk téměř nikdy nedosáhne motivačního klidu, tzn., že po uspokojení jedné pohnutky se okamžitě objeví jiná. Další úprava se týkala faktu, že pořadí pohnutek a odlišných motivů není nahodilé. Jsou pohnutky, které mají vyšší biologickou naléhavost než jiné. Tato intenzita je dána jejich vnitřní prioritou neboli hierarchizací. Pořadí je závislé na míře priority, síly či naléhavosti. Také zavedl pojem

¹²⁵ Srov. SUCHOMELOVÁ, Věra. *Senioři a spiritualita*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 2016. ISBN 978-80-7255-361-7, s. 216-231.

¹²⁶ Srov. MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 7-8.

prepotence, což je propojení priority, síly a naléhavosti určité potřeby. Pokud člověk uspokojuje více potřeb zároveň, bude prioritně uspokojena potřeba s vyšší prepotencí.¹²⁷

Zajímavé je jeho vysvětlení vyšších lidských motivů, jako je například láska, krása nebo spravedlnost. Na rozdíl od ortodoxních teorií, kde byly tyto potřeby považovány za sekundární (odvozené), je pokládal za stejně důležité a základní, jako například potřebu příjmu stravy a tekutin. Rozdíl spatřoval v tom, že se vyskytují u menšího počtu jedinců. Podle Maslowa se jedná o shodné základní pohnutky, a to i přesto, že se projevují u menšího počtu osob. Podle něj to znamená pouze jediné, a sice to, že jejich uspokojování nemá tak silnou prepotenci jako uspokojování jiných potřeb. Pokud budou tyto potřeby uspokojeny, mohou vystoupit potřeby s nižším stupněm prepotence, které byly po celou dobu přítomné ve vnitřní podstatě člověka, ale byly potlačovány biologicky naléhavějšími pohnutkami.¹²⁸

5.2.1 Úrovně potřeb

Člověk má obecně fyziologické, psychologické, sociální a spirituální potřeby. Hierarchické uspořádání lidských potřeb vychází z jejich naléhavosti a síly. Potřeba nasycení je pro člověka důležitější než například potřeba lásky. Původně Maslow řadil potřeby hierarchicky od nejnaléhavějších, přes psychosociální až po potřeby růstu. Později hierarchickou strukturu potřeb zkorigoval na dvě úrovně potřeb, deficitní potřeby a růstové potřeby. Mezi potřeby růstu přiřadil potřebu smysluplnosti života.¹²⁹

Maslow do své teorie zahrnul dvě úrovně potřeb, které se vztahují ke dvěma typům motivace. Rozpracoval nedostatkovou a růstovou motivaci. Tyto dva motivační procesy vychází z toho, co je jejich příčinou. Maslow předpokládal, že potřeby jídla, tekutin, tepla, až po lásku, uznání a úctu jsou potřeby, které jsou typické tím, že jsou potřebami nějakého nedostatku. Jde tedy o nedostatkové potřeby nebo také o potřeby frustrace. Je pro ně charakteristická základní vlastnost, tedy to, že pramení z nějakého deficitu, proto jsou také někdy nazývány deficitními potřebami (D potřeby). Tyto potřeby iniciují člověka k tomu, aby se snažil o jejich uspokojení. Člověk, který je poháněn nějakou deficitní potřebou, vnímá realitu nepřesně a jedná tak, aby došlo k uspokojení této potřeby. Přeneseně se dá říci, že člověk usiluje o získání

¹²⁷ Srov. MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 9-11.

¹²⁸ Srov. MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 10-11.

¹²⁹ Srov. ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4, s. 3-34.

toho, co způsobuje deficit. V okamžiku alespoň částečného uspokojení těchto potřeb se objevují nové potřeby, které vychází z růstové motivace. Jedná se o tzv. metapotřeby neboli jde o uspokojování kvalitativně vyšších potřeb.¹³⁰

Autor vysvětluje, proč se potřeby, kterými disponuje každý člověk, projevují pouze u malé části osob. „Většina z nás prožívá velkou část života v zajetí té či oné prepotentní úrovně nedostatkové motivace. Vyšší a specificky lidské možnosti zůstávají uzamčeny, skryty, zastíněny, nedokážou se projevit.“¹³¹

Všechny základní potřeby lze podle autora chápat jako jednotlivé kroky vedoucí k všeobecné sebeaktualizaci. Ta je podle něj maximální hodnotou, vrcholnou potřebou, tzv. metapotřebou. Potřebu sebeaktualizace Maslow vymezuje jako: „Schopnost účinněji vnímat realitu a mít k ní uspokojivější vztah.“¹³²

Sebeaktualizovaní lidé nejsou závislí na strachu, který je spojen s nedostatkovou motivací. Díky tomu dovedou žít uspokojivěji a skutečněji. Tato efektivita vychází z toho, že v okamžiku, kdy musí řešit určitý problém nebo komplikaci, jsou schopni zaměřit se na problém a zabývat se výhradně jím, bez postranních myšlenek na vlastní ego. Problémy řeší pouze z jejich vlastní podstaty, ne kvůli potřebě ocenění okolím. Navíc se nepotřebují přetvařovat, a tak mohou život užívat mnohem intenzivněji. Tito lidé se nebojí samoty, váží si ostatních lidí, nepotřebují neustálé uznání od okolí.¹³³

Na této úrovni se člověk snaží stát vším, čím se stát může. Dosahuje tzv. B-úrovně (Bytí). Podle Maslowa je člověk sjednoceným komplexem motivovaným k určitému chování, kterým uspokojuje určité potřeby nebo eliminuje nedostatky.¹³⁴ Pojem sebeaktualizace tedy zahrnuje vyrovnanost, poctivost, altruismus, dobrotu, lidskost, lásku, odvahu, dobré hodnoty, laskavost a směřuje k lepšímu bytí jednotlivce.

Vedle sebeaktualizace hovoří Maslow o vrcholných zážitcích. Těchto prožitků mohou dosáhnout sebeaktualizovaní lidé. Osoba, které se podaří zažít tento stav, má pocit vlastní jednoty, je plně v souladu se sebou samým i světem kolem ní. Takový člověk je v plné formě, schopen a předurčen k realizaci svých činů prostřednictvím

¹³⁰ Srov. MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 12-13.

¹³¹ MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 13.

¹³² MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 13.

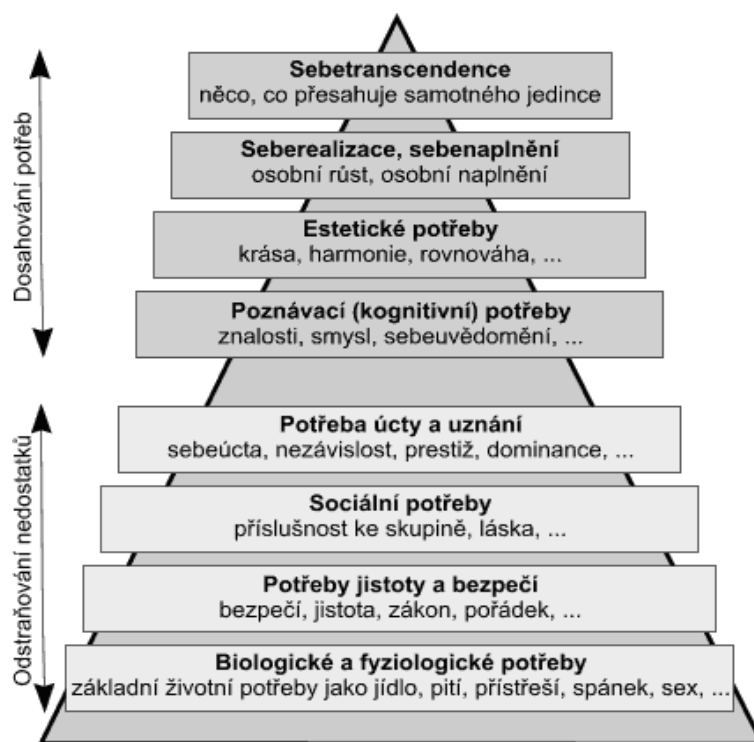
¹³³ Srov. MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 13-15.

¹³⁴ Srov. DRAPELA, Viktor, J. *Přehled teorií osobnosti*. 2. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-251-3, s. 138-141.

vlastních schopností.¹³⁵ Vrcholné zážitky se projevují jako momenty hlubokých prožitků krásy, lásky, dobra a laskavosti.¹³⁶ Důležité je poznamenat, že této úrovně potřeb dosáhne pouze malá část populace. Některé zdroje uvádějí hodnotu okolo jednoho procenta.

Maslow na sklonku života přiřadil do své tabulky další úroveň, sebetranscendenci. Sebetranscendence se nalézá na vrcholu Maslowovy pomyslné pyramidy nebo ji lze označit jako nejvyšší potřebu. Jedná se o transcendenci k něčemu vyššímu, co je nad námi, jde o snahu přesahovat sebe sama. Můžeme ji nazvat duchovní potřebou. Jedná se o osobní přesah k tomu, co člověk považuje za vyšší smysl.

Maslow původně hierarchiozoval potřeby do formy pyramidy, proto jsem v práci pro lepší přehled zvolila tuto variantu. Potřeby jsou však uspořádány do dvou úrovní, tzv. deficitní a růstové potřeby. Jejich odstupňování vychází z jejich významnosti nebo míry naléhavosti, s jakou jsou uspokojovány.



Obrázek č. 4, Maslowova hierarchie potřeb¹³⁷

¹³⁵ Srov. MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7, s. 160–161.

¹³⁶ Srov. DRAPELA, Viktor, J. *Přehled teorií osobnosti*. 2. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-251-3, s. 141.

¹³⁷ Google. *Maslowova hierarchie potřeb*, [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <https://www.google.cz/search?q=maslowova+hierarchie+pot%C5%99eb+a+jej%C3%AD+vyu%C5%B Eit%C3%AD&rlz=1C1AVFC_enCZ731CZ731&espv=2&biw=1033&bih=647&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ved=0ahUKEwjymKrs7aPSAhUCPhQKHVPSB20QsAQILA#imgrc=Im2AWduHk G3o>.

A. H. Maslow ve své knize uvedl, že existuje pouze jeden druh potřeb. Všechny potřeby jsou podle něj fundamentální. Podstatné je, že charakterizoval dvě úrovně potřeb, vycházející ze dvou druhů motivace, nedostatkové a růstové. Prostřednictvím nedostatkových potřeb jedinec zabezpečuje biologické, psychické a sociální přežití. Pokud člověk tyto potřeby neuspokojí, vzniká nutkání jejich nedostatek nějakým způsobem kompenzovat, což může vést k rozvoji negativních emocí. Pokud člověk tyto potřeby saturuje, necítí žádné uspokojení. Jiná situace nastává v okamžiku uspokojení růstových potřeb. V okamžiku naplnění těchto potřeb dochází k pocitu uspokojení a současně vzrůstá motivace dšpět ještě dále, k něčemu vyššímu. Růstové potřeby vedou k osobnostnímu rozvoji člověka a k dosahování nadosobních cílů. Vrcholem růstových potřeb je sebeaktualizace. Sebeaktualizovaní lidé jsou v nejlepší formě, všechny síly věnují realizaci svých cílů. Cílů dosahují bez větších problémů, vidí svou životní cestu a žijí podle svého vnitřního přesvědčení. Člověk může, ale bezpodmínečně nemusí, přednostně uspokojit nedostatkové potřeby, aby mohl saturovat růstové potřeby. Maslow ve své knize shrnuje, že lidí, kteří přednostně uspokojují růstové (vyšší) potřeby, je podstatně méně.

5.3 Potřeby v pojetí M. Maxe-Neefa

Model lidských potřeb sestavený M. Maxem-Neefem vychází ze zcela odlišné podstaty, než je pojetí potřeb Abrahama Maslowa. Artur Manfred Max-Neef byl chilsko-německý ekonom. Narodil se 16. 10. 1932 a zemřel 8. 8. 2019. Byl profesorem ekologické ekonomiky a průkopníkem „bosé“ ekonomiky. Max-Neef stál u zrodu teorie Lidského měřítka rozvoje. Jeho kniha „Human Scale Development“ (Rozvoj lidské škály/Lidské měřítko rozvoje), vydaná v roce 1991, nabízí přehledné vysvětlení a představení jeho koncepce způsobu uspokojování lidských potřeb, v níž se zabýval jejich odlišností, a navíc je charakterizoval jako způsob, jehož prostřednictvím mohou lidé dosáhnout osobního nebo komunitního rozvoje.

Svoji koncepci lidských potřeb založil spolu s kolegy na devíti kategoriích potřeb a formách jejich uspokojování. Lidé a komunity mohou prostřednictvím této taxonomie rozlišovat míru blaha a chudoby na základě toho, jak uspokojují své potřeby. Rozvoj lidského měřítka je určován podle míry uspokojování základních potřeb, dále je postaven na budování úrovně soběstačnosti. Důležité je propojení člověka s přírodou a technologiemi, formování globálních procesů s územními aktivitami,

osobní činnosti propojené se společenskými a při plánování kooperace občanské společnosti se státem. Přínos Max-Neefovy teorie spočívá v odlišení potřeb a forem uspokojování. Podle něj jsou všechny potřeby stejně důležité, neexistuje jejich hierarchie kromě základní potřeby, kterou je přežití a obživa. Lidské potřeby jsou vnímány jako nemnohé, konečné a klasifikovatelné, jsou konstantní ve všech lidských kulturách a v různých historických obdobích. Co se mění, je způsob, jakým jsou tyto potřeby uspokojovány. Lidské potřeby by měly být chápány jako určitý systém, potřeby jsou ve vzájemném vztahu a interakci. Charakteristikou je proces uspokojení potřeb, který je postaven na kompromisech, současnosti, souběžnosti a komplementaritě jako jeho významného rysu.¹³⁸

Max-Neef vycházel z požadavku, že rozvoj a růst se vztahuje na osoby, nikoliv na věci, a rozvoj znamená uvolnění tvůrčích možností. Ukazatel kvalitativního růstu osob a jejich kvality života závisí na možnostech, jak uspokojují své základní potřeby. Max-Neef popsal devět základních kategorií potřeb: existence, ochrana, cit (láska, vztahy), porozumění, participace, volný čas, kreativita, identita, svoboda. Tyto potřeby jsou vymezeny ve vztahu ke čtyřem existenčním kategoriím: být, mít, činit, vzájemně působit/interakce. Na základě těchto kategorií a potřeb vznikají kombinace, jak mohou být potřeby uspokojovány. Formy uspokojování mají různé charakteristiky. Max-Neef definuje pět forem uspokojení: ničitele, pseudo-uspokojovatele, spolupracující uspokojovatele, potlačovatele, jednoduché uspokojovatele. Tito „uspokojovatelé“ mohou podporovat uspokojování základních potřeb, jiné formy se zdánlivě snaží uspokojit nějakou zvláštní potřebu, a přitom znemožňují uspokojování jiných základních potřeb. Jako příklad uvádí závody ve zbrojení. Uspokojovatelé domněle uspokojují potřebu ochrany, ale ve skutečnosti devastují základní životní prostředky a svobodu. Jiní, například spolupracující (synergičtí) uspokojovatelé, naplňují konkrétní potřebu, ale k tomu navíc uspokojují další potřeby.¹³⁹

¹³⁸ Rainforest Information. *Max-Neef on Human Needs and Human-scale Development*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://www.rainforestinfo.org.au/background/maxneef.htm>>.

¹³⁹ Srov. MAX-NEEF, Manfred, Artur. *Human Scale Development*. 1. t. New York: Apex Press, 1991. ISBN 0-945257-35-X, s. 30-38.

V tabulce je přehledný pohled na Max-Neefovu koncepci lidských potřeb.

Základní lidské Potřeby	Formy uspokojení (satisfiers)			
	Být (kvalita bytí)	Mít (vlastnictví věci)	Konat (jednání)	Komunikovat (vztahy s prostředím)
Bytí/živobytí	Fyzické a mentální zdraví	Jídlo, přístřeší, práce	Jíst, oblékat se, pracovat, odpočívat	Životní prostředí, sociální okolí
Ochrana	Péče, adaptabilita, autonomie	Sociální zabezpečení, zdravotnictví, práce	Spolupracovat, plánovat, pečovat, pomáhat	Sociální prostředí, bydliště/obydlí
City	Respekt, smysl pro humor, štedrost, smyslnost	Přátelství, rodina, vztahy k přírodě	Sdílet, milovat se, starat se o, vyjadřovat emoce	Soukromí, intimní místa pro sdílení
Porozumění	Kritická kapacita, zvědavost, intuice	Literatura, učitelé, politiky, vzdělání	Analyzovat, studovat, meditovat, zkoumat	Školy, rodiny, university, komunity
Participace	Vnímavost, zasvěcení, smysl pro humor	Odpovědnost, povinnosti, práce, práva	Spolupracovat, vyjadřovat myšlení, nesouhlasit	Asociace, strany, církve, sousedství
Volný čas	Imaginace, klid, spontánnost	Hry, zábavy, pokojná mysl	Denní snění, pamatovat si, relaxovat, bavit se	Krajina, intimní prostor, místo, kde lze být sám
Kreace	Imaginace, smělost, vynalézavost, zvědavost	Schopnosti, vlohy, práce, techniky	Vynalézat, budovat, designovat, pracovat, skládat, interpretovat	Místa pro vyjádření, workshopy/dílny, obecenstvo
Identita	Pocit sounáležitosti, sebeúcta, zásadovost	Jazyk, náboženství, práce, zvyky, hodnoty, normy	Poznat sám sebe, růst, odevzdat se,	Místa, kam patřím, prostředí, každodennosti

Svoboda	Autonomie, vášeň, sebeúcta/hrdost, otevřená mysl	Rovná práva	Nesouhlasit, vybrat, riskovat, rozvinout uvědomění	Kdekoliv
---------	---	-------------	---	----------

Obrázek č. 5 Taxonomie potřeb podle A. M. Maxe-Neefa¹⁴⁰

Tento model umožňuje detailní rozbor problémů, které zamezují aktualizaci základních lidských potřeb ve společnosti, jejich výklad, objasnění, uvědomění a také nabízí konkrétní jednání na lokálních ekonomických úrovních.¹⁴¹

V kontextu práce se seniory spatřuji důležitost v tom, že Max-Neef považuje všechny lidské potřeby za základní. Potřeby jsou uspokojovány ve třech rovinách, týkajících se osobnosti člověka, sociální skupiny a životního prostředí. Potřeby mohou být saturovány různou intenzitou, kvalitou a úrovní. Ve své práci jsem jeho pojetí představila jako obohacení často užívaného Maslowova dělení potřeb. Přínos je dle mého názoru především v tom, že v jeho taxonomii je uvedeno podstatně více potřeb. Proto jsem při koncipování svého interview reflektovala tyto potřeby a použila je v rozhovoru.

Shrnutí přehledové části práce

V přehledové části jsem představila pojmy, které jsem považovala za přínosné pro směr rigorózní práce. Tato rigorózní práce navazuje na moji diplomovou práci a rozvíjí ji o výzkum prováděný v prostředí české rezidenční péče. Ponechala jsem stěžejní témata, abych zachovala kontinuitu celého projektu.

První kapitola je věnována definování klíčových pojmů spojených s obdobím senia: stáří, stárnutí, senior a popisu specifik této životní etapy. Druhá kapitola je věnována adaptaci na stáří a ve stáří. Vedle krátkého přehledu různých způsobů adaptace jsem se hlouběji zaměřila na strategii, kterou nabízí H. W. Opaschowský. Práce je koncipována tak, aby představila možnosti a úskalí, umožnila cílené řízení volnočasových aktivit u seniorů, proto je třetí kapitola zacílena na aktivizaci klientů rezidenčních zařízení. Otázky a pohledy na lidskou důstojnost jsou v obou zemích, kde jsem prováděla výzkumné šetření, poněkud rozdílné, proto jsem důstojnost zakomponovala do čtvrté kapitoly přehledové části. V páté kapitole jsem se zaměřila na

¹⁴⁰ Srov. Taxonomie potřeb podle A. M. Maxe-Neefa. In NEŠPOROVÁ, Olga; SVOBODOVÁ, Kamila; VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Zajištění potřeb seniorů s důrazem na roli nestátního sektoru*. 1. vyd. Praha: VÚPSV, 2008. ISBN 978-80-87007-96-9, s. 26.

¹⁴¹ Rainforest Information. *Max-Neef on Human Needs and Human-scale Development*. [online], [cit. 21. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://www.rainforestinfo.org.au/background/maxneef.htm>>.

lidské potřeby. Představila jsem různé způsoby nazírání na problematiku lidských potřeb. Tuto kapitolu pokládám za stěžejní pro realizaci obou výzkumů.

Cílem rigorózní práce je uskutečnění shodného výzkumu, ale v podmínkách české rezidenční péče. Následné vyhodnocení výzkumných otázek u českých seniorů a jejich porovnání s výzkumem, který jsem prováděla v diplomové práci u klientů v rakouském zařízení rezidenční péče, může přinést zajímavý pohled na životy seniorů ve státech, které jsou si blízké polohou i historií, a přesto odlišné vnímáním a prioritami v uskutečňování potřeb.

II Výzkumná část

Přehledová část práce je zacílena na vysvětlení pojmů spojených s tématem práce. Jedná se o výklad pojmů stáří, stárnutí, senior, adaptace, aktivizace, lidská důstojnost, lidské potřeby. Výzkumná část představuje a popisuje realizovaný výzkum v běžném zařízení české rezidenční péče.

6 Výzkumné šetření

Vlastní výzkumné šetření jsem zaměřila na subjektivní vnímání potřeb samotnými seniory žijícími po delší dobu v běžném českém zařízení rezidenční péče. Cílem mého výzkumu byla realizace připravených polostrukturovaných rozhovorů s několika klienty a následná práce se získanými informacemi. Pokud víme o dané problematice zkoumaného jevu málo a chceme rozkrýt hlubší podstatu, jeví se jako vhodná strategie zkoumání kvalitativní výzkum. Na počátku řešení problému jsem se zabývala studiem odborné literatury, abych co nejlépe definovala klíčové pojmy. Pro účely výzkumu jsem jako výzkumný přístup zvolila vícepřípadovou studii¹⁴² a jako techniku jsem zvolila polostrukturovaný rozhovor. Vytvořila jsem vlastní seznam otázek, který reflektoval široké spektrum lidských potřeb. Vycházela jsem především z chápání lidských potřeb v pojetí A. H. Maslowa a M. Maxe-Neefa. Po telefonické a následné osobní domluvě a představení svého projektu jsem několikrát navštívila konkrétní domov pro seniory a s oslovenými klienty zrealizovala rozhovory. Poté jsem provedla transkripci sebraných informací do tištěné formy, abych mohla data analyzovat. Analýzu jsem provedla prostřednictvím dvojitého kódování a následné kategorizace. Prvním kódováním mi vzniklo šest kategorií, druhým kódováním opět šest kategorií. Další prací s vzniklými kategoriemi jsem je sloučila do konečných pěti kategorií. V dalším kroku jsem provedla jejich vyhodnocení. Následně jsem interpretovala odpovědi na otázky výzkumu. V diskusi jsem představila některé zajímavé aspekty zjištěné realizací obou výzkumů.

¹⁴² Srov. MAREŠ, Jiří. Tvorba případových studií pro výzkumné účely. *Pedagogika*, roč. 65, č. 2, 2015, [online], [cit. 20. 10. 2020]. s. 113-142. Dostupné na WWW: <<http://userweb.pedf.cuni.cz/wp/pedagogika/>>.

6.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumného šetření bylo analyzovat potřeby klientů českého domova a zjistit preference při uspokojování potřeb. Zda existují potřeby, které jsou uspokojovány s větší naléhavostí a zda v nich lze nalézt určité styčné body. Z hlediska pedagogiky volného času jsem dále zjišťovala, jaké jsou volnočasové aktivity nabízené v domově a jaký jim klienti přiřkládají význam.

6.2 Výzkumný problém

Abych zajistila vysokou kvalitu prováděného výzkumu, zformulovala jsem hlavní výzkumnou otázku. Následně jsem ji rozšířila o dílčí výzkumné otázky, kterými jsem hlavní výzkumnou otázku konkretizovala.

Hlavní otázka výzkumu: *Jak vnímají senioři žijící v rezidenčním zařízení své potřeby a jakým způsobem je uspokojují?*

(Existují priority potřeb u klientů žijících v rezidenčních zařízeních?)

Dílčí otázka výzkumu č. 1:

Která/é potřeba/y jsou pro klienty důležité?

Dílčí otázka výzkumu č. 2:

Existuje potřeba, která se ukazuje nejčastěji?

Dílčí otázka výzkumu č. 3:

Je nějaká opačná potřeba? Co klienti nepovažují za důležité?

Dílčí otázka výzkumu č. 4:

Dají se potřeby hierarchizovat?

Dílčí otázka výzkumu č. 5:

Jsou pro klienty významné aktivity pořádané v domově?

6.3 Metodologie výzkumného šetření

Charakteristika výzkumného problému mě již v rámci diplomové práce přivedla k rozhodnutí využití kvalitativního výzkumu a výzkumného přístupu prostřednictvím vícepřípadové studie. V rámci případové studie (case study) lze použít řadu konkrétních výzkumných metod (například kombinací pozorování, analýzy dokumentů, dotazníkových šetření, individuálních rozhovorů apod.). Vzhledem k důležitosti zachování kontinuity výzkumu obou prací a následné komparaci získaných informací jsem zachovala stejný koncept pro získávání dat, kterým je kvalitativní výzkum. Kvalitativní výzkum dává možnost chápat a zkoumat nové jevy, nabízí možnost popisu těchto jevů, jejich vyhodnocení a následně umožňuje zformování nových teorií a koncepcí. Nejedná se o ověřování již daných jevů, ale o jejich nalézání, následnou analýzu a podání nabytých informací. Výzkumný přístup prostřednictvím vícepřípadové studie použitý při sběru dat mi dovolil zaměřit se hlouběji na daný problém u menšího počtu klientů a technika sběru dat pomocí polostrukturovaného interview zprostředkovává možnost vytvoření vlastního souboru otázek zaměřeného na konkrétní jev či problém a jeho hlubší analýzu.¹⁴³ Otázky byly konstruovány tak, aby se klienti mohli v rámci rozhovoru svěřit s osobními a intimními záležitostmi, ne pouze podávat krátké odpovědi. Tento způsob vedení interview ponechává výzkumníkovi prostor pro podrobné vyjádření klienta, jeho otevřenou výpověď, ale současně mu umožní udržení linie otázek při rozhovorech. Předností kvalitativního výzkumu je osobní, podrobné zkoumání určitého chování, stavu, jevu či jednání a jeho následného vyhodnocení pomocí analýzy dat. Analýza dat znamená hledání sémantických vztahů v datech klientů, jejich syntézu do kategorií, které umožňují zasazení do rozumového komplexu.

V listopadu roku 2018 jsem se telefonicky spojila s vedoucí úseku sociálních pracovníků a ergoterapeutů v konkrétním běžném zařízení rezidenční péče v České republice a požádala jsem ji o spolupráci. Při následné osobní schůzce jsem představila vlastní projekt rigorózní práce a následného výzkumu. V tomto zařízení rezidenční péče jsem působila v rámci své praxe při předchozím studiu na vysoké škole a věděla jsem, že velikost tohoto zařízení a znalost konkrétních informací mi lépe umožní výběr klientů pro výzkum a spolupráci se všemi pracovníky v domově. Zнала jsem konkrétní koncepci domova a strukturu života klientů.

¹⁴³ Srov. ŠVARŤÍČEK, Roman a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6, s. 12-27.

Po schválení možnosti provést výzkumu (ředitelkou domova) jsem v domově strávila několik dní, kdy jsem se aktivně podílela na realizaci aktivizačních programů. Analyzovala jsem zároveň veřejně dostupné dokumenty (např. výroční zprávy domova) a hovořila s personálem na různých pracovních pozicích. Společně s ergoterapeuty jsem se zaměřila na výběr a oslovení konkrétních klientů odpovídajících mým definovaným kritériím, kteří byli ochotni zúčastnit se mého výzkumu. Kritéria se shodovala s výzkumem prováděným v zařízení rezidenční péče Horním Rakousku. Definovanými znaky byly: ochota otevřeně mluvit o připravených otázkách, zveřejnění získaných dat se zachováním anonymity klientů, dodržení etických kritérií¹⁴⁴ a doba života klientů v domově. Pro výzkum jsem považovala za podstatné, aby klienti žili v domově déle než jeden rok a měli za sebou fázi adaptace na tuto životní etapu, která by mohla jejich odpovědi zkreslovat. Dále aby byli plně orientovaní, protože jedině tak mají výroky výpovědní hodnotu.

Pro výzkumníka je obecně závazných několik zásadních pravidel, které je zapotřebí dodržet. První z nich je znemožnit identifikaci účastníků výzkumu. Z tohoto důvodu jsem anonymizovala všechny informace, které by mohly vést k rozpoznání konkrétních osob. Také jsem eliminovala možnost identifikace domova, kde byl výzkum prováděn, a to nezveřejněním jakýchkoliv informací vedoucích ke konkretizaci zařízení.

Všechny vytipované klienty jsem poprvé navštívila v doprovodu stálých zaměstnanců domova, představila jsem se, vysvětlila svůj projekt a požádala jsem je o spolupráci. Společně jsme domluvili termíny dalších návštěv, na které jsem se vždy dostavila přesně, a o svých návštěvách jsem informovala vedoucí sociálního úseku a recepci domova. Když jsem prováděla výzkum v rámci diplomové práce, vytvořila jsem pilotní projekt se dvěma formami rozhovorů. První forma představovala seznam s názvy okruhů potřeb, který jsem několika klientům předložila. Chtěla jsem od počátku nechat průběh a zaměření rozhovoru na samotných klientech. Druhá forma spočívala ve shodném seznamu lidských potřeb a byla doplněna o připravené otázky, které bychom procházeli společně. V praxi se varianta č. 1 prokázala jako nevhodná, klienti nevěděli, kde mají začít, o čem mají hovořit, nebyli schopni souvisle odpovídat, byli zahlceni informacemi a množstvím okruhů a bylo velmi obtížné udržet linii rozhovoru. Forma rozhovorů č. 2 se ukázala jako správná volba, dávala mi možnost vedení a usměrňování

¹⁴⁴ Srov. ŠVARŤÍČEK, Roman a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6, s. 12-27.

rozhovoru. Přesto byl klientům ponechán velký prostor pro vlastní vyjádření, vzpomínky a osobní prožitky. Bylo pro mě velmi důležité, aby si klienti z rozhovorů odnesli pocit příjemně stráveného času, v němž se někdo věnoval pouze jim samým, jejich vlastní historii a názorům. Chtěla jsem, aby tento čas byl obohacením jak pro mě, tak pro klienty.¹⁴⁵

Zcela zásadní pro mě byly při realizaci výzkumného šetření etické antecedence obsahující poučený souhlas účastníků výzkumu, následné zpřístupnění výzkumu účastníkům a zachování důvěrnosti.¹⁴⁶

6.4 Antologie dat

Výzkumné šetření jsem prováděla v domově seniorů v Jihočeském kraji. Domov je zřizován Krajským úřadem v Českých Budějovicích.

Rozhovory byly provedeny v listopadu a prosinci 2018. Z důvodu doplnění některých informací jsem domov pro seniory navštívila ještě několikrát v prosinci 2020. Na všechny schůzky jsem byla připravena, poučena, motivována, měla jsem diktafon pro možnost zaznamenání rozhovoru při kladné reakci klienta a domluvenou dobu jsem přesně dodržela. V termínu domluvené schůzky jsem rozhovory prováděla přímo v pokojích jednotlivých klientů, na čemž jsme se s klienty předem domluvili již při sjednávání schůzek a prvotním představení projektu. Kromě jednoho případu se všechna setkání na pokojích uskutečnila. Pro klienty bylo příjemné, že nemuseli nikam odcházet, byli ve svém osobním prostředí a měli jsme klid na rozhovory. V jednom případě si klientka přála soukromé místo mimo pokoj, které jsem ve spolupráci s pracovníky domova zajistila.

Polostrukturovaný rozhovor má určitá pravidla postupu, která jsem dodržela.¹⁴⁷ Postup spočívá v následujících krocích. Prvním bodem je úvod, kdy výzkumník představí svoji osobu, způsob, průběh a cíl rozhovoru. Pokaždé jsem se znovu představila a vysvětlila důvod návštěvy. Představila jsem vlastní projekt, navodila jsem osobní rovinu vyprávění informacemi o sobě samé a požádala jsem klienty o spolupráci. Dalším bodem jsou tzv. zahřívací otázky, které slouží k vytvoření

¹⁴⁵ WIKI knihovna. cz. Kvalitativní rozhovory. [online], [cit. 21. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <http://wiki.knihovna.cz/index.php?title=Kvalitativn%C3%AD_rozhovory_%E2%80%93_polostrukturovan%C3%A9_a_nestrukturovan%C3%A9>.

¹⁴⁶ Srov. ŠVAŘÍČEK, Roman a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6, s. 43-49.

¹⁴⁷ Srov. ŠVAŘÍČEK, Roman a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6, s. 53-63.

bezpečného prostoru a důvěrné atmosféry mezi účastníky rozhovoru. Snažila jsem se empaticky reagovat na různé předměty, poznámky nebo fotografie v pokoji, vysledovat neverbální reakce a příjemně navodit rozhovor. Následovala hlavní část, jejímž obsahem byly připravené okruhy a otázky, které jsem sestavila. Po hlavní pasáži rozhovoru jsem pokračovala chladnoucími otázkami. Jejich prostřednictvím se rozhovor vrátil do neformální podoby. Probírali jsme různá témata plynoucí z uskutečněných interview nebo věcí, které klienty zaujaly.

Při realizaci kvalitativního šetření se výzkumník musí plně soustředit na vyprávění participantů, ale důležité je zároveň sledování neverbální komunikace, gest, prodlev ve vyprávění a dalších aspektů plynoucích z komunikace. Není tedy možné zaznamenat rozhovory jinak než zaznamenáním na nějaké médium. Z tohoto důvodu jsem všem klientům vysvětlila důvod a poprosila o možnost nahrávání rozhovorů. Od všech jsem obdržela souhlas. Zaznamenané rozhovory jsem transkripce převedla do psané formy. Následnými poslechy jsem zkorigovala drobné nepřesnosti nebo doplnila informace, aby byla zajištěna maximální shoda s nahranými verzemi rozhovorů.

Při uskutečňování rozhovorů mě zaujaly některé aspekty. Díky několikaleté práci s klienty rezidenčních zařízení jsem intenzivně vnímala, jak při rozhovorech klienti potřebují čas a prostor na vlastní vyjádření, aby mohli sdělit určité, zejména těžké skutečnosti. Díky mému klidu a čekání, které se nestrannému pozorovateli může jevit jako příliš dlouhé mlčení, a dále pozornosti zaměřené stoprocentně na partnera interakce, se klienti otevřeli a dozvěděla jsem se mnoho bolestných momentů z jejich životů.

Další skutečností, která mě zaujala, bylo zjištění, že i přesto, že mám pracovní zkušenosti s vedením rozhovorů, připadalo mi velmi obtížné udržet nebo se vrátit k linii rozhovoru. Snažila jsem se klienty nechat hovořit o věcech, které sami považovali za důležité, aby vyprávění bylo i pro ně obohacující a stalo se mi, že jsem měla problém, citlivě se vrátit k tématu. Velmi mě překvapila a potěšila míra otevřenosti, s jakou senioři odpovídali na mé otázky a hovořili o svých životních příbězích a aspektech života, které byly významné pro mé výzkumné šetření.

6.5 Charakteristika účastníků výzkumného šetření

Výzkumné šetření se uskutečnilo v sedmi případech v domácím prostředí klientů domova na jejich pokojích, kam jsem byla pozvána. V jednom případě jsem rozhovor

uskutečnila v prostorách oddělení, kde mají reminiscenční místnost. Bylo to v případě manželského páru na přání účastnice rozhovoru, abychom nerušily manžela. Doba rozhovorů byla od padesáti minut do jedné a půl hodiny. Metodou výzkumu byla vícepřípadová studie, technikou sběru dat bylo připravené polostrukturované interview. Participantů bylo osm. Jednalo se o dva muže, jeden manželský pár, kde se rozhovoru zúčastnila pouze žena, a pět samostatně žijících žen. Pro zachování anonymity jsem všechny klienty označila pseudonymy. Všichni účastníci výzkumu žijí v domově více než dva roky, čtyři klienti jsou v domově déle než pět let.

Anna, 75 let

Plně orientovaná, částečně mobilní, otevřená, pragmatická, aktivní, s dětmi se stýká pravidelně, mají vřelý vztah. Středoškolské vzdělání. Pracovala jako odborná síla. Raději by žila doma, ale to není z důvodu špatného zdravotního stavu možné. Čas si plánuje sama a podílí se na aktivitách v domově i mimo něj.

Božena, 75 let

Plně orientovaná, částečně mobilní, otevřená. Do domova odešla s manželem z důvodu jeho špatného zdravotního stavu. Ráda cestovala. Má dvě děti, s kterými má výborný vztah. Pravidelně ji navštěvují. Pracovala v administrativě.

Cecílie, 85 let

Plně orientovaná, mobilní, otevřená, vdova. Pracovala celý život jako administrativní síla. S rodinou má úzký vztah. V domově žije dlouho.

Dana, 90 let

Plně orientovaná, mobilní, vdova, tichá, pracovala v administrativě, má středoškolské vzdělání. Je velmi distingovaná, v řeči opatrná, zvažuje slova. V průběhu hovoru se ale otevřela, s radostí vyprávěla a odpovídala na otázky. S rodinou má vřelý vztah. V domově žije delší dobu.

Evžen, 90 let

Mobilní, plně orientovaný, otevřený, vdovec, ukončené středoškolské vzdělání. Pracoval jako odborný technický pracovník. V domově žije několik let. Aktivně

se účastní společenského života a aktivit nabízených v rámci volnočasových aktivit. Má dobré vztahy s rodinou i s ostatními klienty domova.

František, 72 let

Mobilní, orientovaný, vdovec, někdejší dělnická profese. V domově žije několik let. Je zde spokojený, podle jeho slov má všechno, co potřebuje. Nabídky týkající se aktivit považuje za pěkné, rád se jich účastní. Je otevřený, hovorný.

Hana, 85 let

Částečně mobilní, plně orientovaná. Pracovala v dělnické profesi, má dvě děti, které za ní pravidelně dochází. Při rozhovoru se otevřela a vyprávěla řadu věcí ze svého života prezentovala svůj pohled na spoustu aktuálních témat.

Jana, 80 let

Částečně mobilní, plně orientovaná. Žije v domově delší dobu. Pracovala v zemědělství. Má tři děti, se kterými je pravidelně v kontaktu. Rodina ji chodí často navštěvovat do domova. Účastní se některých aktivit.

6.6 Koncept potřeb: Osm skupin potřeb podle A. Maslowa a M. Maxe-Neefa

Interview: Důležitost potřeb v období senia

I. Uvedení. Představení sebe sama a projektu.

Dobrý den, jmenuji se Petra Křížková a moc Vám děkuji, že jste si na mě udělal/a čas a jste ochoten/na účastnit se mého kvalitativního výzkumu. Studuji na Pedagogické fakultě v Olomouci v rámci navazujícího rigorózního programu obor řízení volnočasových aktivit. Můj původní studovaný obor je pedagogika volného času, kterou jsem absolvovala na Teologické fakultě v Českých Budějovicích v rámci bakalářského a navazujícího magisterského programu. V České republice se jedná o relativně novou profesi odrážející současné potřeby v sociálních službách. V Rakousku tento obor mohu připodobnit k práci ergoterapeuta nebo volnočasového poradce, tedy člověka, který vyplňuje volný čas klientů, v mém případě seniorů v zařízeních rezidenční péče, kde připravuje různé aktivity, výlety a další činnosti. Můj výzkum vychází z potřeby správně zhodnotit důležitost potřeb seniorů žijících v domovech pro seniory. Pedagogové volného času se snaží vytvářet různé aktivizační programy, ale mojí stěžejní otázkou zůstává, zda tyto činnosti vychází z potřeb

samotných klientů. Proto jsem se rozhodla zaměřit se ve své diplomové a rigorózní práci na to, jak lidské potřeby vnímají sami klienti a také, které potřeby oni sami považují za důležité.

II. Zahřívací otázky. Nejsou součástí rozhovoru, protože vyplývají z konkrétní situace.

III. Hlavní otázky výzkumu

1. Jídlo, pití, spánek

Jste dobře zaopatřen/a?

Chutná Vám jídlo v domově?

Můžete dobře spát?

2. Bezpečí

Jakým způsobem vnímáte potřebu ochrany a bezpečí v domově?

Je brán ohled na Vaše soukromí?

Cítíte se spokojený/á?

3. Láska, pocity, společenství

Máte pocit, že Váš život a vše, co jste dělal/a, jsou zde oceňovány?

Jak se zde cítíte?

Máte někdy pocit osamění?

Máte nějaká přání?

Rodina a partnerství?

4. Samostatnost a nezávislost

Můžete o svém současném životě rozhodovat sám/sama a do jaké míry?

Je brán ohled na Vaše přání?

5. Kreativita, smysl, sebeuvědomění

Jakým způsobem trávíte svůj volný čas?

Co děláte rád/a a máte možnost to provozovat?

Musíte/chcete provozovat aktivity, které jsou domovem nabízeny?

6. Estetika

Zajímáte se o kulturu, četbu, literaturu, divadlo nebo výstavy?

Co je pro Vás hezké?

7. Seberealizace

Čím se zaobíráte?

Máte nějaké plány, chcete se něco učit nebo zažít?

Jaké hodnoty jsou pro Vás důležité?

8. Spiritualita, víra

V čem vidíte smysl života?

Má život smysl?

Pomáhá Vám v této životní etapě víra?

Máte něco, co Vám pomáhá lépe zvládat současnou situaci?

IV. Chladnoucí otázky. Tyto otázky nejsou součástí předkládaného rozhovoru, vycházely z konkrétní situace při interakci s klienty.

V. Uzavření. Poděkování a rozloučení.

6.7 Rozbor dat

Předmětem celého procesu analýzy bylo v první řadě převést veškerá data do tištěné podoby. Vedlejší data jsem získala při absolvovaných praxích v domovech seniorů, kde jsem mohla hovořit se seniory a také s pečovateli. V průběhu přípravy jsem studovala odbornou literaturu, abych k výzkumu přistupovala připravena. Získaná data z uskutečněných setkání jsem opakovanými poslechy doplňovala o chybějící momenty tak, aby rozhovory v psané podobě co nejvíce korespondovaly s nahranou formou. Poté jsem provedla jejich analýzu za využití poznatků IPA. Interpretativní fenomenologická analýza (IPA) je jedním z metodologických principů při realizaci kvalitativního výzkumu. Výzkumným přístupem byla vícepřípadová studie. Výsledkem

je výklad nabytých zkušeností výzkumníkem. Data jsem analyzovala vícečetným kódováním a následnou kategorizací.¹⁴⁸

Konkrétně jsem využila dvojité kódování a následné kategorizace. V první fázi jsem prováděla otevřené kódování. Kódování je postup používaný při využití kvalitativního výzkumu a spočívá v tom, že údajům zaznamenaným v rozhovorech jsou přidávány určité symboly. Tato slučování probíhají tím způsobem, že jsou výrazy či slovní spojení nově poskládány a zobecňují jevy či výrazy vyzorované a zaznamenané v textech. Otevřené kódování znamenalo hledat slova, výrazy, části vět nebo celé věty, které se vztahují k určitým tématům, a transformovat je do kódů, tedy zaznamenat je v obecnější rovině. Následně je sloučit do ještě obecnějšího rámce – kategorií. Výsledkem otevřeného kódování je seznam kódů a kategorií. Jedná se o tzv. deskripci získaných dat.¹⁴⁹ Poté jsem vše opětně analyzovala pomocí otevřeného kódování a znovu jsem vytvořila seznam kódů a kategorií. Následně jsem s vytvořenými kategoriemi z dvojitého kódování dále pracovala, výsledkem bylo pět konečných kategorií.

V průběhu rozborů textů jsem sledovala několik cílů v návaznosti na výzkumné otázky. Prvním cílem bylo najít v rozhovorech, při kódování a následné kategorizaci úryvky nebo výrazy, ve kterých se odrážely konkrétní potřeby. Druhým cílem bylo nalézt v rozhovorech možné priority nebo specifické formy uspokojování potřeb. Dalším cílem bylo definovat hierarchii potřeb klientů, zjistit negativní potřebu (to, co už klienti nechtějí) a zjistit důležitost aktivizačních programů.

6.8 Kategorie

Opakovaným rozbořením dat, kódováním a prací s texty vznikly následující kategorie:

- Život před...
- Život v domově
- Společenství
- Důležité
- Spiritualita

¹⁴⁸ MIŠOVIČ, Ján. *Kvalitativní výzkum se zaměřením na polostrukturovaný rozhovor*. 1. vyd. Praha: SLON, 2019. ISBN 978-80-7419-285-2, s. 27-32.

¹⁴⁹ Srov. ŠVARŤÍČEK, Roman a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6, s. 202-211.

6.8.1 Život před...

V rozhovorech se silně a opakovaně objevovala potřeba sdílet svůj život. Vyprávět o vlastním životě s důrazem na něco hezkého, co klienti v jeho průběhu zažili. Vnímala jsem, že přístupem, kdy klientům dopřeji čas na vyprávění jejich vlastního životního příběhu, umožním, aby si opět prožili jedinečnost a krásu svých životů. Věřím, že vyslechnutím části životní historie jsem jim dala možnost, aby si uvědomili, jak zajímavé příběhy prožili. Významnou roli hrála v uskutečněných rozhovorech potřeba sdílet těžké okamžiky, které participanti v průběhu života zažili. Jednalo se o více silných témat, počínaje ztrátou životního partnera, těžkou nemocí, ztrátou schopnosti soběstačnosti, ztrátou vlastních dětí nebo úrazem.

Anna (75) vyprávěla o svém krásném dětství, o tatínkovi, který ji od malička podporoval v různých zálibách a díky tomu je z ní vynikající hudebnice a umělkyně. Pokud jako malá něco chtěla, tatínek jí to dopřál. Díky tomu se naučila malovat, hrát na klavír, fotografovat, vystudovala. *„Měla jsem krásné dětství, už jako šestiletá jsem říkala tatínkovi, tatínku já bych chtěla klavír. No a co...? Můj tatínek byl strašně hodný, byl to miliónový tatínek..., takže mi ho koupil... a já jsem po něm zdědila absolutní hudební sluch a teď ho má i můj vnuk, který se sám doprovází na klavír a mívá koncerty, na které chodím. A paní profesorka ho moc chválí a zbožňuje ho. To běhá úplně mráz po zádech...“* V současné době má vážné zdravotní komplikace, ale nepoddává se tomu, snaží se co nejvíce žít. Má velkou rodinu, s kterou už léta slaví vše společně. Tráví spolu volný čas, jezdí společně na chalupu. Anna vyprávěla, jak celá rodina tento dům opravovala, každý dělal to, co uměl, a hodnotí současnou situaci: *„I přes to, co se mi stalo, si ten život užíváme, známe za námi přijíždí. To je nádherné a už proto je třeba žít, když má člověk ty přátele a rodinu okolo sebe.“* Další Anninou vášní jsou zvířata. Na chalupě mají kočky, ježky, ptáky a Anna má silnou potřebu se o ně starat. Hrdě mi vyprávěla, co vše jim kupuje a jak jim rozumí. Také hovořila o tom, jak se nemůže dívat na násilí a bezpráví v televizi, to prý brečí jako želva. Pěstuje květiny a v domově má balkón, kde má spoustu krásných květin. Její příběh byl opravdu velmi silný a způsob, jakým se se všemi nesnázemi života vyrovnala, ještě silnější. Když jsem jí chtěla složit za její přístup a zvládnutí současné situace poklonu, s úsměvem mi řekla: *„No, oni mi to tady všichni říkají, já už to nemůžu slyšet...“* Opravdu bych každému, kdo je v životě nespokojený nebo nešťastný, přála

setkání s Annou, aby si mohl vyslechnout její příběh a uvědomil si, že vždy záleží na tom, jak se svým, třeba těžkým, životem naložíme.

Cecílie (85) mi vyprávěla o svém životě na samotě, o krásné přírodě a o prostoru, který zde měli s manželem pro sebe. Žila s manželem daleko od vesnice. Do práce mohli jezdit pouze na kole nebo na motorce, kterou nechávali v křoví u zastávky autobusu, kterým pak pokračovali do zaměstnání. Neměli elektřinu, po domě chodila se svíčkou, svítili jen lihovými lampami. S úsměvem se mi svěřila, jak museli malou dcerku dopravovat na motorce. Protože v té době neměla jinou šanci než přepravu na kole nebo motorce, ušila z igelitového ubrusu a látky pytel, do kterého malou dceru zabalila, dala si ji pod kožich a v zimě ji na motorce s manželem vozili do školky. Její dcera tuto historku dodnes každému vypráví, že se vozila v pytli. Vyprávěla o hezké přírodě, ale i velkém osamocení, když zde celé dny byla sama. Měla silný zážitek z mládí, kdy v šedesátém osmém roce na jejich samotu zabloudili Rusové. Vyprávěla mi o strachu, jaký přitom zažila. Také si vzpomněla na zážitek, kdy se její tatínek, za války nasazený v Rakousku, vrátil domů jen v ponožkách. Měl s sebou kamaráda, který ho později zval do Itálie. Zamýšlela se také nad tím, jak celou tuhle generaci válka ovlivnila. Když přijeli Rusové, maminka starší dceru schovávala na půdě, aby ji neviděli a neublížili jí. Cecílii bylo tenkrát dvanáct let, o tu se proto nebála. Rus, který do domu rodičů přišel, jí tenkrát pohládl a řekl, že má doma taky takovou holčičku.

Konfrontace s II. světovou válkou je bezesporu pro generaci současných klientů rezidenčních zařízení velké téma. Evžen je rovněž zmiňoval, vyprávěl, že za války bylo nejdůležitější, zda vůbec budou mít co jíst. Tato zkušenost mu zůstala dodnes, takže je rád za to, že něco dostane a vůbec neřeší, co to je konkrétně za jídlo nebo jestli mu chutná.

Dana (90) mi vyprávěla o životě, o silném vztahu s maminkou, o rodičích, kteří ji vedli k víře v Boha, o jejich společných návštěvách kostela a společném praktikování víry. Svěřila se mi s tím, jak jí náhle zemřel manžel a ona zůstala s malou dcerou na všechno sama. Jak jí přes výborné pracovní výsledky, za které byla oceněna, současně s oceněním přišla ze dne na den výpověď, a jak všechny tyto životní situace zvládla. S dcerou má velmi blízký vztah, rodina je pro ni tím nejdůležitějším.

František (72) vyprávěl, že se rád účastní aktivit, při nichž se peče. Byl zvyklý pomáhat při těchto činnostech z domova, když ještě žila jeho žena, a zůstalo mu to dodnes. A podotýká, že také vojna byla pro život velmi podstatná, protože: „*Udělal*

z kluků chlapy...“ Negativně hodnotil fakt, že v současné době není povinná vojenská služba. Vyprávěl mi, jak potkal svoji ženu jako voják na jednom tanečním večírku. Také měl vzpomínku na vojnu spojenou s ruskou okupací a osobní konfrontací s Rusy. Vyprávěl, jak se v místě, kde byl při vojenské službě, objevili Rusové, kteří zabloudili, a jak tuto situaci zvládl. Hezky vzpomínal na dobu učení, kdy bydlel na internátě a na víkendy jezdil domů, a na život v cizím městě. Naopak negativní vzpomínku měl spojenou se svou prací, kde bylo podle jeho slov: *„Horko zepředu, zima zezadu\ a hrozná špína...“*, vzpomíná jak: *„Ze dne na den fabriku zavřeli a nikdo nic neřekl... a byl jsem po čtyřiceti letech dřiny bez práce.“*

Evžen (90) hovořil o svém úrazu, který ho v mládí na jeden rok upoutal na lůžko. Lékaři mu nedávali šanci na uzdravení, ale krátce před plánovanou amputací se mu rána začala hojit. Tato velmi těžká situace se později ukázala být klíčovou pro jeho život, protože mu zachránila život. Jeho kolegové z práce, s nimiž byl v jedné skupině, dostali rozkaz, kterého se nemohl zúčastnit, protože ještě nebyl zcela zdrav. Musel proto zůstat na pracovišti a celá tato skupina kolegů a kamarádů utrpěla smrtelné zranění. On byl jediný, kdo přežil. S manželkou žil šedesát pět let. Staral se o ni, když onemocněla, vařil, myl ji, přebaloval. Další životní rána ho potkala, když mu onemocněla dcera. Také byla velmi dlouhou dobu nemocná a Evžen to popsal slovy: *„Museli jsme se obrnit strašnou trpělivostí, abychom to zvládli..., spoustu věcí jsme museli překousnout. A já jsem se naučil dělat si z věcí srandu, abych to zvládl. Možná, že to je odpověď na tu tvoji otázku...“* (Otázka: Máš něco, co ti pomáhá v těžkých chvílích, něco, k čemu se můžeš vztahovat?)

Jana (80) se starala o svého otce. Když onemocněl, vzala si ho k sobě a rok a půl o něho pečovala. V našem rozhovoru se mi svěřila, že otci dosloužila. Celý svůj život obětovala práci na statku. Nejdříve nemohla studovat, později už na studia nešla, ale teď přemítá, že si té práce v životě vzala moc a několikrát opakovala, jak ji absence vzdělání trápí.

Božena (75) se s manželem zodpovědně připravovala na stáří. Opravili si víkendový domek a upravili byt takovým způsobem, aby vyhovoval životu v seni, zřídili si bezbariérový přístup a vše zrekonstruovali. Těšili se na spokojené a klidné stáří. Během několika měsíců se jejich život kompletně změnil, když manžel onemocněl a museli začít řešit život v jiných podmínkách než v domácím prostředí. Nicméně Božena se s novou situací smířila, zorganizovala přesun do domova a krátce se vše stabilizovalo. Poté se začal zhoršovat stav nejen manžela, ale také jí samé. V současné

době je manžel vážně nemocný, přesto vyžaduje intenzivní společnost manželky, která se mu snaží vyhovět. Radikálně to však ovlivňuje její zdravotní stav a nemoc, která se u ní objevila a projevila s velkou intenzitou. I přes tuto současnou těžkou situaci mi vyprávěla, jaký byl jejich dlouhý společný život hezký, jak měli velkou skupinu kamarádů a společně cestovali po Evropě. Hovořila o místech, která společně navštívili. O tom, že jí bylo řečeno, že nemůže mít děti, a přesto se jí podařilo přivést na svět dvě zdravé děti a také, jak si tohoto daru, být matkou, váží.

6.8.2 Život v domově

V této kategorii bylo stěžejních několik aspektů. Počínaje uspokojováním fyziologických potřeb, hodnocením stravy, ubytování, až po ryze osobní témata, jako jsou možnosti spánku nebo míra bolesti. Z rozhovorů plyne, že senioři jsou v domově spokojeni. Zabezpečení v domově je na velmi dobré úrovni, překvapilo je, že se na tuto skutečnost ptám. Bezpečí vnímají také dobře, nechávají odemčené pokoje, nikdo cizí je neobtěžuje a nikdy neřešili, že by se jim něco ztratilo. Sestry a pečovatelé se o zajišťování základních potřeb starají výborně, personál je podle slov klientů velmi milý. Pokoje jsou nově vybavené. Klienti mají buď jednolůžkové, nebo dvoulůžkové pokoje a část pokojů je opatřena balkóny. Domov je vybaven několika výtahy, aby se mohli přemísťovat také klienti s omezenou hybností nebo imobilní klienti. Strava pro participanty nehraje klíčovou roli, sami tvrdí, že jídlo jim občas nechutná, ale že to považují za normální, protože totéž se jim stávalo, když ještě žili doma a také někdy jídlo například přesolili. Z rozboru textů lze definovat, že stravu klienti vnímají jako samozřejmost, někdy si pochutnají, jindy méně.

Božena (75) k tématu stravy prohlásila: „*Není dobré..., většinou to chutná, ale já nemůžu hovězí a nemám ráda omáčky a knedlíky.*“ Božena odešla do domova společně s manželem, když už jeho zdravotní stav nedovoloval zajištění péče v domácnosti. Sama konstatuje: „*Všechno to bylo tak rychle a najednou... bylo to hrozné.*“ Dnes už spí dobře, ale dlouho si nemohla zvyknout a měla potíže se spánkem. Bolestmi trpí občas. Bezpečí a zaopatření vnímá pozitivně. O svém životě a čase rozhoduje sama. Ráda navštěvuje aktivity pořádané v domově. Účastní se výletů, jezdí na trhy, nákupy, koncerty. Individuálně se věnuje objevování okolí, navštěvuje vernisáže a divadelní představení.

Evžen (90) podotkl, že vyrůstal za války, kdy nešlo o to, jaké jídlo dostane, ale jestli vůbec nějaké dostane. A to mu vydrželo dodnes. Se stravou je tedy spokojený,

protože ji dostává pravidelně. V domově je velmi spokojený: „*Všichni jsou hrozně fajn.*“ Neví, jak to dělají, že jsou tak milí, ale on je tu šťastný. Základní potřeby si zajišťuje sám, spí málo. Bolesti má od prodělaného úrazu v mládí, ale snaží se je nevnímat. Soukromí má zajištěné. Každý návštěvník i personál klepe před vstupem na pokoj. Do domova odešel se ženou, když už nebylo možné, aby se o ni staral sám doma.

Hana (85) je se stravou spokojená, prohlašuje, že sama by to nezvládla. „*Je to holt jídlo jako v jídelnách.*“ Už léta má problémy se spaním, ale užívá léky, které jí pomáhají. Trpí bolestmi, prodělala bércové vředy, které se jí podařilo vyléčit. Při zajišťování základních potřeb potřebuje pomoc, protože je v hybnosti omezená. Zabezpečení vnímá pozitivně, nemá strach, a navíc prohlašuje, že bydlí nahoře... a kdo by k nim lezl. Podotýká, že než se dostala do domova, žila v pečovatelském domě v přízemí, a tam se bála. V domově se jí líbí, se vším jí pomohou pečovatelé, pravidelně se může koupat. Tyto činnosti by už doma ani s pomocí nezvládla. „*Ano, jsem tu opravdu spokojená, všechno je erární, a dobré a navíc... bydlím nahoře a mám výhled, jako když jsem byla doma.*“

Jana (80) považuje podávanou stravu za normální, po chvíli konstatuje: „*Nic moc, ale ono je těžký vařit pro tolik lidí, zvykla jsem si.*“ Doma mívali skromné jídlo, protože rodina měla velké hospodářství, takže nebyl čas na přípravu složitých pokrmů. Co se týká spánku, sama tvrdí, že toho moc nenaspí, ale je na to zvyklá právě z doby, kdy pracovala na statku. Bolesti má stále, ale léky nebere. Aktivit v domově se účastní ráda. Navštěvuje pravidelně kroužek trénování paměti, chodí na zpívání, koncerty. Manžel byl hudebník, hrál na harmoniku a ona s ním zpívala. Když byli mladí, chodili společně tancovat a jak tvrdí: „*Všechny tancovačky a plesy jsme s tátou roztančili... nikdo nešel před náma... a taky jsme vždycky končili.*“ Plány žádné nemá, pokud by to bylo možné, ráda by šla tančit. To bohužel z důvodu imobility není možné. Na moji otázku, co považuje za hezké, odpověděla okamžitě: „*Ty tancovačky!*“ Učit se už nic nechce, dříve pletla a háčkovala, v současné době má problém se samostatně najíst. Dnes jí naplňuje sledovat vzdělávací pořady.

František (72) je se životem v domově velmi spokojený. Sestry se o něj starají velmi dobře, spát může a bolesti nemá. Jediné, co ho trápí, je zhoršený sluch. Vyprávěl mi o výborném zaopatření v zařízení, a jak mu všichni pomáhají. Soukromí vnímá pozitivně. Rád pomáhá druhým, například když je potřeba něco opravit. Strava mu chutná, podle jeho slov: „*Není kam utíkat, je tu klid, kuchaři taky dobrý...*“ Zmínil také

paní ředitelku, která je podle něj: „*Výborná, dá se s ní mluvit, vyslechne vás a snaží se... a za to je třeba taky poděkovat.*“

Cecílie (85) na mou otázku, jak se jí žije v domově, odpovídá vlastními slovy: „*Nemůžu si naříkat.*“ Do domova odešli společně s manželem, doma se po pádu a zranění nemohla starat ani o něho ani o domácnost. Na spaní si nestěžuje. V zařízení je spokojená, ale není to domov. Domov byl tam, kde společně s manželem žili čtyřicet let. Jak říká: „*To byl domov, teď... to si nejde zvyknout.*“ Bezpečí a soukromí má v domově zajištěno. Bolesti nemá, ale trápí ji polakisurie, z toho důvodu se účastní méně aktivit: „*Zůstávám radši doma, abych stihla ten záchod... musím chodit často...*“ Strava je podle Cecílie běžná. Někdy jí chutná, jindy ne, jídla se stále opakují.

Anna (75) mi na otázku, jak vnímá život v domově, odpověděla: „*Někdy se mi zdá, že jsem až v ráji, sestřičky, ty mě vyloženě rozmazlují, všechny.*“ Anna ještě není ve věku, kdy by musela žít v zařízení rezidenční péče. Zdravotní komplikace ji bohužel po běžném lékařském zásahu upoutaly na invalidní vozík. Život v domově vnímá pozitivně, cítí se výborně zaopatřená a v bezpečí. Na soukromí je podle jejích slov brán ohled a každému by přála v případě problému, aby měl takový podzim života. A máte nějaké plány? „*No ano... mám plán... teď bych se ráda podívala na film o Fredy Mercury, protože toho jsem milovala a zeť zjišťuje, jestli je tam bezbariérový přístup, abych se tam dostala...*“ Považuji za velmi pozitivní faktor, pokud klienti kladně hovoří o životě v zařízení. Senioři dávají bez okolků najevo, pokud nejsou se životem v domovech spokojeni a nemají problém vyjádřit negativní stanoviska, pokud je vnímají jako oprávněná. Z osobní zkušenosti, kdy jsem absolvovala praxe v průběhu studia i času, který jsem strávila ve společnosti klientů při rozhovorech a jiných aktivitách, se mohu ke kladnému hodnocení pouze připojit.

Dana (90) vypráví o životě v domově a o tom, že by nechtěla žít u dcery. Je to z důvodu uspořádání domu, kde jsou pokoje v prvním patře a ona by měla obtíže díky své imobilitě. Se současnou situací je spokojená, v domově se jí líbí. Nějakou dobu žila v jiném domově, následně dcera vyjednala přesun do tohoto domu, kde je Dana spokojená, navíc dcera žije blíže než v předchozím případě. Původně byla na dvoulůžkovém pokoji, v současné době je na jednolůžkovém pokoji a velmi jí to vyhovuje. Zaopatřená se cítí dobře. Soukromí má zajištěné, podle jejích slov: „*Sestřičky klepou...*“, vypráví mi historku o hrníčku, kdy si nechala dva na pokoji a byla na to negativně upozorněna sestrou. Má strach, že po úrazu, následkem kterého nedošlo ke zhoršení jejího zdravotního stavu, ale k výrazné obavě z dalšího možného pádu, bude

muset vyžadovat více pomoci od sester. Nechce je ale zatěžovat. Celým rozhovorem se prolíná obava, aby nějaké její chování nebo sdělení nebylo pochopeno špatně. Dana na mě působí jako velmi citlivá žena, která se chce za každou cenu vyhnout konfliktům nebo konfrontacím, opakovaně vyjadřuje, že všechno je v pořádku. Je velmi manuálně zručná, ukázala mi výrobky, které sama pletla. Měla, jak mi v průběhu sezení sdělila, obavu z našeho rozhovoru, že se budu ptát na něco, co mi nebude moci zodpovědět. V závěru mi svou obavu ještě jednou zopakovala a dodala: „*To se mi s vámi hezky povídalo...*“ Víím, že v dnešní době zaměřené na výkon je pro účastníky přímé obslužné péče velmi těžké zastavit se a přemýšlet o provázanosti našich činů a skutků. Přesto bych doporučila, aby se Daninými pocity někdo zabýval při cíleném rozhovoru nebo reminiscenční terapii, aby jí pomohl obavy, že je na obtíž, minimalizovat.

Považuji za velmi statečné, s jakou lehkostí klienti hovořili o přesunu do domova pro seniory, i když se jednalo o velice závažné rozhodnutí s mnoha následky. Z rozhovorů lze vyvodit, že tento přechod volí v okamžiku, kdy už nejsou schopni sebeobsluhy nebo péče o partnera, přesto mě výpovědi o nemocech partnerů a o přestěhování hluboce dojímaly. Především lehkost, nebo můžeme říci samozřejmost, s jakou ženy, které v případě mých rozhovorů disponovaly dobrým zdravotním stavem, vůbec neváhaly a odešly s partnerem do zařízení. Zvyknout si na „nový život“ nepovažuji za snadné, a já si osobně hluboce vážím všech partnerů, kteří tento krok udělali. V domovech seniorů dochází k částečné ztrátě soukromí, mění se kompletně životní styl. I přes veškerou snahu pečovatелů se jedná o institucionalizovanou formu života.

6.8.3 Společenství

Tato kategorie obsahuje velmi intenzivní důležitost sociálních interakcí, hodnocení kvality života v domově, vyprávění o každodenních aktivitách v domově nebo o možnostech seberealizace. Prostřednictvím vhodně sestavených činností pro naplňování volného času mohou klienti uspokojovat celou řadu potřeb. Jedná se o prožívání pocitu smysluplného života, zajímavých setkání, sociální interakce, a navíc jim aktivity umožňují zažít okamžiků úspěchu, seberealizace a pomáhají při nácviu rozličných sebeobslužných úkonů.

Jana (80) má z aktivit v domově nejraději zpívání, které dříve provozovala s manželem. Chodí zpívat pravidelně, protože nechce opustit kolektiv. Ráda navštěvuje koncerty pořádané v domově. Jana od dětství pomáhala při hospodaření na statku.

Žili velmi skromně. Její láskou byl zpěv a tanec. Když se provdala, zpívala se svým manželem a velmi ráda tančila. Jejím manželovi museli ve stáří v důsledku nemoci amputovat nohu. Zůstal v invalidním důchodu, a protože byl výborný hudebník, koupil si harmoniku, aby se mohl doprovázet. Společným hraním a zpíváním trávili velkou část času. Byla to jejich oblíbená aktivita. Jana několikrát v průběhu rozhovoru přiznala, že velmi postrádá tanec a že by jejím přáním, kdyby mohla, bylo jít si zatančit.

Hana (85) vyprávěla, jak si vybírá činnosti, kterých se účastní. Na oddělení je nástěnka, kde si vyhledá aktivity, pravidelně chodí do dámské dílny. V létě se v rámci domovů pro seniory v jižních Čechách pravidelně pořádá olympiáda, které se také účastní. Hovořila o tom, že ráda luští křížovky a čte knihy a časopisy. A jak trávíte volný čas kromě křížovek a knížek? „*Vlastně nic, pletení už mi nejde, nenavleču jehlu... ale v dílně děláme hezký věci. Dělal jsem košíček. A hned jsem si ho koupila nebo občas něco vyšíváme a našíváme.*“ V domově se jí líbí, když se přistěhovala: „*Byla jsem jak ve vidění... pozitivně!*“ Společenských interakcí má v domově mnohem více než doma, pochází totiž z malé vesnice, odkud bylo špatné spojení do města a aktivit se tam také moc nekonalo. Když jsem se zeptala na její přání, odpověděla mi: „*Když vám to nejde chodit, tak nemáte o nic zájem...*“ Plány žádné nemá, učit se nechce, na to je prý stará: „*Na to nejsem, už je mi hodně.*“ Občas chodí na malé procházky.

Anna (75) si rovněž vybírá, jakých aktivit se zúčastní. „*Máme každou středu trénování paměti. A na to já se strašně těším, protože se u toho moc nasmějeme a pijeme kafičko a řešíme ty úlohy a teď mám domácí úkol, že pošlu pohlednici přátelům a měla bych tam dát oblíbené město nebo zemi, no a nechci to udělat úplně lehký...*“ Mezi její další aktivity patří výlety do města, nákupy, návštěvy trhů, které jsou pořádány pracovníky domova. Účastní se koncertů v domově a navštěvuje koncerty vnuka. Také maluje a jezdí po okolí. Ráda přitom fotografuje přírodu. Na moji otázku týkající se kultury, četby atd. mi Anna odpověděla: „*Byla jsem nejlepší čtenářka ve škole, a když jsem chodila do práce, tak jsem četla do tří hodin do rána. Naproti přes parčík bydlela sousedka a ta mi říkala, co že co tam děláme, protože se u nás v noci pořád svítí, do tří hodin... no jo, ale ta knížka prostě nešla odložit...*“ Na otázku týkající se přání mi sdělila: „*Vždy máme nějaká přání... že jo. Ne, já mám takový přání, co se týká toho pobytu tady... chtěla bych mít mikrovlnku. Nebudu si přát zdraví... a pak bych chtěla, aby byli všichni okolo mě zdraví a spokojení a veselí... to by stačilo...*“

František (72) se účastní volnočasových aktivit. „*Holky přijdou a řeknou, co se bude dělat... no, a tak já jdu... pouští různé filmy, hudbu...*“ Jezdí v rámci aktivit pořádaných v zařízení na různé výlety a akce, zúčastnil se olympiády mezi domy pro seniory. Také vyprávěl, že společně navštívili koňskou farmu, kde poprvé seděl a jel na koni. Byl to pro něho silný zážitek. Když jsem se tázala, jestli má nějaká přání, odvětil, že by hrozně rád jel po Vltavě až do Prahy. To je jeho velké přání. Hezké jsou pro něho květiny, je zapálený pěstitel kaktusů a nadšeně mi květiny ukazoval a mluvil o tom, co je v péči o ně důležité. Celý život prožil v Českých Budějovicích a pracoval v jedné firmě. Dnes je velmi hrdý, když jede do města a vidí, jak je všechno opravené, čisté a jak vše svítí. Má na pokoji televizi a rád sleduje pořady o vesmíru. Společně jsme debatovali o budoucnosti planety.

Cecílie (85) má z pořádaných aktivit nejraději trénování paměti, kterého se pravidelně účastní. Dále chodí cvičit a každý den chodí ven na procházku. Když je špatné počasí, prochází se po terase. Účastní se pečení na oddělení a aktivit, které v domově pořádají společně s dětmi z mateřské školy. Ty jí přinášejí radost. Kulturních akcí v domově se účastní ráda, mimo domov už cestovat nechce. Ráda si prohlíží časopisy a sleduje televizi. O aktivitách a čase si rozhoduje sama. Na otázku, jaká má přání, mi odpověděla: „*A víte, že ani né, to kvůli tomu mému problému...*“, (polakisurie). Plány žádné nemá, dříve chodila do dámské dílny. Ruce si nyní procvičuje sama. Číst knihy nemůže kvůli zdravotnímu omezení.

Evžen (90) se účastní všech akcí, které jsou v domově pořádány. Pravidelně navštěvuje pánskou dílnu a ukazoval mi plány toho, co v současné době vyrábí. Prostřednictvím těchto aktivit se může realizovat a rozvíjet. Jak mi prozradil, tyto aktivity a přístup pracovníků domova mu vrátily víru v lidství a sebevědomí. „*Ty lidi tady... mi vrátili víru v lidi a ve mě samotného. Ještě tak něco vymyslet... jsem užitečný.*“ Dále navštěvuje koncerty a jiné akce organizované v domově. V domově je šťastný, říká: „*Nevěřil jsem, že budu mít takový krásný podzim života.*“ Jeho přáním je, aby mohl ještě pár let žít: „*Mám se dobře... abych mohl dožít... ještě pár roků v tomto režimu.*“ Evžen je také nadšený čtenář, hrdě mi sděloval, že měl doma ve své knihovně tisíc pět set knih. Když jsme o knihách hovořili, zjistila jsem, že má opravdu zajímavé publikace. Evžen dále vzpomínal, jak se zúčastnil pohřbu T. G. Masaryka a jaký to pro něj byl intenzivní zážitek. „*Stáli jsme strašně dlouhou dobu ve frontě, která byla nekonečná...*“ Za velmi silnou ukázkou krásného a spokojeného života v domově pro seniory považují historku, kterou popisuje. V domově pracuje člověk, se

kterým několikrát hovořil, a přitom zjistili, že pocházejí ze stejného města. Vyprávěli si o městě a jeho okolí a Evžen poté dostal od tohoto zaměstnance domova nabídku, zda by se nechtěl do míst, kde vyrůstal, podívat. Při jeho kladné odpovědi zaměstnanec vše zařídil a následně společně odjeli do míst, o nichž si Evžen myslel, že už je nikdy nespátí. Nutno podotknout, že pracovník domova vše zorganizoval ve svém volném čase, po dohodě s klientovou dcerou. Považuji to za ukázkou nadstandardního přístupu pracovníka zařízení, který vše podnikl nad rámec běžných pracovních povinností.

Dana (90) se aktivit v domově účastní. „*Chodím a dělám jim tím radost, že chodím.*“ Ráda se účastní cvičení. Nejraději navštěvuje koncerty pořádané v domově. Jak tvrdí, nevynechá žádný, protože hudbu má ve velké oblibě. Jak mi s úsměvem sdělila, chodí na koncerty raději dřív, aby měla jistotu, že bude sedět v první řadě a sestřičky už to také vědí a rezervují pro ni místo. Jejím přáním je, aby byla její rodina zdravá. Také ráda tráví čas rozjímáním a religiózními praktikami.

Samota/osamělost

Na otázku, zda se klienti cítí osamělí, jsem často slyšela zápornou odpověď. Pokud mají klienti pocit osamění, vyhledávají sociální interakce, a navíc navštěvují různé aktivizační programy, kde jsou saturovány potřeby spojené s komunikací, zábavou, radostí, zážitkem z úspěchu a společenství. Přesto mě některé reakce zaujaly.

Evžen (90) mi řekl, že se v případě samoty řídí heslem: „*Hledej mezi lidma přátele, nepřátele si tě najdou sami.*“

Hana (85) mi sdělila, že jí proti osamělosti pomáhají procházky a setkávání s jinými klienty. Na pokoji má televizi, která je jí dobrým společníkem, a ráda luští křížovky a čte knihy.

Cecílie (85) se osamocená necítí, chodí si povídat s jinými klienty.

Jana (80) je imobilní a odkázaná na péči sester. Osamocená se necítí, je už deset let vdova a na samotu si zvykla. Jejím společníkem je rádio. Pro Janu jsou důležité děti a celá rodina.

Anna (75) mi na otázku týkající se samoty řekla: „*Ne, to nikdy... to ani nemám ten pocit...*“ Celý rozhovor byl laděný ve velmi pozitivním a otevřeném duchu. Anna vyprávěla otevřeně i o bolestných tématech spojených s její nemocí nebo minulostí. Pramenila z ní síla a odhodlání nepodlehnout životním nástrahám, se vším se poprat, popřípadě smířit a zachovat si pozitivní náhled na život. Bylo to velmi poučné

a inspirativní setkání, které bych přála každému, koho potká těžké životní období. Její kladný přístup k životu a současné situaci byl pro mě obrovským obohacením.

Dana (90) se osamocená necítí. Pravidelně ji navštěvuje dcera, na jejíž návštěvu se těší. Má na pokoji velké množství květin a péči o ně tráví mnoho času a cítí se šťastná, protože má s rodinou dobré vztahy. Dcera i vnučka jsou zaopatřeny, a to je pro ni velmi důležité a je to pro ni důvodem k životní spokojenosti.

Božena (75) vnímá, že je osamocená. „*Ano, to víte, manžel je nemocný, člověk je tu sám... lidé umírají.*“ Vyprávěla mi o velkém kolektivu přátel, s nimiž pravidelně podnikali zájezdy. Po přesunu do domova je přátelé hojně navštěvovali, ale s tím, jak se zhoršuje její zdravotní stav i stav manžela, přicházejí přátelé čím dál tím méně. Zmínila, že kamarádi se na jejich zhoršující zdravotní stav „*nemohou dívat*“.

6.8.4 Důležité

Kategorie Důležité obsahuje vše, co se opakovaně objevovalo ve všech rozhovorech. Klienti se k těmto tématům vraceli a rozebírali je. Jedná se tedy o klíčovou kategorii – hodnoty. Klienti často kladli důraz na to, co je pro ně samé hodnotné (nejednalo se pouze o náznaky či krátké výrazy, z nichž by bylo možné významnost určitých potřeb vyvodit). Čeští klienti považují za nejdůležitější hodnotu rodinu, své potomky a udržování dobrých rodinných vztahů a vazeb. Další hodnotou byla láska, která se v konkrétních formách i náznacích prolínala rozhovory. A také potřeba společenství, neboť jeho prostřednictvím lze naplňovat potřeby, ve kterých lze objevit různé formy citů a vztahů. Potřebu společenství jsem pro její rozsáhlost zařadila do samostatné kategorie, ve které jsou její rozličné formy prezentovány.

Rodina

Největší hodnotou je pro Boženu zdraví a rodina. Když se ohlédne na svůj život, žila by se současnými znalostmi zcela jinak. Byla zvyklá na přátele, společně často cestovali. Po přesunu do domova je přátelé navštěvovali, ale přicházejí čím dál tím méně. Pro Boženu tato situace není snadná, ale chápe, že pro známé a kamarády je těžké sledovat zhoršující se stav jejího muže. Ona sama považuje za samozřejmé, že se spoluúčastní péče o manžela při úkonech, kde je to možné.

Pro Janu (80) je důležitá rodina, synové a vnučata. Vyprávěla mi, jak nemohla studovat, protože měla špatný kádrový posudek, a tak zůstala doma a starala se o statek. Později pečovala o otce. Při zvládání života jí pomáhá víra, pravidelně navštěvuje kapli,

chodí tam vzpomínat. Rodina je pro ni důležitá, má několik synů, kterým, jak prohlašuje: „*Nikdy neradila...*“ Při rozhovoru bylo možné vysledovat, jak se její rozhodnutí, nevstupovat do rodinného života dětí, prokázalo dobrým, neboť všichni synové tento fakt kladně reflektují. Synové Janu pravidelně navštěvují.

Pro Cecílii (85) je zcela zásadní vztah s dcerou, vnučkami a pravnoučaty. To považuje za nejdůležitější. „*Rodina, to jó, že holky drží dohromady... to jsem moc ráda, že jsou všichni dohromady.*“ Má už několik pravnoučat a všechny mi ukazovala na fotografiích.

Anna (75) má hluboký vztah s dětmi a celou rodinou. Jsou pro ni tím nejdůležitějším. Jak prozrazuje: „*Nepoddávám se tomu, co mě potkalo, protože to jim nemůžu udělat... jsem bojovnice, i když tak nevypadám.*“ Vypráví, že mají úzký kontakt s celou rodinou a tráví společně mnoho času. To jí velmi pomáhá.

Dana (90) je šťastná, že jí dcera pomohla, aby se z jiného domova přestěhovala do současného, kde je velmi spokojená. S dcerou má silný vztah, dcera jí pravidelně navštěvuje, má to k ní blízko. Dcera zařídila oslavu jejího jubilea, a to byl pro Danu krásný zážitek. Opakovaně v rozhovoru zmiňovala důležitost rodiny, ukazovala mi fotografie a hovořila o různých zážitcích z rodinného života.

Evžen (90) má silný vztah s dcerou, nadšeně mi vyprávěl, jak společně absolvovali test inteligence a on byl „roztrpčený“, neboť jeho dcera měla IQ o tři body vyšší než on.

Láska

Velmi mě překvapilo, jak často se slovo láska objevovalo buď v náznacích, nebo přímo, u všech aktérů. Z předchozích šetření jsem byla zvyklá na to, že nějaká činnost, vlastnost nebo potřeba se objevovala častěji s ohledem na zaměření výzkumu nebo sestavení otázek. Ale intenzita, s níž mluvili klienti o pozitivních emocích spojených s partnerem nebo dítětem, již můžeme následně zahrnout pod výraz láska, byla pro mě neobvyklá. Také se slovem láska dala shrnout intenzita, s jakou mluvili rodiče o úspěších svých dětí nebo o hlubokém vztahu s někým z rodiny. A v neposlední řadě to bylo odhodlání, s jakým se rodiče postavili těžkému osudu. Když jsem pokládala otázky typu, co je pro vás v životě důležité nebo co je smyslem života, dostala jsem tyto konkrétní odpovědi.

Na otázku, co pomáhá při překonávání těžkých životních okamžiků, mi František (72) odpověděl rychle a výstižně: „*Láska, láska... ta to dělá, když máte rád, tak máte pro co žít...*“

Evžen (90) se vyznal z toho, jak mu schází partnerka, v průběhu rozhovoru mi spontánně řekl: „*Když jsi s někým šedesát pět let, tak ti schází... pořád s ní mluvím...*“

O jiném druhu lásky jsem hovořila s Boženou (75), která mi vyprávěla příběh svého syna, jenž byl od malička těžký dyslektik. Lékařka jí v mateřské škole řekla, že je sice hloupý, ale pokud se mu bude intenzivně věnovat, může jeho deficit alespoň částečně kompenzovat. Jak sama Božena přiznává: „*Dřela jsem s ním každý den od raného věku a v páté třídě mi psychologka řekla, že když budu takto pokračovat a pracovat s ním, mohl by být v dospělosti úplně zdravý.*“ Intenzivně se mu dále věnovala, syn se úspěšně vyučil, dnes má vlastní firmu a je uznávaným řemeslníkem. Pouze, jak sama s úsměvem dodává: „*Dopis bez chyby nenapíše, ale to za něj dnes udělá počítač.*“ Považuji tento příběh za nádhernou ukázkou lásky a odhodlání nepodlehnout osudu, ale postavit se mu a dokázat, že člověk je v životě schopen dosáhnout nemožného. Tento příběh rodičovské lásky je toho krásným dokladem.

Cecílie (85) mi vyprávěla, jak pečovala o manžela po úrazu, při němž si v domově zlomil nohu. Z nemocnice se vrátil s dekubitem a celý rok jim trvalo, než se rána zahojila. Podařilo se jim sehnat lék, kterým mohli problém vyřešit. Bylo to finančně velmi náročné, ale to pro Cecílii nehrálo roli, pokud lék pomáhal. „*A když se zahojila, tak třikrát vydechnul a bylo po něm. A byl u toho doktor a já mu říkám, dělejte něco a on mi povídá, co by za to kdo dal, aby bez bolesti v klidu zemřel. Tak já jsem řekla, no, co mám dělat, tak já mu to musím přát.*“ Opět krásný příklad partnerské lásky, pečovat o manžela bez ohledu na vydání, a také nechat ho odejít.

Hezkým příkladem mateřské lásky je vztah Anny (75) s dcerou. Vyprávěla mi o tom, jak si každý den volají, jak mají společné zájmy. Jak společně pláčou u smutných filmů a jakou radost jim dělají děti/vnoučata. Snaží se společně trávit co nejvíce času, jako by si uvědomovaly, že to je to nejdůležitější v životě. Společné sdílení a bytí.

Dana (90) měla intenzivní vztah s maminkou, která se péče o Danu dlouho nechtěla vzdát. Ještě v Danině dospělosti měla silnou potřebu o Danu pečovat. Dana se vdávala později a její život byl poznamenán brzkou ztrátou partnera a následnou samotou a péčí o malou dceru a vše v rodinném životě. I z toho důvodu má

dnes s dcerou velmi pevný vztah. Dcera a rodina, to byla dvě témata, která se opakovaně prolínala celým rozhovorem. Dana mi opakovaně ukazovala různé fotografie vnoučat, vyprávěla mi různé příběhy a neustále měla potřebu poukazovat na důležitost rodiny. Je pravděpodobné, že má s dcerou podobný vztah, jako měla s maminkou. Lze říci, že lidé si z vlastní rodiny přenášejí určité stereotypy, zvyky a způsoby, které potom aplikují v nové rodině.

6.8.5 Spiritualita

Spiritualita je důležité téma v průběhu celého lidského života. Lze ovšem říci, že ve stáří se uvědomění a praktikování této potřeby prohlubuje. V této životní etapě se zintenzivňuje potřeba nalézt odpovědi na zásadní témata spojená například se smyslem života, odpuštěním a přesahem k nadpozemskému nebo posvátnému. V předchozím textu jsem již několikrát zdůrazňovala fyziopsychosocio-spirituální jednotu člověka. Prostřednictvím spirituality jedinec objevuje sílu, která mu pomáhá při řešení otázek spojených s obdobím senia, bilancováním a přijetím změn. Člověk se ohlíží zpět, hodnotí, přemýšlí, co mohl udělat jinak. Hledá odpuštění nebo se sám snaží odpustit lidem, kteří mu ublížili. Potřebuje ujištění, že jeho život nebyl zbytečný.

Téma spirituality nikdo z klientů neotevřel sám. Přesto vnímám určitý posun v otevřenosti odpovědí na otázky spirituality a víry. Při dotazu, zda je něco, co klientům pomáhá zvládat současnou situaci nebo něco, k čemu se vztahují, se všichni otevřeně vyjádřili. Odpovídali na otázky spojené s vírou, potažmo smrtí. Téměř všichni měli potřebu se k něčemu vztahovat. Ať už se jednalo o otevřené přihlášení ke konkrétní formě náboženství nebo o projevy osobní žité spirituality projevující se v praktikování osobních rozjímání na pokoji. Dále vzpomínání na život, na zemřelé nebo rozsvěcování svíček v kapli spojené se vzpomínkami, přáními a tichými rozhovory s transcendentní osobou.

Pouze Evžen (90) se otevřeně hlásil k tomu, že: „*Upřednostňuji hmotu před vědomím, vědomí je produktem hmoty...*“ a prohlásil, že je materialista. Když jsem se zeptala, jak řeší krizové situace, prohlásil: „*Dělám si z toho legraci.*“ Při dalším rozhovoru uznal, že se opírá o přírodní zákony. Vyprávěl mi o nesmyslnosti příběhů, například o postavení archy nebo překročení Rudého moře. Když jsme je následně rozebírali filosoficky, připustil, že chápe možnost například symbolických příběhů, ale že to není jeho způsob uvažování. Přesto říká: „*Opírat se o bludy – Boha a jiné, mi nepřipadá dobrý. Lidi se mají opírat o přírodní zákony a poznávat objektivní*

skutečnosti, který objektivně existují. Tohle mi připadá jako pohádka pro děti.“ Potom prohlásil: *„Nevěřím na pánbíčka, a že stvořil Evu a Adama.“* Na mou otázku po smyslu života mi odpověděl: *„Nejdůležitější úlohou člověka je zachovat to lidství.“*

Když jsem se na otázku spirituality ptala Anny (75), otevřeně se hlásila k tomu, že je věřící. *„Já jsem věřící, mě k tomu rodiče vedli, takže jsme navštěvovali kostel a i tady máme krásnou kapli. Kupuji svíčky... a teď tady byla dcera s mým prvním mužem, takže jsme tam zapálili svíčky a já... třeba ... když chci být oprostěná od lidí, tak si nakoupím svíčky a jedu do kaple a tam sedím a rozmlouvám s tím Bohem. Někdy mu taky něco vytykám... když vidím nějaké krveprolití, tak říkám, že to nemuselo být... tak třeba půl hodky tam s ním tak komunikuju... A pak mě dobíjí děti, vnoučata... a musím říct i ti chlapi.“*

Když jsem hovořila s Danou (90), bylo velmi zřetelné, jakou má potřebu vyznat se ze své víry. *„Já jenom říkám... já to teda řeknu... jestli vás to zajímá... nebo ne? Já jsem teda jako věřící československé církve... a co jsem to chtěla říct, jó, věřím v Království boží, Ježíše Krista syna Božího a že život z Boha přišel... jsem moderní člověk, ale každý večer, když jdu ležet, říkám Pane Bože, ať je všechno v pořádku... prostě poprosit... A když ležím, jenom Boha prosím, abych nebyla ležák.“* Dále vyprávěla, že má víru spojenou se vzpomínkou na rodiče, že bohoslužby a další náboženské aktivity provozovali společně. Starost má s tím, jak děti zařídí kremaci po její smrti. Silně jsem vnímala, jak se bojí, aby nezůstala jako ležící, pouze závislá na personálu, bez schopnosti sebeobsluhy. Tyto obavy jsou spojeny s pocitem závislosti na druhých, což je ve stáří velmi silné téma. V domovech seniorů klienti opakovaně vidí imobilní klienty, kteří jsou odkázáni na pomoc pečovatелů, a tato zkušenost určitě není příjemná navzdory skutečnosti, že pečovatелé odvádí dobrou práci.

František (72) má spiritualitu spojenou s vírou v boží mlýny, věří, že: *„Boží mlýny melou... věřím, že když je něco špatně, pak mě to mrzí, ale nedám to najevo... a to bych měl.“* Navštěvuje kapli, kde zapaluje svíčky za zemřelé členy vlastní rodiny a vzpomíná na manželku.

Hana (85) o sobě prohlásila, že je věřící a současně nevěřící Tomáš. Její ambivalentní vztah vychází ze špatného životního zážitku spojeného s osobou místního faráře a nábožensky založené ženy, jejíž chování dodnes považuje za špatné. Při dalším rozhovoru připouští, že není proti, ale že je podstatné dělat všechno s mírou. A když má špatný den, tak si z toho nic nedělá, protože to zase přejde.

Božena (75) vnímá spiritualitu prostřednictvím přírody, má velmi ráda podzim a jeho barvy, ráda jezdí do přírody, a to ji naplňuje. Prozrazuje, že jí také pomáhá, když může s někým mluvit. Potřebu něčeho transcendentního při delším povídání připouští, sama má zkušenost z pobytu v nemocnici se zážitkem dlouhého tunelu s bílým světlem na konci, v němž byla, ale vrátila se zpět. Při následných rozhovorech o tomto zážitku s rodinou si myslí, že ještě musela něco na tomto světě vykonat. A to se také stalo, když seděla u umírajícího manžela, držela ho několik hodin za ruku a podařilo se jí, aby procitl.

Jana (80) pravidelně navštěvuje kapli, chodí na mše. Je pro ni důležité, aby si v kapli sedla a mohla vzpomínat na své blízké a zemřelé. V rozhovoru zaznělo, že dřív chodil na mši český kněz, ale v současné době dochází polský kněz a Jana má velké problémy mu rozumět.

Cecílie (85) o sobě říká, že se považuje za věřící. Dříve chodila do kaple na mše, ale podle svých slov měla strach, že se nakazí. *„Chodila jsem do kaple... chodila jsem..., ale jak tam ty ženský strašně kašlaly, prskaly, tak jsem přestala chodit a chodím tam v neděli. Tak tam vždycky dojdou rozsvítit svíčky. Každou neděli tam dám svíčky, pomodlím se a odejdu a mám to takový... jako takový klid... nikdo mi tam... udělám to tak, že si... tam popovídám s mužem... tak to má být a povídám mu, že už mám vedle něj udělaný místo na druhou urnu. (Smích). Ještě máme hrob, kde mám rodiče... tak tam taky jezdím s dcerou a tam taky zapálím svíčky a popovídám si s nima... mám tam tatínka i maminku.“* Lze vysledovat důležitost kontinuity při provozování spirituálních praktik. Pro Cecílii je důležité navštěvovat místo, kde může mluvit s manželem, ale současně navštěvuje hrob rodičů, kam jezdí s dcerou. To považují za klíčové pro zachování tradic v rodině, protože prostřednictvím těchto zvyklostí zůstanou zachovány konkrétní spirituální praktiky a jsou nenásilně předávány mladší generaci. *„Dřív, když to bylo možné, tak jsme chodili dohromady v Táboře v poledne na mši, odpoledne hřbitov... to byla taková procházka... kostel, hřbitov a pak jsme šli na večeri... já jsem to připravila doma, abychom to měli všechno... připravené. A upekli jsme jenom tu rybu a pak jsme dodržovali nějaké ty zvyky... rozpúlit jablíčko, aby si každý vzal a aby nezabloudil... aby si vzpomněl, že jsme na Štědrý den byli společně.“*

Jana (80) navštěvuje pravidelně kapli. Když je jí těžko, jde na procházku, popovídá si s někým, je ráda, když může mluvit s mladými lidmi.

Smysl života

Otázka smyslu života otevřela široký pohled na tuto problematiku. Každý člověk vidí smysl života v tom, čím byl sám v průběhu života ovlivňován. Pro někoho to mohou být fundamentální otázky spojené s existencí Boha, pro jiného každodenní věci, které považuje za zásadní.

Například Jana (80) vidí smysl života v dobře vykonané práci a v tom: „*Umět si na to zajít... a nechat si poradit od starých.*“

Anna (75) se na otázku, co cítí, když se podívá na svůj život, vyjádřila následovně: „*Moc se mi to líbilo, jo, i když jsem prožila rakovinu ve čtyřiačtyřiceti a dávali mi dva měsíce života. Na celý život se dívám ráda, jen kdyby šlo posledních pět let vymazat. Líbilo se mi, i když byla 50. léta... i když tu byli komunisti, dokázala jsem si ten život udělat vždycky hezký.*“ Na otázku spojenou se smyslem života mi Anna (75) odpověděla: „*Jednak jsem šťastná, že jsem se narodila a všechno se mi na tom světě líbí, ještě kdybych tak mohla... ještě kdybych byla mladá, tak dneska, jak jsou otevřené ty hranice, tak bych toho projezdila víc...*“

Evžen (90) vnímá smysl života: „*V charakteru člověka, a nikoliv v penězích a v tom... žít tak, abych se nemusel stydět za to, že jsem žil... a až budu umírat, abych se moh sám sobě podívat do očí.*“ V průběhu rozhovoru, když jsme mluvili o potřebách, mi ještě sdělil, že za nejvyšší lidskou potřebu považuje: „*být člověkem*“. Z celého velmi dlouhého a příjemného rozhovoru jsem měla nicméně pocit, že se na mě snaží zapůsobit. V rozhovoru opakovaně používal latinská přísloví a výrazy. Na druhé straně, je to pochopitelné. Evžen je vzdělaný muž s velkým přehledem, a když měl možnost své znalosti prezentovat, proč by tak neučinil. Snažila jsem se dopřát mu tuto chvíli slávy a úspěchu a těšilo mě, že se tak snažil a také tím na mě zapůsobil. Potřebu rovnocenného partnera jsem mu dopřála a pro nás oba to byl příjemně strávený čas.

František (72) mi na otázku po smyslu života odpověděl: „*Dvakrát se žít nedá, nevěřím, že se znovu narodím... láska to dělá, pak máte pro co žít a ještě ta soudržnost.*“

Dana (90) je silně věřící, byla k tomu vedena od dětství. Smysl života je pro ni spojen s vírou. Od malička byla vedena a vychovávána ve víře. S rodiči pravidelně navštěvovala kostel a byly pro ni samozřejmostí různé církevní praktiky a dodržování svátků. Když jsme o tématu hovořily více, prozradila mi, že nejdůležitější jsou pro ni rodina a republika. Kdykoliv slyší hymnu, tak pláče.

Cecilie (85) smysl života reflektovala ohlédnutím na svůj život. Nejprve mi vyprávěla, jaké léčky pro ni manžel během života na samotě chystal, byly to veselé

příběhy, kdy ji vystavoval různým žertům a někdy i nepříjemným situacím. Dokázala se s nimi vypořádat a v konečné fázi reagovala naprosto skvěle. Například, když na ni v noci bouchal a ona namísto strachu vytáhla pušku a vykávala vetřelce do patřičných mezí. Vyprávěla o životě na samotě a několik dalších životních historek.

Hana (85) mi otázku smyslu života nejprve nebyla schopna zodpovědět, krčila rameny a říkala: „*Takovouhle filosofii... já nevím.*“ Když jsem se jí zeptala, jestli to znamená například dobře pracovat nebo být slušným člověkem, odpověděla mi: „*Víte, od každého drobet, to je nejlepší... jako jíst... od všeho... ale s mírou.*“

Božena (75) mi na moji otázku, zda má život smysl a v čem ho vidí, odpověděla okamžitě: „*Určitě! Máte hmotu a máte duši a ta duše, když nejste prevít..., tak nezahyne.*“

Smrt

Po mé zkušenosti z výzkumu prováděného v Rakousku jsem byla o něco jistější a otázku spojenou s koncem života jsem kladla empaticky, ale beze strachu. Přesto mě překvapila míra otevřenosti, s jakou na téma smrti čeští klienti reagovali.

Jana (80) o smrti hovořila nerada. I to je součástí lidského bytí, že si člověk nechce připustit konečnost vlastního života. Osobně bych to připodobnila k fázi popírání v okamžiku těžké životní situace. Pokud člověk nehovoří o kardinálních tématech, s velkou pravděpodobností má ještě nějaké téma nezpracované, protože právě období senia je spojené se zpracováním vlastního života, odpuštěním a vyrovnáním různých křivd, které buď udělal sám, nebo se mu staly. Jak po chvíli přemýšlení sama prozrazuje: „*Přišli jsme proto, abychom odešli. Nepřipouštím si to... až to přijde, tak to bude.*“

Anna (75) mi řekla, že si nedělá starosti ani s vráskami ani se smrtí. „*Děti tím neotravuju, beru to, jak to je... vzpomenu si, že něco už neuvidím... ale pak si říkám, do školy už taky chodit nebudu a... měla jsem hezký život.*“

František (72) se také tématem smrti nezaobírá. Na moji otázku spojenou s příchodem konce života mi po zaváhání odpověděl: „*Ne, na co je to... prostě... já nevím, co bych na to řek... to člověk neví... a co mám povídat já, jaký jsem byl... člověk nikdy neví, co se stane.*“ Evidentně nevěděl, jak a co by mi měl odpovědět. Opět zcela zjevné popírání konečnosti života.

Dana (90) mi prozradila, že téma smrti je pro ni důležité. Nebojí se smrti, ale myslí na to, jak vše rodina po jejím úmrtí zařídí. Podle Dany rodina ví, že si přeje

pohřeb kremací. Určitě je smysluplné na nějakém konkrétním místě nebo u člena rodiny delegovat, jak si člověk představuje průběh pohřbu a způsob uložení ostatků. Přesto, že se ve společnosti obecně o některých tématech dnes už otevřeně hovoří, v případě skonu nebo například víry se jedná o oblasti, které zůstávají velmi tabuizované.

Hana (85) si smrt někdy připouští a jindy ne, jak mi v průběhu rozhovoru sdělila. Pak se rozpovídala: „*A někdy mi řekne druhý, ty máš starosti, nech to být... ale horší je, když vám umře vnučka, to... to ta moje smrt... to už... je to zlý, ale co můžete dělat.*“ Je silně ovlivněna zážitkem úmrtí vnučky a těžce se jí o tomto tématu hovoří. Nakonec mi řekla, že si se smrtí starosti nedělá. „*Ať si to udělají děti, já jsem jim nikdy neradila.*“ Je jisté, že tak závažný osudový moment, jako je smrt vnučky, může změnit pohled člověka na příchod konce života a způsobit problém v pochopení situace a vyrovnání se s ní.

Pro Boženu (75) je smrt důležité téma. Vyprávěla mi, že když je jí špatně, tak se tím intenzivně zaobírá, ale podle jejích vlastních slov: „*Nevidím v tom neštěstí, je to přirozené... je to přirozený běh věcí.*“ S rodinou téma smrti řešila a děti vědí, že si přeje kremaci a následné rozptýlení popela v moři, aby se její popel mohl kolébat ve vlnách. Všichni kamarádi a rodina mají jít následně do restaurace a její skon oslavit společným posezením.

Evžen (90) smrt neřeší, věří v přírodní zákony a přál by si ještě prožít pár let s jasnou hlavou.

Cecilie (85) se mi v průběhu rozhovoru otevřela a vyprávěla, že má na stolku fotku manžela a často s ním mluví a prosí ho: „*Vem si mě, už si mě tam vezmi... vždýť už je mi osmdesát pět, za půl roku mi bude... já už ho nechci... ten věk!*“ Na moji poklonu, jak je ještě aktivní, mi odpověděla: „*Nejsem tak aktivní, ono se to všechno tak zdá... už nemůžu pořádně mluvit.*“ Řekla mi, že už má vedle manžela na hřbitově připravené místo na svoji urnu a že tam má blízko pohřbené své rodiče, které tam navštěvuje a promlouvá s nimi.

U českých klientů jsem zaznamenala mnohem častěji odpovědi typu: smrt neřeším, až přijde, tak přijde. Když jsem znovu procházela rozhovory, abych našla vysvětlení, nebyla jsem schopna najít adekvátní odpověď. Evžen sám sebe označil za materialistu, František sice kapli navštěvuje, ale věřící není. Jana také neměla potřebu téma smrti rozvádět. Ale řekla mi, že její děti ví, jak si představuje pohřeb. Pouze Dana a Božena mi daly jednoznačnou odpověď na to, jak vidí téma smrti.

Přesto bylo možné z rozhovorů vysledovat, že téma smrti nějakým způsobem reflektují. Například právě Cecílie, která už má připravený hrob.

6.9 Interpretace výzkumných otázek

Tato kapitola zahrnuje vyhodnocení a zodpovězení výzkumných otázek.

Hlavní otázka výzkumu: *Existují priority potřeb u klientů žijících v rezidenčních zařízeních?*

Na hlavní výzkumnou otázku jsem se snažila nalézt odpověď prostřednictvím zodpovězení dílčích otázek a následným vyhodnocením. Struktura potřeb se ve stáří příliš nemění, mění se ovšem způsoby saturace a priority. V subjektivním vnímání potřeb seniorů uskutečněného výzkumu lze podle mého názoru vysledovat jejich hierarchii potřeb spočívající v četnosti odpovědí na určité otázky a v opakovaných odkazech a útržcích v textech. Z textů je také možné definovat odpověď na otázku spojenou s nejdůležitější a zápornou potřebou. Prostřednictvím vyhodnocení a rozboru rozhovorů se mi podařilo potvrdit, že aktivity pořádané v domově mají pro seniory klíčové postavení, neboť saturují širokou škálu potřeb klientů a jsou pro ně prostředkem například seberealizace, sebeúcty, sebeuvědomění, osobního naplnění, společenských interakcí, zábavy, kulturního vyžití nebo naplnění volného času.

Odpověď na hlavní otázku výzkumu: „*Existují priority potřeb u klientů v rezidenčních zařízeních?*“ bych shrnula následovně. Ano, priority potřeb existují a dají se specifikovat četnostmi a/nebo intenzitou, s jakou se objevovaly v textech. Jako důležité potřeby se ukázaly:

- potřeba hodnot – citů/rodiny/vztahů,
- láska, potřeba společenství,
- spiritualita.

Postavení a saturaci potřeb jsem vyhodnocením, kódováním a kategorizací textů určila a rozebrala v odpovědích na dílčí otázky výzkumu.

Dílčí otázka výzkumu č. 1:

Které/a potřeby/a jsou pro klienty důležité?

Rozborem textů jsem vyhodnotila potřeby, které se přímo nebo jiným způsobem vyskytovaly opakovaně v textu. Jednalo se o potřebu rodiny, lásky a společenství. Rodinu a lásku jsem zahrnula do kategorie Důležité/hodnoty. Klíčové místo zaujímá

potřeba rodiny. Tu považují klienti uskutečněného výzkumného šetření za nejdůležitější. O rodině mluvili všichni senioři opakovaně, vyprávěli, co zažívají s dětmi, s vnoučaty. Rádi a ochotně mi ukazovali fotografie a vyprávěli různé historky z rodinného života. Velmi důležitým aspektem byly u některých klientů úspěchy dětí a vnoučat, například vzdělání, sportovní aktivity, umělecké úspěchy. Ale také hovořili o současné situaci, jak často si volají, jak je děti a vnoučata navštěvují a v mnoha případech to bylo spojeno s výrazy například: „*To jsou moje zlatíčka.*“, „*Jsou to nejdražší, co mám.*“, „*Každý den si hodinu voláme a probíráme den.*“.

Další významnou potřebou byla pro klienty **láska**, kterou jsem proto také zařadila do kategorie Důležité/hodnoty. Původně jsem ji zařadila do potřeby smyslu života. Všichni klienti mi vyprávěli o partnerství, jeho délce, intenzitě a kráse. Když jsem opakovaně pročetla texty a současně poslouchala nahrávky, dospěla jsem k přesvědčení, že lásku, ač je pro klienty také smyslem života, zařadím do kategorie hodnot. Učinila jsem tak v návaznosti na intenzitu a bezprostřednost, s jakou se klienti vyznávali z toho, že své partnery milovali nebo milují. A jak pro ně bylo soužití s partnerem důležité. Klienti při rozhovorech říkali, že láska pro ně byla a zůstává zásadním tématem. Vedlo mě k tomu přesvědčení, že důležitost, kterou v lásce klienti spatřují, není potřebou smyslu života, ale klíčovou životní hodnotou.

Všichni senioři nemají rodinu. Například jeden z klientů již zůstal sám. V tomto okamžiku vystupuje do popředí **potřeba společenství/interakcí**. Sděloval mi, jak rád chodí na různé aktivity pořádané v domově nebo si zajde na kávu a probere s jinými klienty věci z všedního života. O potřebě společenských interakcí však opakovaně hovořili všichni klienti a odrážela se v první řadě v aktivitách, které jsou nabízeny personálem a klienti se jich účastní. Každý tuto potřebu uspokojuje v návaznosti na své fyzické možnosti. Někteří se účastní aktivit pořádaných ergoterapeuty, jiní se stýkají s rodinou a společně podnikají různé akce. Také imobilní klienti se připojují k aktivitám pořádaným v domově, neboť prostředky a vybavení domova umožňují jejich účast při rozličných a pravidelných programech. Zásadní roli při naplňování volného času také zprostředkovává televize. Ta je pro klienty podstatnou součástí života, neboť umožňuje spojení se světem mimo domov. Klienti sledují společenské dění a ve velké oblibě mají dokumentární pořady různého zaměření. Velkým přínosem je pro imobilní klienty, kteří jsou upoutáni na lůžko.

Potřeba společenství je saturována pravidelnými aktivitami, které jsou v domově nabízeny. Rozpis jejich konání je na každém oddělení, aby se klienti mohli samostatně

rozhodnout, kdy a čeho se zúčastní. Kromě toho chodí ergoterapeuti s nabídkou programů na pokoje klientů, aby jim připomněli konkrétní program, motivovali nerozhodnuté seniory nebo domluvili způsob a čas pomoci imobilním klientům. Nabídka aktivizačních programů je opravdu široká a je dost klientů, kteří navštěvují všechny aktivity. Prostřednictvím sociálních interakcí a volnočasových aktivit se klienti také vypořádávají se samotou. Při mém dotazu na otázku samoty/osamocení reagovali víceméně shodně, že se osamocení necítí, nebo pokud na ně samota dolehne, jdou si s někým popovídat nebo využívají nějakou společnou aktivitu.

Dílčí otázka výzkumu č. 2:

Existuje potřeba, která se ukazuje nejčastěji?

Uspokojování potřeb je velmi individuální, v neposlední řadě odráží zvyky seniorů z dřívějšího života mimo rezidenční zařízení. Přesto lze vysledovat určité společné body. Přestože moje koncepce potřeb byla rozdělena do osmi bloků s doplňujícími otázkami a pokaždé jsem se snažila začít od základních potřeb, tyto základní potřeby a jejich uspokojování nehrály u mých respondentů nejdůležitější roli. Při opakovaném čtení a kódování rozhovorů se nejčastěji objevovala potřeba, která obsahovala hodnoty. Hodnota je pojem, který spojujeme s určitým hodnocením/postojem. Hodnota v sobě obnáší to, co je pro nás důležité, nebo naopak čemu bychom se chtěli vyhnout. Hodnota je něco, s čím jsme konfrontováni každý den ať vědomě, či v podvědomí. Je to součást našeho bytí. Člověk každý den hodnotí, co je pěkné, dobré, špatné. Může to být vlastnost, chování, věc. Hodnotí ostatní lidi, činy, události, rozhodnutí, která druzí dělají, a zaujímá určitý postoj. Hodnotné je to, co nás určitým způsobem osloví nebo uspokojí nějakou naši potřebu. Existují také morální hodnoty, prostřednictvím kterých nazíráme chování vlastní, ale též ostatních. Za nejintenzivnější potřebu jsem na základě rozboru textů označila stěžejní potřebu hodnoty – **rodinu**, a dále dobré vztahy s dětmi a dalšími členy rodiny. Rodina se objevovala stále, nebylo výjimkou, že se senioři při rozhovoru opakovaně k tématu rodiny, dětí a vnoučat vraceli. Ukazovali mi fotografie, alba, hovořili o kroužcích vnoučat a o čase stráveném s nimi. Nejdůležitější potřebou byla potřeba hodnot a za nejvyšší hodnotu považují rodinu a vztahy s dětmi. Lze ji na základě obou použitých koncepcí označit jako potřebu vztahu/citu, neboť se jedná o emoce, které jsou naplňovány.

Dílčí otázka výzkumu č. 3:

Je nějaká opačná potřeba? Co klienti nepovažují za důležité?

Nejméně pozitivních reakcí bylo spojeno s učením a plánováním. Někteří senioři hovořili o tom, že už se nechtějí nic učit. Přesto mi například Jana (80) řekla, „že ji touha se ještě něco učit stále neopustila“. Dříve se věnovala ručním pracím, ale uvedla: „*Ted' se stěží najím...*“ V současné době je limitována zdravotním stavem, který jí neumožňuje navštěvovat aktivity mimo zařízení. Na otázku, jestli by se ještě něco chtěla učit, mi Hana (85) odpověděla: „*Ne, už ne, mně už je hodně. Já vím, že to takový dělají... ty po tý šedesátce... když já byla v tom pečovatěláku, tak tam to taky jedna dělala, ale já už ne... chodím do dílny, jednou týdně... i když mně už ty prsty tak prostě taky moc nejdou.*“

Otázku spojenou s učením jsem položila například Anně (75). Chtěla byste se ještě něco učit, Anno? „*Ani ne..., myslíte univerzitu třetího věku?*“ Ano, nebo například nějaký jazyk? „*Ne, já nemám nadání po tatínkovi... nemám nadání na řeči..., ale umím anglicky, pořád dělám angličtinu. Ta je důležitá a dělám to, abych děti neztrapnila, protože by mě pořád otravovaly...*“ Anna plánuje výlety po okolí a fotografování. Také jezdí na svou chatu, kde se setkává s přáteli.

V případě plánování jsem u českých seniorů našla pouze několik pozitivních odpovědí. Božena (75) plánuje v krátkodobém horizontu. Chtěla by se zúčastnit svatby vnučky, která se bude konat za půl roku. Také plánuje výlety po okolí. Vyprávěla mi o objevu malého hřbitova se sochami od akademického malíře a byla nadšena, že toto místo našla. Pro Evženu (90) je plánem udržovat se: „*ve stavu homo sapiens*“.

Další klienti se v otázce plánování vyjadřovali pokrčením ramen nebo vyjádřeními jako například Hana (85): „*Už ne, už je mi hodně.*“ Nebo pouze jednoznačnou odpovědí: „*Ne, neplánuji.*“ Dana (90).

Dílčí otázka výzkumu č. 4:

Dají se potřeby hierarchizovat?

Podle mého osobního názoru se potřeby dají hierarchizovat, a to podle četnosti opakujících se odkazů, vyjádření v textech a podle intenzity, s jakou senioři reagovali na určitá témata. Nejvýznamnější potřebou jsou hodnoty. A to konkrétně rodina a rodinné vztahy. Rodina byla pro české seniory nejdůležitější potřebou a zcela zásadním ukazatelem spokojeného života. Protože rodina zahrnuje i rodinné vztahy, považují za důležité s tímto pojmem dále pracovat. Propojením obou koncepcí lidských

potřeb jsem na úrovni potřeb spojila následující oblasti: rodina, rodinné vztahy, vztahy, cit. Tímto propojením se opět jako nejdůležitější ukázala potřeba vztahu/citu. Druhou významnou potřebou je hodnota lásky, která v sobě spojuje několik faktorů. Za prvé se jedná o ohlédnutí na vlastní život, kde senioři mluvili nejen o hezkých chvílích, ale též o bolestech a ztrátách, ale dle mého názoru se jedná též o naplnění smyslu života, které klienti reflektovali právě důležitou hodnotou, kterou je pro ně láska. Za další se ukázala významná potřeba společenství. Klienti aktivně vyhledávají kontakty v domově, chodí se navštěvovat nebo se setkávají při plánovaných aktivitách. O těch vědí, těší se na ně a zúčastňují se jich pravidelně. Hrdě mi předváděli vlastní výrobky a hovořili o legraci, kterou při společných činnostech zažívají. Přestože učení vyplynulo z výzkumu jako negativní hodnota, je nutno zmínit, že klienti rádi navštěvují kroužek trénování paměti, kde se vlastně také určitým způsobem věnují učení, i když je prováděno nenásilnou a zábavnou formou. V oblasti potřeby společenství lze odpovědět také na otázku spojenou s osamělostí. Všichni klienti mi sdělili, že problém samoty kompenzují návštěvami jiných klientů a cílenými sociálními interakcemi.

Jako další důležitou potřebu jsem v návaznosti na výzkumné šetření vyhodnotila víru. Zařadila jsem ji na čtvrté místo, a to z toho důvodu, že kromě jednoho případu, kdy klientka hovořila o víře spontánně, jsem toto téma i přes jeho důležitost, patrnou z odpovědí, musela otevřít sama. Víra pomáhá klientům ve chvílích, kdy se ohlížejí na vlastní život, hodnotí, bilancují a hledají odpovědi na zásadní otázky. Spirituální a religiózní praktiky jim umožňují vyrovnat se s životem, chybami a dávají jim prostor pro odpuštění. Tyto aktivity jim v životě poskytují určitý pevný řád a současně fundament, něco, oč se mohou v této životní etapě opřít. Podstatná je také kontinuálnost těchto činností. Senioři navštěvují mše, chodí pravidelně do kaple. Tento sakrální prostor jim umožňuje rozjímání a kontakt se zemřelými a též slouží jako prostor pro rozhovor s Bohem.

Na další místo jsem zařadila zabezpečení v domově a uspokojování základních potřeb. Zabezpečení, bezpečí a základní potřeby saturují klienti pravidelně, ale v rozhovorech nehrály tyto aspekty klíčové postavení. Lze předpokládat, že to je zapříčiněno tím, že klienti naplňování těchto potřeb vnímají jako samozřejmé a v rozhovorech se soustředili na osobnější témata.

Dílčí otázka výzkumu č. 5:

Jsou pro klienty významné aktivity pořádané v domově?

Aktivity pořádané v domově mají v životě seniorů významné postavení. Všichni senioři je reflektovali pozitivně. Každý se účastní alespoň některých činností z široké nabídky. Není výjimkou, že senioři využívají všechny nabízené aktivity. Mohlo by se zdát, že senioři nemají žádné povinnosti a mnoho volného času, proč by tedy neměli navštěvovat různé zájmové programy? Takový pohled bych považovala za velmi povrchní. Přestože senioři žijí v domově společně, jsou zvyklí využívat volný čas svým individuálním způsobem. Jejich život a plánování času pobytem v zařízení nekončí, ani není organizován shora. Pokud bychom mluvili o organizaci a plánování, vždy se jedná o naplňování potřeb, důležitých pro klienty, po individuální dohodě a na základě individuálního plánu. Pro seniory je velmi důležitým tématem soběstačnost a samostatnost při rozhodování. Fakt, že všichni oslovení senioři na aktivity pravidelně dochází, je odrazem výborné práce pracovníků zařízení. Aktivity by měly odrážet generaci lidí, která je v současné době v rezidenčních domech. Jde o generaci, která se často intenzivně věnovala fyzické práci, žila ve skromných podmínkách, bez elektřiny nebo ústředního topení. Do zaměstnání se dopravovala pěšky nebo hromadnou dopravou. Dnešní senioři si často pěstovali vlastní zeleninu nebo chovali zvířata pro zajištění obživy. Ženy draly peří, pletly, háčkovaly nebo se věnovaly jiným ručním pracím. Tato generace vyrůstala za války. Nebyla televize a rádio pouze v omezené míře. Všechny vyjmenované aspekty se dají využít při plánování aktivit, které by měly klienty potěšit, pobavit a rozvíjet. A tato potřeba je také prostřednictvím pracovníků domova a organizováním různorodých smysluplných činností reflektována a saturována. Anna (75) si vybírá, kterých aktivit se zúčastní, ráda chodí na trénování paměti, využívá výlety, jezdí na trhy: „*Na trénování paměti chodím ráda, tam se vždycky hodně nasmějeme.*“ Hana (85) si také o výběru aktivit rozhoduje sama, pravidelně navštěvuje ergoterapeutickou dílnu. Evžen (90) prohlásil, že aktivity konané v rámci pánské dílny mu daly pocit užitečnosti, sebeúcty a sebedůvěry. Přístup a chování sester v domově a aktivity, které absolvuje, mu navrátily nejenom víru v lidi, ale také víru v sebe sama. Mohla by být jiná krásnější odpověď na otázku spojenou s důležitostmi a odůvodněním pro pořádání aktivizačních programů?

7 Diskuse

V praktické části práce jsem si stanovila cíl, zjistit, jaké potřeby považují za stěžejní klienti běžného českého zařízení rezidenční péče. Zda existují potřeby, které mají být uspokojovány prioritně, které to jsou a jaká je jejich hierarchie potřeb. V diskusi je porovnat s výsledky výzkumu prováděného v Rakousku. Prezentovat zajímavé aspekty ze života obou skupin respondentů.

V rozhovorech s českými klienty rezidenčního zařízení se nejčastěji objevovala na prvním místě potřeba rodiny, následně lásky a dále potřeba společenství. Bylo pro mě zpočátku těžké správně uchopit kategorie vzniklé rozborem textů a ztotožnit je s potřebami. V kategorii „Důležité“ jsem měla hodnoty, konkrétně hodnotu/potřebu rodiny a lásky. Klienti o rodině jako hodnotě, tedy tomu, co je pro ně klíčové, opakovaně hovořili. Na základě další práce s oběma koncepcemi jsem potřebu rodiny propojila s potřebou naplňování citů/vztahů. Klienti považovali za důležité, že mají rodinu, ale klíčové pro ně bylo konkrétní prožívání tohoto vztahu, který v rodinných vazbách vznikl; tento žitý vztah je pro klienty a jejich životy zcela zásadní. Například pravidelné telefonování, návštěvy, společné trávení času, společné kulturní akce a jiné. Tak lze vyvodit souvztažnost s: „Důležité, hodnota, rodina, cit, vztah“. Otázku spojenou s uspokojováním základních potřeb mi čeští klienti ochotně zodpověděli, nebyla však spojena s intenzitou nebo vztahem s pracovníky domova, jako tomu bylo v případě rakouských seniorů, pro které byl klíčový vztah také s pracovníky v domově.

Podle původní koncepce rozlišoval A. Maslow uspokojování jednoho druhu potřeb v několika úrovních, od fyziologických, přes potřeby bezpečí, zaopatření, sociální potřeby až k potřebám sebeúcty, seberealizace, sebenaplnění a sebetranscendence. Jeho potřeby byly strukturovány ve formě pyramidy. Já jsem se při práci na vyhodnocení výzkumu přiklonila k jeho pojetí jednoho druhu potřeb a jejich dvou úrovní. Tímto způsobem mi výsledek výzkumu začal dávat smysl.

A. Maslow rozlišuje dvě úrovně potřeb: nedostatkové a růstové. Nedostatkové potřeby jsou na úrovni deficitní. Preferenci těchto potřeb lze na jedné úrovni kategorizovat daleko snadněji, než pokud potřeby vystavíme nad sebe. Je samozřejmé, že klienti českého rezidenčního zařízení potřebují uspokojovat základní fyziologické potřeby, ale právě zajištění této saturace prostřednictvím pracovníků domova otevírá možnost pro intenzivnější saturaci jiných deficitních potřeb. Výsledek je možné

interpretovat i tím způsobem, že i přes nutnost uspokojovat základní potřeby jsou jiné, které pro české seniory mají větší význam. Sice nejsou tak četné, zato intenzivnější.

Také podle M. Maxe-Neefa jsou všechny potřeby základní a jsou saturovány určitou kvalitou, intenzitou a úrovní. Při realizaci vyhodnocování výzkumu musím konstatovat, že mi společné použití obou koncepcí pomohlo k novému pohledu na celou problematiku. Pokud se na pojetí potřeb díváme tímto způsobem, máme možnost odkrýt i to, co by při hierarchizaci do pyramidy zůstalo skryto. Mám na mysli právě tu intenzitu a důležitost naplňování potřeby rodiny, kterou klienti považovali za klíčovou hodnotu, ale současně se jedná o cit/vztah, který se opakovaně ukazoval jako zásadní při naplňování potřeby rodiny.

Přes důležitost základních potřeb, jak například uvádí H. Chloubová ve svém „Domě životních potřeb“, jsem jako intenzivnější potřebu u českých seniorů odhalila potřebu dobrých vztahů s dětmi a rodinou. Samozřejmě, že základní potřeby jsou v domovech seniorů saturovány jiným způsobem. Seniori dostávají stravu a tekutiny pravidelně bez nutnosti vlastního zajišťování. Možná, nebo spíš právě z tohoto důvodu, se priority potřeb mohou lišit. Jiným způsobem vnímá své potřeby senior žijící ve vlastním bytě a senior v rezidenčním zařízení, kde je podstatná část potřeb saturována automaticky prostřednictvím pracovníků v domově. Opakované informace o rodinných příslušnících, úspěších vnoučat, aktivitách a zaměstnáních dětí, vyprávění o důležitých momentech nejbližších a popisy jejich společných zážitků jsou nejlepší ukázkou priorit v životě českých klientů žijících v domovech pro seniory. Ani jednou jsem se v rozhovorech nesešla s negativním hodnocením rodiny. Naopak, klienti hovořili o intenzitě a hloubce rodinných vazeb.

V případě výzkumu prováděného v rakouském prostředí jsem jako nejdůležitější potřebu vyhodnotila potřebu citu/vztahu. Rozdíl spatřuji na základě vlastní zkušenosti v tom, že rakouští seniori hovořili intenzivně o vztazích v rodině, také měli potřebu se k tématu rodiny vracet, ale způsoby, jakými uspokojovali fyziologické potřeby, které souvisí s pomocí pracovníků domova při péči o zajištění základních potřeb, otevřely důležitost a uspokojení z interakcí a vztahů právě s pečovateli. Vztah je v dlouhodobé péči klíčovým pojmem a uspokojení této potřeby pak může vést ke spokojenému životu nejen seniorů, ale také pracovníků v domovech.

Další klíčovou potřebou je u českých seniorů láska. Klienti měli intenzivní potřebu hovořit o svém životě. Přes otevřené bolestné výpovědi o tragických situacích bylo možné vysledovat potřebu sdělovat hezké zážitky a okamžiky z jejich životů.

Všem klientům jsem umožnila, aby mohli otevřeně hovořit o svém životě, považují za správné vyslechnout jejich silné příběhy plné bolestí, emocí a moudrosti. Velmi na mě zapůsobila intenzita, s jakou vyprávěli o partnerském soužití, jejich vyprávění bylo téměř vždy spjata s hlubokými pozitivními emocemi. Musela jsem si znovu pročíst svoji diplomovou práci, abych porovnála míru shody v této otázce. Při výzkumu s rakouskými seniory mi také vyšla kódováním kategorie, kterou jsem nazvala „Pohled do minulosti“. Vzhledem ke shodnému zaměření výzkumu jsme predikovala tento výsledek, rozdíl lze vysledovat v tom, že čeští senioři spojovali ohlédnutí do minulosti převážně s rodinným životem, na rozdíl od rakouských seniorů, kteří také hovořili o rodinném životě, ale kladli důraz i na další kategorie, především cestování, práci, dětství.

Zajímavé bylo zjištění, že čeští senioři několikrát zmiňovali obavu z toho, že se stanou imobilními a budou zcela odkázáni na pomoc ostatních. To řada z nich považuje za hrozbu. Demence pro ně, na rozdíl od rakouských klientů, vůbec nebyla tématem. Rakouští senioři opakovaně obavu z demence vyslovovali a bylo zjevné, že se jedná o aktuální a velké téma. Odpověď na tato dvě odlišná prohlášení je zdánlivě jednoduchá, ale pokud bych neuskutečnila oba dva výzkumy, jak v českém, tak v rakouském domově rezidenční péče, souvztažnost nebo spíše klíčovost rozdílných emotivně popsaných obav bych si neuvědomila. V rakouském domově seniorů, kde jsem výzkum prováděla, žijí všichni senioři v rámci jednoho domova a několika oddělení společně. Mám tím na mysli, že chodí do společné jídelny. Ti, kteří tuto činnost nezvládnou, se stravují na pokojích nebo v menších prostorách. Přesto se všichni mobilní, částečně imobilní, imobilní senioři a klienti postižení syndromem demence dennodenně potkávají a vstupují do vícečetných společenských interakcí. Rakouští senioři si hrozbu demence uvědomují právě díky těmto četným konfrontacím. Opakovaně jsem při rozhovorech v Rakousku slyšela, že to je těžké nebo smutné. Negativní emoce směřem k postiženým klientům se ale neobjevovaly. S těmi senioři soucítili, ale spíše s obavou, že je potká totéž a oni nebudou soběstační nebo ztratí schopnost poznávat své nejbližší.

V českém domově seniorů je zřízen domov se zvláštním režimem, v kterém tito klienti žijí bez každodenních vícečetných interakcí s ostatními klienty domova. Potkávají se, ale ne v takové míře, jako rakouští klienti domova. Z toho lze vyvodit, že problém demence není pro české seniory důležitým tématem.

Další zásadní témata jsou odlišně vnímána českými a rakouskými seniory, respektive českou a rakouskou společností. Jedná se o obraz a pojetí seniora a pohled na smrt. Pokud se budeme zabývat otázkou smrti, je v české společnosti stále velmi osobním a intimním tématem, o kterém lidé nehovoří vůbec, velmi málo nebo neradi. Také jsme se setkala s přístupem, že je jim toto téma zdánlivě lhostejné, čímž se snažili rozhovor spojený s touto problematikou ukončit. Bylo to zjevné i v některých odpovědích mých klientů. Osobně považuji tyto reakce za následek způsobu života a sekularizace české společnosti. Smrt bývá tabuizována. Podobným způsobem je smrt nahlížena i v podmínkách české rezidenční péče. V zařízeních rezidenční péče bývá součástí postranní vchod/východ, kterým jsou zesnulí klienti transportováni z domova. Za obrovský pokrok považuji změnu v přístupu českých domovů pro seniory, kdy fotografii zemřelého klienta vystaví na oddělení, kde klient žil, a zapalují u ní svíčku. To je způsob, jak se mohou nejbližší klienti rozloučit a vzpomínat na mrtvé.

Pokud jde o pohled na české seniory, jsou stále značnou částí české společnosti nahlíženi jako minoritní sociální skupina, která je často ohrožena či zneužívána. Senioři se stávají obětmi tzv. „šmejdu“, krádeží i závažných trestných činů, je využívána jejich důvěřivost, osamělost a potřeba společenských interakcí. Částečně to koresponduje s pohledem společnosti na cílovou skupinu seniorů a porušením již zmíněné kontinuity života české společnosti, kde došlo k vytváření jedno a dvougeneračních rodin, namísto vícegeneračních.

Odlišně je tato otázka řešena v rakouské společnosti a rakouské rezidenční péči. Život rakouské společnosti procházel poněkud odlišným vývojem a smrt je považována za samozřejmou součást života. V rámci rezidenční péče to znamená několik věcí. Smrt je normální součástí lidského bytí, není tabuizována, klientům v terminální fázi života je dopřáno doprovázení, tzn., že pracovník domova se intenzivně věnuje umírajícímu, sedí u něj, drží ho za ruku apod., aby člověk nezůstal v této chvíli osamělý. Rodina také intenzivně spolupracuje. Samozřejmostí je návštěva kněze a svátost pomazání nemocných. A také Seelsorger (pečovatelé o duši a duchovní stránku) participují při aktivitách u lůžka umírajícího klienta. Po skonu je klient odvážen hlavním vchodem a ve společné jídelně nebo hlavním prostoru domova je vystavena jeho fotografie se svíčkou, aby se všichni klienti mohli rozloučit a vzpomínat. Když jsem prováděla výzkum v rakouském domově, s ředitelem jsme toto téma rozebírali a on mi odpověděl, že: „*Jeho klienti vcházejí a vycházejí jedněmi dveřmi.*“

Senioři, ať už žijící doma, nebo jako klienti domovů, jsou nedílnou součástí rakouské společnosti a zařízení jsou často budována ve městech. Lidé žijící v domovech proto mají pravidelný kontakt s celou společností. Není výjimkou, že součástí domova je soukromá kavárna, kam má přístup kdokoli a podle mého názoru to silně podporuje a udržuje vzájemné pozitivní a „normální“ vztahy ve společnosti. V takových kavárnách spolu dennodenně komunikují mladí lidé, starší generace a obyvatelé zařízení, kteří přišli na kávu. Když jsem se zaměřila na místa, kde jsou stavěny domovy pro seniory například v Salzburgu, mohu říci na základě vlastní osobní zkušenosti, že část zařízení rezidenční péče je postavena v blízkosti středu města, v městských čtvrtích nebo v blízkosti nákupních center, kde jsou každodenní společenské interakce klientů domovů a ostatní populace běžnou praxí.

V podmínkách české rezidenční péče lze vidět pokrok spočívající ve vytváření společného prostoru v domovech, kde jsou stolky, židle a automat na kávu, popřípadě malý obchod, kde si klienti nebo návštěvy mohou koupit zákusky, ovoce a jiné potřeby pro společné posezení.

Důstojnost bylo téma, které mě překvapilo a vedlo k rozhodnutí zařadit kapitolu o důstojnosti do přehledové části. Senioři v Rakousku jsou společností oceňováni za celoživotní práci a disponují důstojností, která je zřejmá, zjevná a je zcela běžná. Rozhovory ukázaly, že důstojnost má v životě rakouské společnosti, a v tomto případě seniorů, významné postavení, je pro ně důležitou hodnotou, ale senioři ji vnímali jako přirozenou, naprosto normální a samozřejmou hodnotu. V rámci české rezidenční péče považují důstojnost stále za cíl komplexní péče v pomáhajících profesích, a nikoliv za samozřejmý atribut.

Pokud jsme rozebírali současná témata, rakouští senioři intenzivněji reflektovali vazby s pečovateli. Čeští klienti je rovněž zmiňovali, ale s menší intenzitou či četností. Přes tuto skutečnost jsem u českých klientů za klíčovou potřebu označila hodnotu citu/vztahu, tak jako u rakouských seniorů. Tímto však porovnání uskutečněných výzkumů neskončilo. Když jsem opětovně procházela rozhovory, poslouchala nahrávky a dělala si poznámky, zjistila jsem, že přes shodný výsledek tomu tak není. Při realizaci rakouského výzkumu mi jako nejdůležitější potřeba vyšel cit/vztah, který klienti saturevali při rozličných formách sociálních interakcí. Počínaje pomocí ze strany pečovatelů při zajišťování základních potřeb, při podávání stravy, realizaci různých aktivizačních činností atd. Pro rakouské seniory byly důležité interakce s různými osobami a následné vytvoření vztahu, který se později projevil jako klíčový

při uspokojování různých potřeb. V případě českých seniorů byl primárně klíčový rodinný nebo partnerský cit/vztah, který se poté projevil při rozhovorech a sociálních interakcích.

Rozdíl spatřuji v tom, že rakouští seniori saturují potřebu citu/vztahu ve všech formách společenských interakcí a čeští klienti nejintenzivněji naplňují rodinné city/vztahy, které se následně odrážejí při saturaci potřeb.

ZÁVĚR

V rigorózní práci jsem si vytyčila tři stěžejní cíle. Prvním bylo představit v přehledové části práce pojmy vztahující se k tématu práce. Z tohoto důvodu jsem se zaobírala výkladem výrazů stárnutí, stáří, senior, dále schopností přijetí stáří a schopností přizpůsobit se tomuto faktu. Nastínila jsem některé formy adaptace na život v seniui a blíže jsem se věnovala pojetí W. H. Opaschowského. Další kapitola byla zacílena na aktivizaci v obecném měřítku a v podmínkách rezidenční péče. Dále jsem se snažila o vysvětlení pojmu lidská důstojnost, protože se jedná o pojem, který je poněkud odlišně vnímán v rámci české a rakouské společnosti. V páté kapitole jsem představila problematiku lidských potřeb ve stáří. Nejprve jsem uvedla obecně téma lidských potřeb. Poté jsem se zaměřila na různé autory a jejich pojetí lidských potřeb. Následně jsem představila strukturu potřeb A. Maslowa a M. Maxe-Neefa.

Druhým cílem práce byla realizace stejného výzkumného šetření v podmínkách české rezidenční péče, jaké jsem předtím provedla v podobném zařízení v Rakousku. Pro výzkum jsem použila, v souladu s cílem práce, shodné polostrukturované interview. Následně jsem provedla výzkumné šetření v běžném zařízení české rezidenční péče tak, aby oba vzorky respondentů vykazovaly co možná největší shodu. Po absolvování rozhovorů jsem se zaměřila na rozbor získaných dat, tzn. transkripci, kódování, kategorizaci a vyhodnocení získaných informací. Zodpověděla jsem výzkumné otázky, prezentovala vzniklé kategorie a formulovala subjektivní vnímání potřeb klientů konkrétního domova v podmínkách české rezidenční péče. Při zkoumání problematiky lidských potřeb mě zajímaly priority při uspokojování potřeb. Vyhodnotila jsem nejdůležitější potřebu českých seniorů žijících v zařízeních rezidenční péče, kterou se původně zdála být rodina. Tu jsem po rozboru a kategorizaci dat zařadila do potřeby hodnot. V potřebě hodnot byly zakomponovány rodina a láska. Jako nejdůležitější potřeba se dalším rozbohem dat prokázala hodnota rodiny. Následnou práci s kategoriemi a oběma koncepcemi pojetí potřeb obou autorů, jsem potřebu rodiny propojila s potřebou citu a vztahu. Mohu říci, že nejdůležitější potřebou je cit/vztah. Výsledek se na první pohled zdál shodný s výzkumem prováděným v rakouském domově pro seniory. Ovšem fakt, jakým způsobem čeští klienti vnímali a uspokojovali tuto potřebu, mě vedl k přesvědčení a závěru, že je pro ně nejdůležitější cit/vztah na úrovni rodiny nebo partnera. Považuji za zásadní, že jsem pro vyhodnocování

rozhovorů mohla využít obou koncepcí. Otevírá se tím možnost nahlížet potřeby a jejich uspokojování jiným, intenzivnějším způsobem.

Třetím cílem bylo v diskusi představit a porovnat pohledy rakouských a českých respondentů obou výzkumů. Poukázat na možné rozdílné vnímání či saturaci konkrétních potřeb, které jsem sama při realizaci obou výzkumů mohla vyhodnotit. Přes všechny významné shody a rozdíly v odpovědích a výpovědích klientů obou zemí, jsem jako klíčovou potřebu u českých klientů vyhodnotila v návaznosti na obě koncepce potřeb: city/vztahy a v případě rakouských respondentů též city/vztahy. Díky pojetí obou koncepcí do výzkumu jsem rodinu zahrnula do potřeby citů. Opět lze tedy primárně vyvodit shodný výsledek. Rozdíl mezi oběma skupinami však spočívá v tom, že pro rakouské seniory hrají klíčovou úlohu vztahy všeobecně, tzn. se všemi účastníky společenských interakcí, v případě českých seniorů jsou klíčové rodinné vztahy. V tom spatřuji zásadní rozdíl.

Seznam použité literatury

ANZENBACHER, Arno. *Křesťanská sociální etika*. Brno: CDK, 2004. ISBN 8073250306.

ČELEDOVÁ, Libuše; KALVACH, Zdeněk; ČEVELA, Rostislav. *Úvod do gerontologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3404-3.

ČELEDOVÁ, Libuše; ČEVELA, Rostislav a kol. *Člověk ve zdraví i v nemoci*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3828-7.

ČEVELA, Rostislav; KALVACH, Zdeněk; ČELEDOVÁ, Libuše. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.

DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0139-7.

DRAPELA, Viktor, J. *Přehled teorií osobnosti*. 2. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-251-3.

FARKOVÁ, Marie. *Úvod do psychologie dospělých (Cesty a křižovatky životního vývoje)*. 1. vyd. Praha: VŠJAK, 2002. ISBN 80-7048-046-7.

FIORES, Stefano, de; GOFFI, Tullo. *Slovník spirituality*. 6. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. ISBN 80-7192-338-9.

FOWLER, James, William. *Stages of faith. The psychology of Human Development and the Quest for meaning*,

FOWLER, James, William. In FÜRST, W. et al. „Selbst die Senioren sind nicht mehr die Alten ...“ Münster: Lit Verlag, 2003. ISBN 3-8258-7037-5.

FRANKL, Viktor, Emanuel. *Vůle ke smyslu*. 1. vyd. Brno: Cesta, 1994. ISBN 80-85139-29-21997.

FÜRST, Walter. et al. „*Selbst die Senioren sind nicht mehr die Alten ...*“ Münster: Lit Verlag, 2003. ISBN 3-8258-7037-5.

HARTL, Pavel; HARTLOVÁ, HELENA. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*, 1. vyd. Praha: Panorama, 1989. ISBN 80-7038 158-2.

HAVRÁNEK, Bohuslav. *Slovník spisovného jazyka českého*. Díl 1. A-G. 2. nezměněné vyd. Praha: Academia, 1989.

HIRSCH, Anna, Maria. *Psychologie für Altenpfleger*. 2. Auf. München: Urban Vogel, 2001. ISBN 3-86094-129-1.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. 1. vydání. Praha: Portál, 2004, ISBN 80-7178-927-5.

HURLING, Elke; SEEL, Mechthild. *Die Pflege des Menschen im Alter*. 2. Auf. Hannover: Brigitte Kunz Verlag, 2003. ISBN 3-87706-982-7.

KALVACH, Zdeněk a kol. *Respektování lidské důstojnosti. Příručka pro odbornou výuku, výchovu a výcvik studentů lékařských, zdravotnických a zdravotně – sociálních oborů*. 1. vyd. Praha: Cesta domů, 2004. ISBN 80-239-4334-0.

KALVACH, Zdeněk a kol. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0.

KALVACH, Zdeněk a kol. *Křehký pacient a primární péče*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-4026-3.

KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

KALVACH, Zdeněk a kol. *Vybrané kapitoly z geriatric a medicíny chronických stavů*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1995. ISBN 80-7184-001-7.

KALVACH, Zdeněk; ONDERKOVÁ, Alice. *Stáří*. 1. vyd. Praha: Galén, 2006. ISBN 80-7262-455-5.

KAPLÁNEK, Milan. *Nauka o volném čase*. Studijní texty pro pedagogy volného času. České Budějovice: 2011.

KEBZA, Vladimír. *Psychosociální determinanty zdraví*. 1. vyd. Praha: Academia, 2005. ISBN 80-200-1307-5.

LEARY, Mark, Richard. In KALVACH, Zdeněk a kol. *Křehký pacient a primární péče*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-4026-3.

MASLOW, Abraham, Harold. *O psychologii bytí*. 1. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7.

METZ, Christian; WILD, Monika; HELLER, Andreas. *Balsam für Leib und Seele*. 1. Auf. Freiburg im Breisgau: Lambertus Verlag, 2002. ISBN 97837841138.

MIŠOVIČ Ján. *Kvalitativní výzkum se zaměřením na polostrukturovaný rozhovor*. 1. vyd. Praha: SLON, 2019. ISBN 977-80-7419-285-2.

MÖTZING, Gisela. *Beschäftigung mit alten Menschen*. 1. Auf. München: Elsevier GmbH, 2005. ISBN 3-437-46500-7.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Brno: Masarykova universita, 2004. ISBN 80-210-3345-2.

NAKONEČNÝ, Milan. In NEŠPOROVÁ, Olga; SVOBODOVÁ, Kamila; VIDOVICOVÁ, Lucie. *Zajištění potřeb seniorů s důrazem na roli nestátního sektoru*. 1. vyd. Praha: VÚPSV, 2008. ISBN 978-80-87007-96-9.

MAX-NEEF, Manfred, Artur. *Human Scale Development*. 1. t. New York: Apex Press, 1991. ISBN 0-945257-35-X.

NEŠPOROVÁ, Olga; SVOBODOVÁ, Kamila; VIDOVICOVÁ, Lucie. *Zajištění potřeb seniorů s důrazem na roli nestátního sektoru*. 1. vyd. Praha: VÚPSV, 2008. ISBN 978-80-87007-96-9.

OPASCHOWSKI, Horst, Wolfgang. *Das Moses Prinzip*. 4. Auf. München: Gütersloher Verlagshaus, 2007. ISBN 978-3-579-6947-0.

OPASCHOVSKI, Horst, Wolfgang. *Freizeitpädagogik in der Schule*. Bad Heillbrunn: Klinkhardt.

PACOVSKÝ, Vladimír. *Geriatric, geriatrická diagnostika*. 1. vyd. Praha: Scientia medica, 1994. ISBN 80-85526-32-8.

PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.

PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času*. 3. vydání. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.

PETRÁČKOVÁ, Věra; KRAUS, Jiří a kol. *Akademický slovník cizích slov*. 1. vyd. Praha: Academia, 1998. ISBN 80-200-0607-9.

PICO DELLA MIRANDOLA, Giovanni. *O důstojnosti člověka*. Praha: MŠMT, 2005. ISBN 80-7298-164-1.

PŘIBYL, Hugo. *Lidské potřeby ve stáří*. 1. vyd. Praha: Maxdorf, 2015. ISBN 978-80-7345-437-1.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-124-7.

SINGER, Petr. *Osvobození zvířat*. 1. vyd. Praha: Práh, 2001. ISBN 80-7252-042-3.

SUCHOMELOVÁ, Věra. *Senioři a spiritualita*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 2016. ISBN 978-80-7255-361-7.

SUCHOMELOVÁ, Věra. *Duchovní potřeby ve stáří*. TF JU v Č. Budějovicích, studijní materiál pro studenty stejnojmenného semináře.

SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří*. 1. vyd. Praha: SLON, 2007. ISBN 978-80-86429-62-5.

SÝKOROVÁ, Dana. In ŠTĚPÁNKOVÁ, Hana; HÖSCHL, Cyril; VIDOVICOVÁ, Lucie a kol. *Gerontologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2015. ISBN 978-80-246-2628-4.

ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7.

ŠVAŘÍČEK, Roman a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 2. vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 978-80-7367-414-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

VOKURKA, Martin; HUGO, Jan a kol. *Velký lékařský slovník*. 4. vyd. Praha: Maxdorf, 2004. ISBN 80-7345-037-2.

VOSTROVSKÁ, Helena. *Sociálně aktivizační programy pro klienty pečovatelské služby*. 2. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav, 1998. ISBN 807-07-1093-4.

Česká listina práv a svobod, úst. čl. 3 a 112, odst. 1, zák. 1/1993 Sb., Ústava České republiky.

Všeobecná deklaráce lidských práv, ve Vybraných deklarácích Valného shromáždění uveřejněna pod č. 1/1948, čl. 3.

Internetové zdroje

BALTES, Paul. *Das hohe Alter*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <http://www.fu-berlin.de/presse/publikationen/fundiert/archiv/2004_01/04_01_baltes/index.html>.

Baltes. Paul B. in Margret M. and Paul B. Baltes Foundation. [online], [cit. 2020-11-02]. Dostupné na WWW: <<http://www.margret-und-paul-baltes-stiftung.de>>.

BAUEROVÁ, V. *Ústav práva právní vědy*. [online], [cit. 2020-11-20]. Dostupné na WWW: <<https://www.ustavprava.cz/blog/2018/09/lidska-dustojnost-jako-zaklad-zivota>>.

Encyclopedia Britannica. Dostupné na WWW: <<https://www.britannica.com/search?query=definition+of+health>>.

CHLOUBOVÁ, Helena. 2005. Rezidenční péče. *Změny potřeb ve stáří*. 1(č. 2), [online], [cit. 2020-11-02]. ISSN 1801-8726. Dostupné na WWW: <<http://www.rezidencnipece.cz/archiv/casopis/0502.pdf>>.

GOODMAN, Amy. *Rethinking the Economy: Ideas from Chilean Economist M. M. Neef*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<https://zinnedproject.org/materials/rethinking-the-economy-clear-ideas-from-chilean-economist-manfred-max-neef/>>.

Google. *Maslowova hierarchie potřeb*. [online], [cit. 2020-11-02]. Dostupné na WWW: <https://www.google.cz/search?q=maslowova+hierarchie+pot%C5%99eb+a+jej%C3%AD+vyu%C5%BEit%C3%AD&rlz=1C1AVFC_enCZ731CZ731&espv=2&b=1033&bih=647&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ved=0ahUKEwjymKrs7aPhUCPhQKHVPSB20QsAQILA#imgrc=Im2AWduHkG3o3M>.

Institut für kirchliche Fortbildung. *Das vierte Lebensalter*. [online], [cit. 2020-11-02]. Dostupné na WWW: <http://www.evpfalz.de/zentrum_typo3/fileadmin/user_upload/institut/Butenschoen_Campus/alter_native/Das_vierte_Lebensalter.pdf>.

Integra.AT. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <https://www.integra.at/fileadmin/user_upload/integra/Bildung_Aktion/Referentenmanuskripte/1998/integra%201998_Erwin_Boehm.pdf>.

KŘÍŽKOVÁ, P. DP: *Senioři v rezidenčních zařízeních a jejich subjektivní vnímání potřeb*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <https://theses.cz/id/yl3x4p/DP_2017_K_i_kov_Petra.pdf?info=1;isslhret=lidsk%C3%A1%3Bd%C5%AFstojnost%3B;zpet=%2Fvyhledavani%2F%3Fsearch%3Dlidsk%C3%A1%20d%C5%AFstojnost%26start%3D26>.

KŘÍŽKOVÁ, P. DP: *Senioři v rezidenčních zařízeních a jejich subjektivní vnímání potřeb*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <https://theses.cz/id/yl3x4p/DP_2017_K_i_kov_Petra.pdf?info=1;isslhret=lidsk%C3%A1%3Bd%C5%AFstojnost%3B;zpet=%2Fvyhledavani%2F%3Fsearch%3Dlidsk%C3%A1%20d%C5%AFstojnost%26start%3D26>.

KŘÍŽKOVÁ, P. BP: *Teoretická východiska péče o seniory v rezidenčních zařízeních ve spolkové zemi Salzburg v Rakousku*. 2015. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<https://theses.cz/id/pwi56r?furl=%2Fid%2Fpwi56r;so=nx;lang=en>>.

O. I. Z. Opaschowski Institut für Zukunft. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://www.oiz-hamburg.de/#home>>.

The Rainforest Information. *Max-Neef on Human Needs and Human-scale Development*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://www.rainforestinfo.org.au/background/maxneef.htm>>.

Wiki knihovna. cz. *Kvalitativní rozhovory*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <http://wiki.knihovna.cz/index.php?title=Kvalitativn%C3%AD_rozhovory_%E2%80%933_polostrukturovan%C3%A9_a_nestrukturovan%C3%A9>.

WIKI knihovna. cz. *Kvalitativní rozhovory*. [online], [cit. 03. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <http://wiki.knihovna.cz/index.php?title=Kvalitativn%C3%AD_rozhovory_%E2%80%9393_polostrukturovan%C3%A9_a_nestrukturovan%C3%A9>.

World Future Council. *Prof. Dr. H.c.mult. Manfred Max-Neef*. [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<https://www.worldfuturecouncil.org/p/manfred-max-neef/>>.

WORLD HEALTH ORGANISATION, [online], [cit. 20. 10. 2020]. Dostupné na WWW: <<http://www.who.cz>>.

Seznam příloh

Příloha I Polostrukturované interview, česká verze

Příloha II Interview, německá verze

Příloha III Bedürfnisse: A. Maslow

Příloha IV Bedürfnisse: M. Max-Neef

Příloha V Potřeby: A. Maslow

Příloha VI Potřeby M. Max-Neef

Příloha VII Přepis rozhovoru s klientem č. 5, přeložený do českého jazyka; Rakousko

Příloha VIII Přepis rozhovoru s paní Cecílií

Příloha IX Přepis rozhovoru s paní Danou

Příloha X Přepis rozhovoru s paní Annou

Příloha XI Přepis rozhovoru s panem Evženem

Příloha XII Přepis rozhovoru s panem Františkem

Příloha XIII Přepis rozhovoru s paní Janou

Příloha XIV Přepis rozhovoru s paní Hanou

Příloha XV Přepis rozhovoru s paní Boženou

Přílohy

Příloha I Polostrukturované interview, česká verze

Koncept potřeb: Osm skupin potřeb podle A. Maslowa a M. Maxe-Neefa

Interview: Důležitost potřeb

I. Uvedení. Představení mé osoby a projektu.

Dobrý den, jmenuji se Petra Křížková a moc Vám děkuji, že jste si na mě udělal/a čas a jste ochoten/na účastnit se mého kvalitativního výzkumu. Studuji na Pedagogické fakultě v Olomouci v rámci navazujícího rigorózního programu obor řízení volnočasových aktivit. Můj původní studovaný obor je pedagogika volného času, kterou jsem absolvovala na Teologické fakultě v Českých Budějovicích v rámci bakalářského a navazujícího magisterského programu. V České republice se jedná o relativně novou profesi odrážející současné potřeby v sociálních službách. V Rakousku tento obor mohu připodobnit k práci ergoterapeuta nebo volnočasového poradce, tedy člověka, který vyplňuje volný čas klientů, v mém případě seniorů v zařízeních rezidenční péče, kde připravuje různé aktivity, výlety a další činnosti. Můj výzkum vychází z potřeby správně zhodnotit důležitost potřeb seniorů žijících v domovech pro seniory. Pedagogové volného času se snaží vytvářet různé aktivizační programy, ale mojí stěžejní otázkou zůstává, zda tyto činnosti vychází z potřeb samotných klientů. Proto jsem se rozhodla ve své diplomové a rigorózní práci zaměřit na to, jak lidské potřeby vnímají sami klienti a také, které potřeby oni sami považují za důležité.

II. Zahřívací otázky. Nejsou součástí rozhovoru, protože vyplývají z konkrétní situace.

III. Hlavní otázky výzkumu

1. Jídlo, pití, spánek

Jste dobře zaopatřen/a?

Chutná Vám jídlo v domově?

Můžete dobře spát?

2. Bezpečí

Jakým způsobem vnímáte potřebu ochrany a bezpečí v domově?

Je brán ohled na Vaše soukromí?

Cítíte se spokojený/á?

3. Láska, pocity, společenství

Máte pocit, že Váš život a vše, co jste dělal/a, jsou zde oceňovány?

Jak se zde cítíte?

Máte někdy pocit osamění?

Máte nějaká přání?

Rodina a partnerství?

4. Samostatnost a nezávislost

Můžete o svém současném životě rozhodovat sám/sama a do jaké míry?

Je brán ohled na Vaše přání?

5. Kreativita, smysl, sebeuvědomění

Jakým způsobem trávíte svůj volný čas?

Co děláte rád/a a máte možnost to provozovat?

Musíte/chcete provozovat aktivity, které jsou domovem nabízeny?

6. Estetika

Zajímáte se o kulturu, četbu, literaturu, divadlo nebo výstavy?

Co je pro Vás hezké?

7. Seberealizace

Čím se zaobíráte?

Máte nějaké plány, chcete se něco učit nebo zažít?

Jaké hodnoty jsou pro Vás důležité?

8. Spiritualita, víra

V čem vidíte smysl života?

Má život smysl?

Pomáhá Vám v této životní etapě víra?

Máte něco, co Vám pomáhá lépe zvládat současnou situaci?

IV. Chladnoucí otázky. Tyto otázky nejsou součástí předkládaného rozhovoru, vycházejí z konkrétní situace při interakci s klienty.

V. Uzavření. Poděkování a rozloučení.

Příloha II Interview, německá verze

Konzept der Bedürfnisse: A. H. Maslow, M. Max-Neef

Gespräch: 8 Gruppen mit verschiedenen Bedürfnissen nach A. Maslow und M. Max-Neef

I. Vorstellung meines Projektes und meiner Person

II. Einleitungsfragen

III. Hauptfragen

Gespräch: Die Bedeutung der Bedürfnisse

1. Essen und Trinken, Schlafen

Schmeckt Ihnen das Essen?

Sind Sie gut versorgt?

Können Sie gut schlafen?

Leiden Sie unter Schmerzen?

2. Geborgenheit

Wie erleben Sie die Geborgenheit hier?

Wird ihre Privatsphäre geachtet?

Sind Sie zufrieden?

3. Liebe und Gefühle, Gemeinschaft

Fühlen Sie sich wohl?

Haben Sie das Gefühl, dass ihr Alter und alles was Sie gemacht haben, geschätzt ist?

Sind Sie manchmal einsam?

Was wünschen Sie sich?

4. Selbständigkeit, Unabhängigkeit

Erleben Sie sich im Alltag fremd bestimmt?

Wieviel können Sie selber entscheiden in ihrem Alltag?

Achtet man auf ihre Wünsche?

Gehen Sie raus?

5. Kreativität, Sinn, Selbstschätzung

Wie verbringen Sie ihre Freizeit?

Was tun Sie gerne und haben Sie dazu die Möglichkeit?

Machen Sie bei der Aktivitäten im Heim mit?

6. Ästhetik

Was finden Sie schön?

Interessieren Sie sich für Bücher, Ausstellungen, Theater?

Gefällt Ihnen das Heim?

7. Selbstrealisation

Was interessiert Sie, planen Sie?

Möchten Sie noch was lernen?

Was fühlen Sie, wenn Sie auf ihr Leben zurück schauen?

Gibt es etwas, was Sie ändern, wenn Sie es tun können?

Sind Sie geehrt von der Gesellschaft und Umgebung?

Welche Werte sind für Sie wichtig?

Ist für Sie die Würde Ihnen gegenüber wichtig?

Was bedeutet es für Sie?

8. Spiritualität/Glaube

Glauben Sie an den Sinn des Lebens?

Sind Sie gläubig und hilft das Ihnen in Gestaltung ihres Lebens?

Denken Sie an den Tod?

Hilft Ihnen ihre Glaube?

IV. Kühlungsfragen

V. Abschluss, Dank

Příloha III Bedürfnisse: A. Maslow

1. Essen und Trinken, Schlafen
2. Sicherheit, Rechte, Ordnung
3. Liebe und Gefühle, Soziales Leben
4. Selbständigkeit, Unabhängigkeit
5. Kreativität, Sinn, Selbstschätzung, Würde
6. Ästhetik, Harmonie, Gleichgewicht
7. Selbstrealisation
8. Spiritualität/Glaube

Příloha IV. Bedürfnisse: M. Max-Neef

1. Dasein (Gesundheit, Essen, Schlafen, Wohnen, Ruhen,)
2. Der Schutz (Pflege, Autonomie, Soziale Sicherheit)
3. Gefühle (Respekt, Sinn für Humor, Freundschaft, Familie, Emozionen, Liebe, Intimität)
4. Verständniss (Intuition, Wissbegier, lernen, Ausbildung, Vereine)
5. Partitipation (Humor, Rechte, Verantwortung)
6. Freizeit (Spontaneität, Spiele, Unterhaltung, Platz für Ruhe, sich erinnern)
7. Kreation (Imagination, Wissbegier, Arbeiten, Fähigkeiten)
8. Identität (Selbstachtung, Zusammengehörigkeit, Prinzipienfestigkeit, Religion, Werte, Normen)
9. Freiheit (Autonomie, Stolz, Leidenschaft)

Příloha V. Potřeby: A. Maslow

1. Biologické a fyzické potřeby
2. Potřeby jistoty a bezpečí
3. Sociální potřeby
4. Potřeby úcty a uznání
5. Poznávací potřeby
6. Estetické potřeby
7. Seberealizace, sebenaplnění
8. Sebetranscendence

Příloha VI. Potřeby M. Max-Neef

1. Bytí
2. Ochrana
3. City
4. Porozumění
5. Participace
6. Volný čas
7. Kreative
8. Identita
9. Svoboda

Příloha VII Přepis rozhovoru s klientem č. 5, přeložený do českého jazyka; Rakousko, kurzívou je text výzkumníka, kapitálkami text respondentů

Resi (96), orientovaná, soběstačná.

Narodila se v roce 1920 ve Welsu, kde žila téměř celý život. Původním povoláním byla prodavačka, ale většinu pracovního života věnovala péči o rodinu jako žena v domácnosti. Po narození dítěte se po dohodě s manželem nevrátila do práce.

Když dovolíte, projdeme těch osm skupin společně a uvidíme, co zjistíme.

Jídlo, pití, spánek

Jsou tyto potřeby pro Vás důležité?

No, spaní je v každém případě velmi důležité. Ale já už jsem tak stará, já spím velmi špatně.

Co znamená stará, jestli se mohu zeptat?

Je mi 96.

Dovolte, abych Vám vyslovila poklonu, takový požehnaný věk a jste soběstačná.

Ano, dělám si téměř všechno sama. A to je pro mě dobře. Když bych si nechala všechno dělat, tak tady budu jenom sedět, a to nejde. Víte, někdo to nechápe. Říkají mi, ty jsi teď tady, nech, aby ti všechno udělal personál, ale sestry akceptují, ... na začátku mi pořád říkaly, zazvoňte si, my Vám všechno uděláme, ale takhle je to pro mě samotnou lepší. A teď už jsem sedm let tady.

A do domova jste šla kvůli věku?

My jsme sem odešli společně s manželem, měla jsem rakovinu střev a operovali mě, dostala jsem umělý vývod, po šesti týdnech mi to vrátili zpátky. A to tady v Rakousku přijdou za vámi do nemocnice sociální pracovníce a ptají se, jestli někoho máte, kdo by se o vás staral. Já jsem řekla, že nemám nikoho, a právě kvůli té operaci řekli, podáme žádost, abyste se dostala do domova seniorů. To mi bylo 88 a manžel řekl, že půjde se mnou, u něj se začínala projevovat demence, a tak jsme se sem dostali. A daří se mi tady moc dobře, musím říct, že to je jeden z nejlepších domovů. Už se nepotřebujete dál ptát?

Budu se ptát, když dovolíte, ale ráda poslouchám.

A tak jsme se dostali sem a oba jsme si řekli, to je odteď náš domov. Já jsem řekla manželovi, ty, ty jsi teď tady taky doma, oba jsme tu doma. Doma bychom to neměli tak hezké jako tady, protože... když člověk něco chce, potřebuje jenom říct, prosím, mohla bych to mít? Opravdu je to tu moc pěkné. Člověk ve vysokém věku by to nemohl mít nikde hezčí než tady. Stačí jenom říct, že něco potřebuješ, jen zazvonit. Všechno ti přinesou. A taky péče. Opravdu nevím, co bych nedostala, když bych si o něco řekla.

Zaopatření

Tím jste mi krásně odpověděla na otázku, jak jste tady zaopatřena. Se spaním to sice není optimální, ale jinak máte vše, co potřebujete.

To dělá věk, víte. A taky jsem před nedávnem ztratila manžela, je to teprve rok.

To je mi líto, přijměte mou hlubokou soustrast.

Já jsem byla 67 let vdaná, a to si umíte představit, člověk nemůže, když je sám, žít tak jako dřív. Nemáš druhého na povídání, ale tady ti toho hodně nabídnou. Jsou stále nějaké akce, nevím, jak se to jmenuje, tanec, trénink, hádanky.

Trénování paměti, máte na mysli aktivity?

Říkají mi, abych se přidala... přišla, jsou to určité hodiny, taky je zpívání, jednou týdně, to je taky velmi pěkné. Opravdu velká nabídka. Máme taky něco pro myšlení a sport. *Trpíte bolestmi?*

Ano, mám silné bolesti v kříži, už mi to operovali, no, a další potíže spojené se stářím. Musím dávat velký pozor, abych se někde neuhodila, mám hned fialové modřiny. Musím dávat pozor, ale dělám všechno sama, člověk se musí sám snažit. Nemůžu kvůli každé hlouposti... ačkoli, když upadneš a něco si uděláš, okamžitě tě odvezou do nemocnice. A to já říkám, to přece není nutné. Ale každý pád... může se něco stát a oni nemohou tuhle zodpovědnost převzít.

To opravdu nemohou.

No, vidíte to, jak se tu o nás dobře starají.

Bezpečí

Jak vnímáte bezpečí tady v domově a ve Vašem životě?

To záleží na lidech, jeden se cítí dobře, druhý zůstane pouze sedět ve svém pokoji, a to je po něm, to nejde. Myslím, že to prostě záleží na každém, protože sestry chodí stále za tebou, ptají se, např. jestli chceš to nebo to dělat... Jsou tu také ti opatrovatelé, kteří s tebou chodí...

Fyzioterapeuti.

Ano, terapeuti. Kdykoliv můžeš mít terapeuta, ale musíš se také sám snažit. Nikdo tě k ničemu nenutí, ale můžeš mít, když chceš, všechno. To je pěkné.

Jje brán ohled na vaše soukromí?

Ano, ano. Oni... sestry řeknou, jestli něco chceš, tedy já chodím jíst dolů do jídelny, tak dlouho, dokud to půjde. Jinak ti všechno přinesou na pokoj. V poledne si můžu lehnout, když chceš, přinesou ti kávu, neruší, ale starají se o tebe.

Jste spokojená, myslím obecně, ve svém životě?

Ano, jsem. Musím říct, při jídle si můžeš vybrat, chcete vidět jídelní lístek?

Ano, ráda.

Tady máme lístek, dnes je 30. A tady jsou jídla na celý týden, vidíte? Dva druhy jídel, můžeš si vybrat, potom dieta, lehká strava a diabetická dieta.

To máte velký výběr, opravdu.

A tady, když se ti nic z toho nelíbí, najdeš... můžeš si vybrat z dalších jídel. To je zmražené, a to můžeš kdykoliv mít. Tak se podívám, a třeba... pro mě jsou špekové knedlíky příliš těžké, a tak můžu mít pikantní štrúdl.

To je výborné.

Nebo u lehké stravy... prostě si můžeš každý den vybírat. Vždy se tě den dopředu zeptají. A kuchyně je skutečně fantastická. Také ráno máš nabídku jako v hotelu, můžeš mít kávu, čaj, máslo, salám, sýr, samozřejmě housku, chleba, černý chléb. Takže, opravdu můžeš mít cokoli.

To je opravdu dobré.

Je to výborný domov. Myslím, že všude je něco, ale ty nové jsou dobré. Náš ředitel je tady už přes dvacet let a je výborný v těchto věcech.

Láska, pocity, společenství

Jak vnímáte tyto potřeby?

Náš ředitel dělá hodně často různé akce, aby lidé byli společně. Aby se každý nějak zabavil. Máme koncerty, různé oslavy, pořád je něco. Samozřejmě to taky stojí, ale my nemusíme platit nic. Pořád nějaké akce, divadlo, tanec, hudba. Opravdu pěkné.

A jak se cítíte?

Dobře.

Máte pocit, že Vy jako osoba a všechno, čeho jste dosáhla, je dostatečně oceňované?

Ano... všechny sestry jsou velmi milé, já vždycky říkám, že záleží na tom, jak také žijí

doma, tak potom přijdou sem. Ale jsou vždy velmi milé a přátelské. Vůbec se nezlobí, když ti třeba něco spadne na zem, to není vůbec žádný problém.

Jste někdy osamělá?

No, občas. Ale pak se seberu a jdu ven, navštívím jednu dámu, člověk tu není zamčený, můžu jít kdykoliv na procházku. Ale já jim vždycky řeknu, když jdu ven nebo do zahrady, aby věděli, kde jsem. Ale můžeš dělat, co chceš. A když je někdo sám, musí si to sám se sebou rozhodnout. Oni se hodně snaží, řeknou třeba, pojd'te na chvíli mezi nás... ven, televize je tu, i když každý má jednu na pokoji. Oni to zkouší, ale když člověk nechce, tak je to jeho věc. Zkoušejí to u každého.

Co si přejete? Je něco, co si přejete?

Přání? Tady? Mám. Abych mohla zemřít. Víte, když je člověk tak starý, a tak pozdě ztratí druhá, tak už se neumí znovu nějak přizpůsobit. Ale já chodím k jedné paní, dopoledne čtu, to nám nosí tyhle noviny. Dokud ještě můžu číst.

Chodíte třeba do města, do parku?

Víte, co pro nás dělá ředitel? Třeba v létě pořádá i pro lidi s vozíky výlety, třeba k nám, k jezeru. Tam je piknik, všechno fotografuje, to mají všichni radost. A takové věci. A u nás je to tak, včera jsme měli letní slavnost s muzikou a dobrou pečení pečenou na roštu (Kistlbraten/Schweinsbraten/vepřová). To dělá sám, to nemá od nikoho nařízené, že to musí dělat. A máme pořád něco nového.

Samostatnost a nezávislost

Můžete o sobě a svých věcech rozhodovat sama?

To všechno můžu. To můžu, to může každý. Oni se nás vždycky ptají, chcete jet s námi, chcete to dělat, ale nikoho nenutí. Nic nemusíš.

Takže je brán ohled na Vaše přání?

Ano, to je v každém případě.

To je výborné, když to tak funguje.

Kreativita, smysl, sebeuvědomění

Jak trávíte volný čas?

No, víte, všechno tady je volný čas. Ale třeba, když je člověk úplně sám, chodí sem ženy/dobrovolnice, a jezdí... třeba tady s jednou paní na procházky. Taky chodí paní, která předčítá. Nebo někdo na povídání. Když třeba někdo oslepne, chodí mu paní předčítat. To taky nemusíme platit, hledí na to, aby se to platilo jinak. Chodí hodně lidí, kteří to dělají dobrovolně, bez placení. Jako ti, co chodí do nemocnic.

To znamená, že ve Vašem volném čase chodí lidé s různými nabídkami a Vy, pokud chcete, tak se zúčastníte?

Ano, pořád, a ty si řekneš. To je tvoje věc. To je přesně jako ti na vozících, jedou do třetího patra a tam cvičí. Pořád je tu něco s pohybem.

A čeho se účastníte Vy?

Já to dělám sama. Občas se na něco podívám a říkám si, to bych mohla dělat. Ale často chodím ven, do parku. Tak hodinu. Ale s rolátorem, protože mám jednu nohu špatnou.

Kvůli jistotě.

Přesně. Ale k ničemu tu nejsi nucena. Máš svoji svobodu. Když jedeme do lázní, tak můžeme být taky ty tři týdny pryč. Samozřejmě, jenom když to povolí lékař. Víte, my tady dostáváme všechno. Péče je tu výborná. Čistota. Já mám příbuzného, ten povídá: Ty, hned první den, až budu moct, půjdu sem, do tohohle domova. Návštěvy tu můžou být celý den, až do noci. Máš tady svobodu, jako doma.

Chodíte na ruční práce nebo vaření?

Na vaření jsem chodila.

A zpívání?

To chodím pořád. A taky chodím na koncerty a tyhle věci. Vždycky je to vyvěšené.

Co děláte ráda?

Ráda čtu.

Knihy?

Ráda luštím křížovky, to dělám hodně. Zrovna jsem jednu vyhodila.

Vyřešenou?

Ano. Dopoledne čtu noviny, tam jsou křížovky, to trvá tak dvě hodiny. Protože čtu všechno.

To jste velmi aktivní.

Víte, jedno můžu každému doporučit, záleží do velké míry na tobě, říká se, jak se do lesa volá, tak se z lesa ozývá. Jsou lidé, kteří si jenom pořád stěžují, sestro to a ono. A to nejde. Ale to jsou ti, kteří nemají pravdu. Já můžu říct, máme to tady jako doma. Když řeknu, jdu pryč, jdu pryč.

To je moc hezké.

Nevím, jestli jsou všude takhle hezké domovy... nejsou určitě všechny stejné. Hodně to záleží na vedení. A to musím říct, že tady je vedení výborné.

A čtete knihy?

Ano, občas. Ale nejradši mám noviny. Protože to mám takový přehled.

Co je aktuální?

Ano.

Estetika

Tento okruh potřeb se zabývá estetikou. Co je pro vás hezké?

Že je tady všechno tak čisté, například postel bude okamžitě po koupání převlečená, a i když to musí převlékat třeba třikrát týdně, dělají to rádi. Je tu tak čisto, já ještě sama utírám prach, ale chodí uklízečky, ty chodí přesně, jak je dohodnuto, všechno je přesně naplánované.

Libí se vám domov?

Musím říct, kdybych věděla, že rakovina, že je všechno pryč, tak bych byla raději doma... Tohle všechno mám z domova, to jsem si vzala s sebou. Člověk si může vzít cokoli s sebou. Estetika... třeba v jídelně je všechno pěkně nastrojené, jako v hotelu.

Pokoj máte moc pěkný, tak světlý.

To ano, a to už ten domov něco pamatuje, už je postavený dvacet dva let. A o všechno se starají, záclony jsou čisté, dvakrát třikrát do roka je perou. Okna také. Zato musí město hodně doplácet, protože, kolik to všechno stojí... a renty nejsou tak velké. Všechno je udržované, tak čisté. Když někdo umře, všechno se vymaluje, uklidí, vymění se postele, matrace, všechno. Víc už ani nemůžeme chtít.

Seberealizace

Co Vás zajímá? Je něco, co Vás zajímá?

Co myslíte?

Chtěla byste se třeba ještě něco učit?

Ne, už ne. Teď už ne... v mém věku... jen si to představte.

No, můžete si třeba říct, že se chcete naučit španělsky?

Ne, my jsme... byli jsme hodně na cestách, hodně jsme cestovali, byli jsme dokonce na Kubě. To jsme dokonce jeli přes Československo. To se Kuba zrovna otevřela pro svět. Letěli jsme z Lince do Prahy. Brali jsme s sebou banány pro Čechy a přijeli jsme do Prahy, a když jsme vybalovali, tak nám Češi dávali jídlo. Mysleli si, že nic nemáme. Já vám povím, celé letadlo dostalo oběd. To bylo neuvěřitelné. A pak jsme letěli dál,

14 hodin. To byla první skupina, která po otevření letěla na Kubu. A podívali jsme se taky do třech lázeňských měst. Ale všechno bylo ještě staré, zničené válkou. Manžel uměl řeči, a tak jsme hodně cestovali.

Můžu se Vás zeptat na Vaše povolání?

Moje? Já jsem vlastně byla skoro celý život v domácnosti. Byla jsem prodavačka.

Hezké povolání.

No, jo... ale když se mi narodilo dítě, zůstala jsem doma.

To je také to nejlepší, co člověk může pro dítě udělat.

Ano, tak to je. Tedy... můj muž řekl, zůstaň doma, já sám chci, když přijdu domů, aby tu někdo byl. Takže jsem měla na všechno dost času.

To je pěkné. A můžu se Vás zeptat, co cítíte, když se ohlédnete zpět na svůj celý život?

Ano, řeknu Vám to upřímně, já jsem měla hezký život.

To je moc pěkné.

A děkuji Pánu Bohu, každý den říkám, děkuji ti za ten dobrý život, který jsem měla. Čas během války, ten mám nějak rozmazaný, na ten také jednoduše nemyslím. Víte, tak strašné, jak to bylo posední dva roky v Německu, neustálé bombardování, tak hrozné jsme to neměli. Naštěstí. Ve Vídni ano, tam to bylo často, ale ve Welsu ne, tady to nebylo tak hrozné. Ke konci války, to přilétali několikrát týdně, ale předtím, první tři čtyři roky, jsme nevnímali skoro nic. V Německu to bylo horší, a jak to bylo v jiných zemích... tam to holt měli hned od začátku. Ale my jsme to vnímali až ke konci. Ty časy jsem prostě vypustila.

Vy jste narozená ve Welsu?

Ano, jsem.

A celý život jste prožila tady?

Ano.

To jste žila v hezkém městě.

Ano, tady jsem se narodila a tady chci zemřít. Nikdy jsem nechtěla žít jinde.

Ani ve Vašich pěkných horách?

Ó, to jo, tam jsem tak jako tak chodila.

Opravdu?

No, ano. Dokonce i během války, protože, jak nás bombardovali... poprvé, když přilétli, bombardovali Wels, tak jsem stála nahoře na Wahrschenecku, ve výšce nějakých 2000 metrů. S kamarádkou. Mužů tu moc nebylo. My jsme pořád... každý týden chodily... my jsme to tu měli hezké, vůbec ne daleko. Do Špitálu a odtud můžeš jít skoro do dvou tisíc metrů.

Skutečně?

Ano, ano.

Změnila byste něco, pokud byste mohla?

Změnit... co bych měla měnit, uklízí mi tu, starají se o mě dobře, strava je dobrá... všechno je vlastně úplně v pořádku. Dneska je to všechno jinak než dřív. Dnes jsou lidé jiní než dřív, už tu nejsou pro ostatní, kdežto když mají místo, jsou tu jenom pro sebe sama. Každý kouká jenom na vlastní prospěch... proto říkám, politika není nic dobrého. Všichni by měli držet za jeden provaz, ale vlastně je to tak, že každý hledí jen sám na sebe. Politiku nemám vůbec ráda. Ale už to vůbec není jako dřív, je tolik stran, příliš mnoho spolků, a to je nanic. A kdo ti pak rozumí, každý myslí, že jeho názor je ten nejlepší... Určitě jsou mezi nimi takoví, kteří... snad... něco můžou udělat. Ale je tolik lidí, kteří jenom mluví a ti se prostě nemůžou dohodnout. Tak to je. Podívejte se na britskou královnu, co ta může rozhodnout? Dřív to bylo jinak, měla vážnost, ale dnes je ráda, že dostává peníze. Ale zase ona přispívá k turismu, lidé za ní cestují do Anglie. No... vždyť je to tak, ona reprezentuje, ale rozhodovat nemůže. To mohou

pouze politici. A celé politiky je už tolik... tolik stran a pak už vlastně nemůžeš vůbec nic dělat. Každý si myslí, že je ten nejlepší a pak je z toho zmatek. A já musím říct, Arabové... než tady udělají všechno, co slibují pro uprchlíky, měli by jim dát peníze, poslat jim je do jejich země, kde by měli zůstat, a i s přispěním těch peněz by měli znovu vystavět svou zem. A ti by měli vše postavit, a naši, měli by se snažit pouze dohlížet, aby se tak stalo, a tím to končí. A ne je všude brát. Vy jste chytřejší v Česku, vy žádné uprchlíky neberete.

Bereme, bereme.

Víte, rodina dostane 2.200 euro za měsíc, 4 roky, jak to chtějí politici celou dobu financovat? To je hrůza, já říkám, lidi zůstaňte doma, EU vám pomůže, ale musíte se starat o vlastní zem. To by bylo to nejlepší, co by mohli dělat.

Přece i kultury jsou naprosto odlišné.

Ano, to je to, ti mají úplně odlišné názory a ten rozdíl v náboženství... to je taky špatné. Odejít ze země považují za špatné. Kdo by býval přijal nás všechny... nebo Němce... představte si celý německý národ, kdyby tenkrát všichni utekli... kdo by je přijal... Vždyť oni mají svou zemi, svoje místo, a když je teď bombardují... tak budou o to víc utíkat. Už jsem stará. Možná proto si myslím, že vím, jak by to bylo správně. Já prostě říkám, zůstat doma.

Uznání

Cení si Vás společnost za to, čeho jste ve svém životě dosáhla?

Ne cení, ale uznává... to dělá každý. Zdravíme se, setkáváme se a já, dokud mohu, budu chodit dolů na jídlo... každý mě zdraví a já se bavím i s těmi, kteří už nejsou při smyslech... jak se máte atd. I když mi vůbec neodpoví, nevádí mi to, to je jedno. Ale, nikdo ti nic nedělá, mnozí už sami nemůžou jíst. Víš, a když tu ještě jsi a vidíš tyhle věci... to je deprimující. To pak jdeš rád zase zpátky do svého pokoje. Nebo když vidíš někoho, kdo už nemůže, jenom leží, a leží týdně... a nemůže umřít. Tebe se to sice osobně netýká, ale přesto to vnímáš a dotýká se tě to. A v takových chvílích si říkám, Bože, jak to bude se mnou? To se ti v hlavě honí různé myšlenky. Ale... v nemocnicích je to to samé. Takže... oceňovaný... všichni jsou tu uctívají. Sestry... vždycky všichni klepou, nikdy tě nikdo neruší... Pro ně jsi ještě... jsi pro ně člověk. Takový pocit mám. Nikdo ti netyká, neříká nějakým jménem, pro všechny jsi paní ta a ta.

Hodnoty

Můžu se zeptat, jaké hodnoty jsou pro Vás důležité?

Hm, hodnoty... vlastně... to, že jsou všichni milí, nemusí se za každou cenu snažit být nějak sladcí, ale to, že člověka uznávají... že jsi ještě tady... a to také dělají. Starají se o ležící, oblékají je, pečují o ně, to všechno dělají. Jde vždycky o člověka.

A rodina, je to taky důležitá hodnota?

Ano, ano. A sestra ráno, když přijde, nechová se k tobě jako k cizímu, je milá. Některá to umí líp a některá míň, ale všechny jsou přátelské. To záleží na člověku. S některými máš hlubší vztah než s jinými. A to je velké plus.

Hodnota?

Ano, hodnota.

Je pro Vás důležitá důstojnost?

Jo, a to také dělají. Nikdy nikdo neřekne nějaké sprosté slovo, nikdo tě nehubuje... to jsem nikdy neslyšela. Všichni jsou zdvořilí. Opravdu si tě váží.

A je to pro Vás osobně důležité, že se k Vám tak chovají?

Ano, to je. Protože, když někdo řekne něco negativního, špatného, to ti pak nedá spát, pořád tě to hlodá... a to není nutné, aby se to dělo. Pak na to pořád myslíš, říkáš si, co jsem jí udělala. Tedy, já mohu říct, nám tady nic nechybí, to je můj názor. Každý

pro tebe dělá maximum, jeden to dělá ze své vnitřní podstaty a jiný, protože tu pracuje. To člověk cítí, tenhle rozdíl. Ale to si myslím, že je všude stejné.

(Telefonát)

Víte, volal mi vnuk, já jsem chtěla... je taková možnost, když máte třeba mrtvici, aby vás už neoživovali. A to jsem podepsala. A můj vnuk to teď zařizuje u notáře. A zítra mi to přinese. Protože, já si říkám, už mám na to věk, a když budu mít mrtvici a oni mě budou oživovat... hloupost. Já už na to mám věk, už jsem si vše zažila, a to nechci. A oni to dělat musí. A to jsem zařídila a on přijde a přinese mi to.

Myslíte Patienten Verfügung? (Vůle pacienta).

Ano, to je ono.

Jistě, na to máte právo.

Ano. Víte, když je člověk tak starý, tak o těchhle věcech přemýšlí. A myslím, až vy budete takhle stará, taky to uděláte.

Každopádně. Protože myslím, že člověk myslí na smrt.

Ano, ovšem. To člověk musí dělat. A proč by mě měli oživovat a dělat ty věci.

Máte radost ze svého rozhodnutí?

Ano, rozhodla jsem se sama a jsem ráda. Můj bratranec říkal, podívej, to přeci nepotřebuješ. Ale já říkám, chci to.

Ano, to je správné, pokud to tak cítíte... Ještě jsem se chtěla zeptat, jestli myslíte, že má život smysl?

No jó, smysl života, Bože, to záleží na tom, jak se ti celkově daří. Když už se narodíš, a trpíš, má to smysl? Že se tě pak snažíme nějak udržovat? Má to smysl?

To je otázka...

Já říkám ne. Když to vidíš, potřebuješ jen jet do kláštera v Galgenau, tam jsou děti, těžce postižené, má to smysl? A to celý život. Má to smysl? Že něco takového vychovám? A pak jsou u toho jejich matky, které pak nemají vůbec nic. Já mám sama známou, dítě se sice narodilo, ale nemělo dostatek kyslíku v průběhu porodu. Od narození bylo úplně ochrnuté. Časem, ruce úplně zdeformované... a já jsem to celé od začátku spoluprožívala... to dítě se dožilo 54 let. A mělo denně pleny, to ještě nebylo jako dnes, každý den 15 plen. Každý den vyvařovat tolik plen, řekněte, má tohle nějaký smysl? A to jen sedělo... má to smysl... nevím... každému zvířeti, které trpí, dáš injekci, aby netrpělo, a člověk musí všechno až do svého konce prožívat... Moje přítelkyně z toho všeho nic neměla, nikdo to dítě nechtěl hlídat, já jsem to celé zažila... a musím se ptát, jaký to má smysl? A tomu nerozumím do dneška, že něco takové dopustíme. Koukněte, každé zvíře má u sebe někoho, kdo ho zbaví trápení... a člověka necháme trápit... nemluvil, nic, ani známka života. Smysl má, pokud jsi mentálně v pořádku. Můžeš o sobě rozhodovat, jsi aspoň částečně v pořádku, můžeš se vzdělávat, pak ano. Je smysl, že jsi tu pro druhé, můžeš něčeho dosáhnout, být géniem... ale když necháme něco takového dospět... to si myslím, že není dobře.

Spiritualita

Jste věřící? A pomáhá Vám víra ve vašem životě?

Tedy, chtěla bych říct, že jsem křesťanka, člověk je tak od malička vychováván, i ve škole, to vše jsem si zachovala, člověk slaví ty svátky s ostatními, ale ne intenzivně. Jak to říct, my jsme říkali, to je „Fuchtel“, o všech, kdo chodili do kostela, ale já se modlím každý den, to říkám po pravdě. Jdu do postele a modlím se a říkám, děkuji ti milý Bože, za to, že jsi mi pomohl.

To je hezké.

To je moje výchova od dětství do dneška. Za vše říkám děkuji.

Myslíte také na smrt?

Ano, hodně. Bojím se... ne, smrti se nebojím, ale bojím se umírání. Protože nevím, jaké to bude.

Pomáhá Vám víra?

Já říkám, Bože můj, milý Bože, nenech mě jen tak umřít, dopřej mi rychlou smrt, víte, nevím, jestli opravdu je... už byli na Měsíci a všude možně a kde je? Ale to vidíme kolem celé víry, jak to je, někteří to vidí tak, jiní tak, černí to vidí jako přírodu. A příroda to taky vlastně je... všechno vychází ze země. Já říkám, že to je příroda.

To je moc hezké.

Teď jsem Vám otevřela mně úplně neznámá zákoutí.

Poděkování, rozloučení.

Příloha VIII Přepis rozhovoru s paní Cecílií, Česká republika

Cecílie, 85 let

My už se známe, já jsem tady v rámci studia na teologické fakultě dělala několik praxí. Psala jsem diplomovou práci, kterou jsem prováděla v Rakousku. Šlo vlastně o to, jaké potřeby mají senioři, kteří žijí v domovech pro seniory. A teď, pro doktorandskou práci, bych výzkum ráda rozšířila i na Českou republiku. To znamená, že bych ráda uskutečnila rozhovory s lidmi v Čechách a pak bych porovnála, jak se ty potřeby liší, v čem se liší, nebo se vůbec neliší. Takže o tom je moje práce. Mám připravených osm otázek, nebo osm bloků, které vychází z hierarchie potřeb jednoho psychologa, který se tímto tématem do hloubky zabýval. Když bychom je mohly projít společně, bylo by to skvělé.

Jídlo, pití, spánek

Moje první otázka se týká jídla a pití. Co by mě zajímalo, jestli Vám tady v domově jídlo chutná.

Někdy jo a někdy ne.

To, co si člověk dělal doma, bylo asi lepší...

Ono se to tady pořád opakuje.

Aha.

Jako já už jsem tu čtyry roky, takže je to pořád takové stejné. Někdy se jim to povede, někdy taky se jim to... No jako doma.

Ano, doma se taky občas něco nepovede.

To víte, že jo, musí se to tak brát, no.

Můžete dobře spát, nemáte bolesti?

No, nebolí mě nic, to já můžu spát. Ale jako že bych tak spala, jak tu ty báby spí po obědě, tak to teda ne. A mám to pořád, jako jsem to měla doma. Já jsem doma taky brzy spát nechodila. A jak jsem měla toho muže, tak jak taky v noci chodil na záchod, měl taky tu prostatu operovanou. Tak jako to mám furt jako zakódovaný, nebo jak se to řekne.

Zafixované?

Zafixovaný, prostě to mám furt stejně. Já až tak kolem půl desátý. Já se tak jako dívám na tu televizi, potom zhasnu a pak usnu. Vzbudím se taky třeba ve tři hodiny, ale jde to.

Neužíváte léky na spaní?

Ne, já je nechci.

Říkáte, léky, to není dobré řešení...

No, na to spaní, to myslím, že ne. Nosím taky tu vložku, jinak potom bych třeba taky zaspala.

Ano, tomu rozumím.

No, je to znát, takový starý lidi, to už... No, já ani nikam nechci vždycky jezdit, protože se bojím někam jít, abych nemusela hledat záchod a tohle... Radši tu sedím nebo chodím, no...

Rozumím tomu, já s tím mám také potíže, když si dám kávu, tak potom potřebuji na toaletu a pak musí člověk hledat, kam by si odskočil.

No, a kor to starý tělo, to už.

Zaopatření

Jste tu dobře zaopatřená, jste tu spokojená?

Jo, jo, nemůžu si vůbec naříkat.

Odešla jste, protože jste chtěla, nebo protože jste musela odejít?

Odešla jsem protože... Byli jsme tu s mužem, muž dostal Parkinsona a doma mi padal... to bylo několikrát, tak jsem byla jednou venku, přišla jsem a on šel ze záchodu a padnul takhle na záda. Já jsem ho bafla takhle pod paží a udělala jsem si z toho strašnej ten ústřel, tři měsíce jsem pak s tím marodila, že jsem nemohla ani hrneček umejt, každej ten pohyb, to bylo tak něco strašného. Tak jsem říkala potom, dceru máme v Táboře, taky zdravotní, to je zdravotní laborantka. Já jsem říkala, holka, my musíme něco dělat, ty sem chodit nemůžeš, ty taky jsi v práci, má každý už vnoučata a to... my tam máme v Hořicích takový ten pečovatelskej. Jenomže, to je taky... Jednou vám někdo pomůže, dvakrát, a potřetí řekne, můžu se tu tahat třeba s dědkem... Tak jsem řekla, tam nemůžu, protože to nemůžu chtít na lidech, aby mi pomáhali. Tak jsem řekla, my musíme do domova. No, tak jako jsme sem šli. Ten muž, ten první týden tady byl úplně nešťastnej... on tu nechtěl bejt. Ale během týdne se tak nějak jako srovnal. Já jsem řekla, hele, vždyť my jsme tu spolu na pokoji, jako když jsme doma a já se o tebe starám, co chceš, všechno ti podám... a pak už se tak jako srovnal. No a jednoho dne jsem byla objednaná na oční na polikliniku Jih a dlouho jsme čekali na sanitku a než jsem přijela z toho očního, tak on vlezl na tu postel, seděl na křesle, spadnul a ten krček si zlomil. Tak já jsem přijela a oni ho vezli do nemocnice. Říkám, kam ho vezete? On tu spadnul. Tak jsem si říkala, asi se to tak mělo stát, nebo já nevím. Takže tím pádem jsme tady takhle byli, on tu byl se mnou rok a za rok umřel. Třikrát tu vydechnul a bylo po něm. A byl tu doktor a já říkám: „Pane doktore, dělejte s ním něco!“ A on mi řekl: „Podívejte se, co by za to kdo dal, aby bez bolesti v klidu zemřel, přejte mu to.“ Já jsem řekla, tak co mám dělat, tak mu to musím přát. Což byla pravda.

Ano.

Protože on měl ještě z nemocnic proleženinu, takovou strašnou, že doktor říkal: „Tam bych strčil ruku.“ Jak je dcera v té nemocnici, tak tam měli nějaký školení, tam měli takový to vlhký hojení, tak jsme kupovali tu mastičku, ono to bylo malinký, asi 5 gramů, stálo to asi 600,- Kč, strašně drahý. Ale my jsme říkali, to nevadí. A on to ani ten pan doktor nechtěl povolit. Tak říkám: „Pane doktore, vždyť já si to platím a dali nám celý takový prospekt, tak proč bychom to nemohli zkusit?“ Tak jsem ho chytla za ruku a říkám: „Prosím Vás, povolte mi to!“ Tak on řekl: „Tak jo.“ A ono opravdu se to krásně hojilo a když to měl všechno zahojené, tak umřel. Měl to krásně zahojený, že tomu vůbec nevěřil. Oni si to fotografovali. A říkali: „No tohle?! Jak se to pěkně hojí.“ Tak jsme tehdy koupili větší. No, to bylo opravdu hodně drahý, ale opravdu to pomáhalo... No co by za to kdo dal, když to pomůže...

Není škoda peněz, když to pomůže, že...

Ne, ne, ne.

Ale je to smůla, protože by se to vlastně vůbec stávat nemělo, že... (paní mi skočila do řeči)

On byl na té chirurgii, on měl zánět průdušek, oni ho tam léčili na ty průdušky, tak oni ho hned neoperovali, tak kdo ví, jestli ho tam jako přendávali, jako pře... jak se to říká, překládali?

Polohovali.

Polohovali. No tak, kdo ví jak, protože on vždycky říkal, že ho to bolí na té straně... No, takže takhle to všechno skončilo, takže já už jsem tu čtvrtý rok sama. A támhle mu takhle říkám na tu fotku: „Vem si mě tam s sebou! Už mě tam vem!“ Vždyť je mi 85.

To je krásný věk.

No, už mi bude za půl roku... no, já už ho nechci.

Nechcete? Vždyť jste ještě stále aktivní.

No, nejsem aktivní, se to tak všechno zdá. Mluvit nemůžu, to mám nějaký ty hlasivky, já nevím co. Možná, já jsem měla taky mozkovou, tak mluvím takhle blbě.

Ale to vůbec není poznat, vypadá to jako pouze, jako byste byla lehce nachlazená, vůbec ne jako byste...

Chráptěla... když jsem četla pohádku tady těm dětičkám. My jsme loni chodili do školky, ale já jsem říkala, ne, mě už by to zmáhalo. Tak jsem říkala, už to nechci... vždyť jsou tu babky všelijaký, ať jdou, ne...

To je pravda, pokud nechcete, tak je to samozřejmě Vaše rozhodnutí.

No, já ty děti mám hrozně ráda, jak je tam vidím. Vždyť já mám čtyry ty pravnoučata.

Pravnoučata?

No, támhle, už mám. (fotografie)

Jak se jmenují?

Ta holčička, ta je Maruška, ta půjde do školy za rok, ten druhý, to je Pavlík, a ty první jsou Láďa a Šimon. To je od jedny vnučky a tamto od druhý. Ta by chtěla holčičku taky, ta, co má ty dva kluky, já jsem říkala, buď ráda, že jsou to kluci, protože oni jsou oba vysoký. A holka, když si chce koupit třeba boty a takhle velká... buď ráda, že jsou to kluci. A ona mi říká: „Ty jsi mi nepřála tu holčičku!“ Tak ona, když jede za tou Maruškou, tak jí vždycky něco koupí. Tak jí koupila nějaký takovej náhrdelník, šmuk. Ona prej byla tak strašně šťastná a říkala: „Této, ty jsi mi udělala takovou strašnou radost.“

VČ aktivity

To je hezké, co mi tu vyprávíte. Ale asi nemá smysl zůstat pouze na pokoji, že?

To ne, já chodím každý den ven.

Chodíte? Opravdu každý den?

No... tak když neprší, tak jo... chodím kolem toho rybníčka. Nebo chodím přes ten park, kolem těch chalup dole a pak jdu nahoru tady po schodech a říkám si, tak jsem skoro tři čtvrtě hodiny chodila, to stačí.

To není žádná malá procházka, to jsem právě chtěla podotknout.

Ale já jdu pomalu, já mám támhle tu hůlčičku, o tu se opírám, ale jako opravdu jdu takovým tempem, nic abych chváta.

To je výborné.

No, protože mi dali taky na srdce, ráno a v poledne... tabletku, protože jsem se zadejchávala, no tak říkám, radši pomalu, kam já budu chvátat.

Ano, chodit je dobré, to je nejlepší pohyb, jaký má člověk v jakémkoli věku provozovat.

Ano, dcera přinesla Květy a tam je to, o tom chození. Tak říkala: „Přečti si to.“ Tak jsem říkala, vždyť já to vím, vždyť to už jsem stará, vždyť já to dobře vím...

A jak je to, když prší? Tak jste doma?

Když prší, tak taky chodím, třeba na tu terasu, protože ta je zastřešená, tak tam chodím.

A je tam paní, která tam chodila každý den a já jsem se jí potom ptala: „Paní, Vy sem chodíte... kolikrát vy si tady uděláte ten trénink?“ A ona říkala, patnáctkrát to projdu.

A denně, denně. To je paní taková drobná, ale ta jde!

Ale taky má, myslím, hůlky nebo vozík?

Vozík.

Ano, já si ji pamatuji z minulých praxí, jak tady každý den chodila.

Ale jak?! To nejsou malý krůčky jako já, ona jde rázně.

Samostatnost, nezávislost

Ano, chůze je nejpřirozenější pohyb.

No, já jsem si posledně tady přesazovala kytky, tak jsem šla tam k tomu, jak je tam ten...další domov... tak tam je zahrádník, tak jsem si šla pro zem. A dala jsem si do peněženky takhle papírek a napsala jsem si, odkad' jsem, jak se jmenuju, Domov důchodců ... kdybych někde padla, tak aby věděli...

To byl výborný nápad.

Tak jsem to dceři říkala, ona povídá, no vidíš to.

Myslíte na vše.

Myslím na vše.

Ano, a to je výborné.

No, kdyby se ptali, řekli by si, baba odkad' je, no... tak jsem měla lísteček.

To je výborné. Řekněte mi, jak tady v domově vnímáte bezpečí a ochranu?

No, tak já, já nevím, mně tu nikdo nic neudělal... Akorát tam ta paní... sousedka, ta jedna, tak ta tu jako dělala nějaký cirkus, ale oni jí dali nějaký prášky, takže se to utlumilo a teď je tu klid. Ale tady nikdy nikdo nikomu nic, já vůbec nevím, že by tady někdo někoho napadnul.

A soukromí tu máte?

Jó, vždyť já jsem tu sama.

Navštěvuje Vás tu někdo?

K paní některý si tam dojdu já, nebo ona přijde na chvílku, jinak ne.

Bezpečí, spokojenost

Cítíte se tady spokojená?

Cítím se spokojená, ale to víte, doma to není. Není to doma, domov.

Není to domov?

Není to domov. Třeba dcera – mají u Hradce tady chalupu, v létě tam třeba jdu. Tak si říkám, no, jako kdyby člověk tam mohl bejt... když jsme tam bydleli, sice v bytovce, ale byli jsme tam čtyřicet let.

Člověk si těžko zvyká na nové.

No, tak já ještě jo, ale ten můj muž byl hodně špatnej na to, ale pak si taky zvyknul. No a když už si zvyknul, tak zas odešel.

Můžu se zeptat kolik mu bylo let?

Necelých 84, no tak zaplat' pánbůh za to. Vždyť se lidi nedožijou ani osmdesátky.

To je požehnaný věk.

On dělal lesáka, on byl pořád venku a pořád běhal. Tak on byl takový z tohohle, když tu musel jakobýt... Já říkám, vždyť jsi tam lítal jak divočák.

Máte pocit, že Váš život a všechno, co jste dělala, jsou zde oceňovány?

No, tak to tady vám nemůže být, to ne tady.

Oceňují Vás například za to, jak jste vychovala své děti...

Já mám jen jedno.

Jedno? Vždyť máte tolik pravnoučat?

Ta měla dvě holky a od každé holky má ty dvě. Já jsem nechtěla druhý dítě, protože jak jsme byli na té hájovně, na samotě, tak jsem řekla, já tu nebudu, takhle zavřená někde u toho lesa.

Bála jste se tam?

No, ze začátku jo, ale pak už ne.

Mně vždycky připadalo romantické žít na hájovně.

Byla jste tam, měla jste tam všecko. Všecko bylo vaše, všecko okolo bylo vaše... to jako klid, nikdo vás neotravoval. To jo, to jo. Akorát v tom 68., když přijeli ty Rusáci, tak oni měli tam v lese ten bunkr nějaký. A oni si tam spletli cestu, jak jsme to tam měli k té hájovně, a najednou se vám přihnali s tím transportérem, nebo jak se to jmenuje.

Teď já jsem si říkala, jéžiš, co bude. On měl muž takhle flinty v chodbě, tak já to takhle vzala, teď jsem si říkala, jestli to je nabitý, tak to začne střílet. A dala jsem to postele pod peřinu, takhle pod deku. Teď jsem si říkala... já jsem se bála, aby si nemysleli, že tu máme nějaké zbraně. Oni se tam votočili a jeli pryč. Tak jsem si říkala zaplat' pánbůh.

Jste odvázná.

Tak jsem to tam nechala mužovi, protože jsem se bála na to sáhnout, jestli to nebude střílet. Ale strach jsem měla, to teda Vám řeknu.

Kdo by neměl.

Nikde nikdo a teď ty chlapi tam.

Řekněte mi, cítíte se někdy osamělá?

No, to ani ne, to nemůžu říct, tak já chodím tady za paní V. (anonymizováno), chodím ji navštěvovat, ona už taky špatně chodí, za paní V. (anonymizováno), ta chodí taky sem, vždycky takhle zajdeme. No, tady paní vedle se nastěhovala paní Š. (anonymizováno), já jí nerozumím, ona špatně mluví, já taky špatně mluvím, tak říkám, to není možná, abychom se mohly bavit.

Vůbec nemluvíte špatně, vypadá to, jako byste byla trochu nachlazená.

Já bych si možná s tím mohla někam dojít, aby se mi na to podívali, na ty hlasivky, ale já se tam bojím.

To chápu.

Já si říkám, řeknou, že mám nějakou rakovinu, tak ať ji mám, ale oni jsou tam na těch hlasivkách taky nějaký ty uzlíky...

Přání, rodina, partnerství

Ještě mi řekněte, máte nějaká přání? Přejete si něco?

A víte, že ani ne? Já nemám ani takový, jako že třeba, že bych tamhle někam chtěla... Ale i naši třeba, jak přijede ta dcera, ta vnučka z toho Protivína, tak „Babi, my tě tam vezmeme“. Tak jsem říkala, a víš, že ani ne. Vždyť jak bych po tej cestě... No tak zastavím... Ale já jsem si říkala nepůjdu nikam.

Seberealizace

Máte nějaké plány?

Ne.

Ani nějaké malé, že třeba něco vyrobíte, nebo se dojdete podívat na nějakou výstavu?

Tady chodíme do té dílny, jak tam dělají, a já tam teď už nechodím, ale taky jsem tam párkrát byla. Oni tam pletou ty košíky. Tak jsem si říkala, možná bych to mohla taky zkusit. Ale zase si říkám, co se tam budu motat, řeknou takové nemehlo...

Kreativita, volný čas, samostatnost, nezávislost

Pro motoriku prstů jsou ruční práce dobré.

No, já si cvičím.

Cvičíte?

Jo, s těma prstama, všechno možný, jak nám to Alena ukazuje, tak já si to dělám. Snažím se, abych... dělám co můžu. Protože nic jinýho, číst taky moc nemůžu, protože zas mám s očima, mám zelenej i sedeje, no. Kdyby byl ještě žlutej, tak ještě žlutej.

A nakolik můžete o svém životě rozhodovat sama?

Zatím si ještě můžu rozhodovat, co chci. Peníze, všechno mám, támhle mám ještě v záložně peníze. Jsem říkala dceři, ať si to nechá napsat na sebe, ale ona řekla, jen to tam nech, je to na tebe. Ale ona k tomu má ten přístup, takže si může kdykoli, kdyby chtěla...

A je brán ohled na to, co si přejete? Když něco chcete, tak to můžete dělat, nebo když nechcete.

Jo, tak to jo. Teď nám chodily ty ježíškovské přání... Loni mi přinesla paní tuhle konev a dneska, zase tu byli, ale já jsem říkala, já už nic nechci... Mně to bylo takový trapný, že jsem si říkala, vždyť já na to mám peníze, kdybych to chtěla, tak si to koupím. A já mám svoji takovou menší. A tuhle mi přinesla, tak říkám, no je pěkná, ona se i ta paní sem za mnou přišla podívat. Tak jsem si říkala, teď, když tu byla posledně, napište mi tam Vlastu. Předplatný Vlasty... To je takový, jako že to není drahý, jakože bych si tady něco chtěla... jako oni chtějí mobily a do divadla. Dokonce někdo říkal, že chce k moři. No, to snad ne. No, oni jsou lidí všelijaký... Ale už tentokrát jsem řekla, že Vlastu.

To je hezké přání.

Je to takový, každej tejdenn to chodí. Tak si to pročtu.

Podíváte se, co je nového. Pak to to ještě můžete někomu dát.

No, to dám vždycky paní V. (anonymizováno).

Další okruh otázek se týká Vašeho volného času. Co děláte? Jak ho trávíte? Co děláte celý den?

Nic.

Chodíte na nějaké aktivity, které Vám tady nabízí děvčata?

Jo, chodíme do takovýho kroužku, poznávací takový ten kroužek. To máme jednou za čtrnáct dní, no, na to chodíme, pak chodíme s paní Alenou, každý úterý máme cvičení, nebo se něco peče. No a pak ve středu... zase rehabilitace, cvičí na tom Cěčku, a tam taky chodíme... A teď tam chodí i ty malé dětičky, házeme si s nima míče. Ty jsou tak krásný, ježíškote, ty jsou pěkný.

A o tom, co Vám tady nabízí se rozhodujete sama, jestli to využijete?

Jo, jo, tady taky ty děvčata, když nechtějí cvičit, tak tam nejdou. Oni nás nějak, jako neříkají, že musíme. Jestli chcete, nechcete...

Estetika

Chtěla byste ještě vidět nějaké divadlo nebo jít na nějaký koncert? Výstavu?

Ne, už ne, už nechci nikam ject. Já už ani k té dceři nechci.

Co je tedy dnes pro Vás hezké?

Hezké, no, že je mi dobře. Že můžu teda jít a že můžu s někým promluvit.

Že Vás ni nebolí.

Že mě nic nebolí.

A že máte někoho, s kým si můžete popovídat.

No, vždyť s dcerou, ona není moc mluvná, ale takový to, co potřebuje. Ale zase... vnučky, ty jsou povídavé, ale ona ne, ona je taková jako uzavřená. Tak vždycky říkám, no, tak od tebe se toho moc nedovím, tak něco povídej. Ona říká, já nic nevím.

Seberealizace, hodnoty

Učit už se také nechcete, jak jste říkala...

Ne.

Už jste se učila dost.

Nechci se učit, mohla bych se taky něco učit, ale už si to ani nepamatuju.

Řekněte mi, jaké hodnoty jsou pro Vás důležité. Je to například rodina?

No to jo, ta rodina dohromady, že všechny tyhle ty holky taky drží pohromadě, že jsme všichni dohromady.

Takže taková sounáležitost.

No, jako tyhle ty synovci, to už ne, ale jako rodina. Jenom teda ta dcera ty vnučky, takhle to jo, ale ty synovci, to už je takový, těm už bych tak nevěřila. Protože taky leccos se řekne a řekne se to jinak nebo... Ale jinak jsem ráda, že jsou všichni dohromady. Že ta rodina funguje...

Láska, pocity, společenství

Ještě mi řekněte, paní Cecilie, když se ohlédnete zpět na svůj život, jak ho vnímáte?

No, úplně bych to všechno předělala jinak.

Co byste předělala jinak?

No, asi bych už na tu samotu nešla. Tak bych tam už tam možná nešla, že bych si to všechno nějak udělala jinak. No tak, když jsme starý a máme už rozum jinej...

Spiritualita, víra

A vnímáte nějaký smysl života? Má život smysl? A v čem je?

Tak smysl má no, ale v čem je, no...

V čem ho vidíte Vy?

Tak já bych řekla, že abychom dobře pracovali, aby bylo všechno v pořádku, abychom nekradli, abychom se tak nějak věnovali tej rodině, abychom nedělali nějaký vylomeniny.

To je hezké.

Nikdy bych nedělala, že bych někomu něco sebrala. Kdybych něco našla někde, tak bych to tam někam vrátila, určitě bych si to nenechala, protože to by mi v té hlavě asi nevydrželo.

To by Vám nedalo svědomí...

Ne, ne, ne.

Společenství

Řekněte mi, vnímáte společnost tak, že oceňuje to, co jste ve svém životě dokázala, co jste vytvořila. Jak vnímáte to, jak Vás bere naše republika, náš stát, naše společnost, lidi okolo?

Tak, mě už lidi nemůžou brát. Už ne. Už jsme ten odpad starej.

Ne.

Jo, dneska tyhle ty starý lidi, tak co, to víte, víte co, jak je oceňoval včera prezident, ne tamty, co udělali pro tu republiku a celkově, tak to jako jo, ale my jsme normálně...

Já myslím například, jestli se k Vám chová okolí dobře.

Jo, jo, jo. To nemůžu, ani když jsme byli doma, nemůžu nikdy říct... nic špatného, že to bylo... tak jak by to mělo být, aby prostě na sebe nebyli lidi zlí. Já jsem zase do žádný takový jako, jak tam měly ty ženský takový ty party a chodily třeba do hospody nebo tak to ne.

Toho jste se stranila.

To ne, protože já, jako nepiju nějak, tak trošku vína nebo. A oni potom když si dají jedno, tak by to to vůbec ne, to jsem nikdy ne...

Spiritualita, víra

Máte nějaký recept na to, jak člověk může zvládat ve stáří svoji situaci? Je něco, co Vám pomáhá? Například že chodíte třeba do kaple?

Chodila jsem do kaple, chodila jsem do kaple, ale jak tam ty ženský strašně kašlaly, prskaly, tak jsem přestala chodit a chodím tam v neděli, tam vždycky dojdou rozsvítit svíčku mužovi, každou neděli.

To je hezké.

Každou neděli tam dám svíčku, tam se pomodlím a odejdu. A mám to takový, takovej klid, nikdo mi tam nikde netvrdne. Jak ony ty některý ty ženský jsou taky hrozný, prsknou takhle, tak jsem řekla, tam nepůjdu, protože ještě si přinesu nějaký bacily. Tak jsem to udělala takhle, že chodím do té kaple, rozsvítím, pomodlím, odejdu.

Takže vzhlížíte k něčemu, co Vám pomáhá... jakoby k bohu k nějaké vyšší moci?

Jo, jo, to jo.

Se kterou můžete rozprávět, nebo kde se můžete pomodlit nebo nějaký způsobem sdílet...

To tady s mužem si povídám. Taky mu vynadám.

Tak to má být. To je určitě dobré, ne? Když Vás tu nechal...

Čtyry roky jsem tu sama. No už tam mám vedle něj udělanou tu, jak to máme na dvě ty urny, ne, tak už ji tam mám připravenou... vedle něj. Teď jsme tam byli, máme v Chlumu u Třeboně hřbitov, hrob, no tak jsme tam byli v sobotu s dcerou, tak koupila krásný takový věnec, tak jsem říkala, aby nám to tam ještě někdo neukradl. No, dneska vám kradou.

Úplně všechno kradou, ničí...

Krásnej velkej, asi 600,- za to dala. Pak tam mám ještě rodiče, tak tam taky jsme ještě byli. Tam taky vždycky a ty svíčky, tak to chodím tam, to jako si tam s nima popovídám.

Takže pořád udržujete tu kontinuitu rodiny a těch vztahů, to je hezké.

No, máme tam taky tatínka, maminku, ty jsou tam už kolik let.

Rodina

No tak nic jinýho, žádný takovýdle, nikde nelítám, abych někudy, mě to ani nebaví, abych někudy chodila. Aji tady třeba jak jsou ty ženský, my jsme si tu udělaly jednou tak jako Silvestr a nebylo to ono. Byly jsme asi čtyry a paní jedna kašlala, tak jsme říkaly, je no, to bylo. Pak se zvedla, že půjdeme domů, pak jsem říkala: „A už ne, radši sama.“ No tak ona dcera taky, já taky nechci tam na Štědrej den, co tam, jsem říkala, proč tam pojedu, oni jsou ve čtvrtým poschodí, vždyť já tam nevylezu, těžko do toho, a zase dolů. Tu večeri, to je zrovna tady jako tam. On potom ten zeť ten hodně čte, ten veme knížku, čte, holka se kouká na televizi, tak to je stejný jako tady, proč se támhle budu někam hrabat. Tady si to udělám, jak chci, tady se umeju, pustím televizi, koukám z postele a mám tu pohodu. Nemusím nikoho otravovat, jo, teď s tím záchodem, tak říkám, svatej pokoj. Tak si říkám, ať! Teď říkám: „Heleď se, vy jste rádi sami, já taky a hotovo.“ Nějaký takový, že to musí bejt, no bejvalo to, dneska je to jiný. Když to bylo možný, tak jsme chodili dohromady, no.

A chodili jste někam do kaple, nebo...?

My jsme chodili u nás do kostela a tam byl vždycky odpoledne, jako ta mše odpoledne, ne večer, tak jsme tak chodili vždycky, pak jsme prošli hřbitov, a to byla taková procházka s kostelem, hřbitov. Tak jsem říkala, no, pak jsme šli na večeri, já to zas připravila doma, už jsme to všechno měli připravený, takže jsme tady jenom upekli ty, tu rybu a to. No, takže to bejvalo pěkný, děti byly malý, tak to bylo něco jinýho.

A nějaké zvyky jste dodržovali? Jako třeba rozpůlit jablíčko? Co jste dělali, jestli se můžu zeptat?

Jenomže jsme to rozpůlili, aby každej si vzal, aby nezabloudil, aby si vzpomněl, že na Štědrej den jedli to společný jabko a že někde najdeme tu cestu zpátky.

To je hezké, to ani neznám. To je hezké.

Tak to jsme jo... no, nebo se dávalo to olovo do těch kalíšků, ne, no tak děti. Nic jinýho jsme ani nedělali. No, a když byly holky, no tak tu botu takhle házely, no.

Ono to stejně nikdy nevyšlo podle toho, ale ty zvyky jsou hezké, že? Člověk se u toho potěší, že vlastně, že může dodržovat něco, k čemu se může vrátet.

No, ony taky holky vzpomínaly, tak jsme řekli tak a dost, my už chceme bejt taky sami. „No, ale to nebudou žádný Vánoce!“ Ale já říkám: „Už ste velký, my chceme bejt taky sami.“ Tak jsme pak byli taky sami. Pokud byly menší, tak jo, už byly pak velký, tak... To už nebylo ono.

Ne?

Protože to už je něco jinýho, když jsou ty děti malý. Já jsem jim vždycky zabalila každou kravinu, ony měly takových dárků a teď, než to rozbalily, no tak na to vzpomínaly. Já říkám, no vždyť každou volovinu jsme zabalili.

A to je správné, jde o...

Měly toho haldu a než to tam... jako od koho to je. No, sranda no.

Tak to má být, to je přesně ono.

Už je to všechno pryč. Vás to všechno čeká.

Úplně všechno snad už ne asi, ale něco ano. Koukám, jaký tu máte hezký obraz.

To je, to jsou seníky treboňský.

Já si právě říkám, že je mi to povědomé.

Teď jsme tam jeli v sobotu kolem nich. Povídám, hele už je jich tu málo, už je to tady jako zbouraný.

Ale ta louka je tam pořád, že.

Takovej močál, to tam je, no, to jsem na to taky koukala.

Ona je tam vedle ta čtyřproudová silnice, že anoo. Ale já vím, že když jsem byla malá, tak jsme tam na tihle louce sbírali žampiony.

No, no, no.

Že to tam rostlo, ale to tam silnice vůbec nebyla.

Tady je všude žampionů, tady v tom lesíku.

Ano?

No, já jsem to tu dceři nasušila, já jsem jí sušila, takový dvě skleničky a jak bylo takový to horko, tak oni byli, jsem říkala, hele to vyndáš, takhle to jako rozemeleš a když si to jenom do polívky a má to chuť jako...

Jako koření...

No, koření, protože to byly žampiony krásný, malý, pěkný. Já jsem nemohla okolo toho jít, abych si nějakej neutrhla.

Tak oni rostou proto, aby je někdo sesbíral, že ano.

No jistě, no to jako, tam toho bylo, tam se to mohlo hráběma hrabat.

To je hezké, letos bylo hrozně moc hub po dlouhé době.

No, taky jak kde, někde taky ne, podle toho asi, jak bylo vlhko kde. Ono bylo dlouho sucho.

To je pravda, hodně, ale pak ta hojnost těch hub. Že já na houby nechodím, tak jenom když jsem šla v lese po sváznici, tak jsem zakopávala o hříbky.

Jéžišmarjá.

To jsem nezažila dvacet let. To bylo opravdu letos...

Hříby, tak co, to je fajn.

Protože já chodím jenom se psem na procházky, já nechodím sbírat houby. Ale letos, opravdu jsem je musela sesbírat, protože prostě když člověk o ně už zakopne, tak...

Usušit anebo dát do mrazáku.

Paní Cecílie, já Vám opravdu moc děkuji, že jste si na mě udělala čas.

No, vždyť já jsem ráda, že jste přišla.

A že jsem si takhle s Vámi mohla popovídat a že jste mi vlastně takhle pomohla, protože... (paní mi skočila do řeči)

Takovýhle drby jsem Vám dala, vidíte.

Žádné drby, ne, to je prostě velice hezké ohlédnutí za životem člověka, to je hrozně zajímavé, když to člověk může vyslechnout, jak to... (paní mě přerušila)

Jak to bejvalo.

Jak to bejvalo, jak to probíhalo. To jste opravdu hodná, protože...

Já, když na to vzpomenu, na tu hájovnu, ono to je tam hezky, ale to je tak jako na chvílku. A když tam pak máte bejt celý den sama, ten muž je v lese a zůstanete tam třeba s tím dítětem, to tak taky potom, jak už chodila do školky, tak sme ji vozili na kole a mi vždycky říkali ty lidi, co nás potkávali: „Vy nemáte žádnou babičku, že ji vozíte jako... byla zima?“ „Babičky máme, ale babičky pracujou.“ Ale ono až bude ještě větší zima, tak ji tam dáme, jako k mojí mamince jsme ji dali. A tak ona ji tam vždycky nechala. Vždycky jsme ji tam nechali ten týden, v sobotu jsme pro ni dojeli, nebo, no a zas jsme ji tam potom... A my jsme ji vozili, protože jsme byli na tej hájovně, a tam nic nejezdilo. Tak na motorce, tak jsem ušila takový ten igelit, jak byl na stole, takový ty pleny, jsem ušila takový pytel a toho pytle jsme ji dali. Ona na to vzpomíná a dětem to furt říká. Těm jejím dětem to furt říká: „Víte, jak já jsem jezdila? Dali mě do pytle, dali mě na motorku a dali mě pod kožich.“ Takovej velkej kožich, no a jak jsem ji držela, aby ji nebylo vidět, že ji vezeme na motorce.

To je hezké.

No! No to jsme museli dojecht k vlaku, tam byl, pak už autobus, tak už jsme jeli autobusem. Ale tam nic nejelo, tak jsme měli dělat.

Ano, člověk si musí prostě poradit, že ano.

Říká: „Oni mě dali do toho pytle a dali mě pod ten kožich!“ (smích)

Úplně to vidím. (smích)

To oni už ty děti, to už mi vyčítaly no: „Mamku jsi vždycky dala do pytle.“ Já jsem říkala: Co by si dělala? My jsme ji potřebovali dopravit někam a nic tam nebylo, pěšky nemohla chodit, byla malá.

A kde jste měli hájovnu?

No, znáte to v Suchdole?

Moc ne, trošku ano, ale moc ne.

Tak tam, tam byla hájovna a ta byla bez elektriky.

Bez elektriky?

Nejdřív jsme byli v Majdaleně. To byla tahle myslivna, pak tam byla hájovna. Tahle ta myslivna a ještě kočí, tak tam byly tři baráky. Tak to ještě jakž takž bylo, že tam někdo byl. No, a pak jsme byli tady na tej hájovně, kde nebyla ta elektrika. To jsme měli takovou tu lampu na ten líh s tou punčoškou. Ono to krásně svítilo.

Takže ne petrolejovou.

Ne, ne, lihovou. Furt jsme to museli dolejvat, ono to bylo půl litra asi, ale svítilo to krásně, tak jako do modra. Jenže teď všechno v ruce prát, nikde nic, tak já jsem tehdy říkala: „Tady já nebudu! Prosim tě, udělej něco, vždyť to je hrozný!“ Tam bylo všechno možný, barák jak hrom, no jo, ale co. Tak jsem chodila se svíčkou, velká chodba, se svíčkou, no jo. Jako když si vzpomenu, když to vezmete něco takovýdlehého, tak jsem, pak už jsme byli... tam už ta elektrika byla, tak to už bylo něco jinýho. Ale bez tý elektriky, to byl děs. No, a on mě tam jednou postrašil, přijel na motorce, motorku vypnul někde a teď jsem si říkala, co bude... No, já vlastně nevěděla, a teď tam někdo zabouchal na dveře. A tak já jsem tam šla, říkám: „Kdo je tam?“ „Tady je kontrola!“ Na byt, že se jde podívat. Já jsem říkala, změnil hlas, já jsem říkala: „Teď vás sem nepustím, přijďte ráno.“

To jste byla rozhodná.

„Přijďte ráno, teď vás nepustím.“ „Tak mi řekl: „Prosím tě, pusť mě tam, neblbni, vždyť jsem to já.“ Já jsem pak tak: „Když mě tu takhle zlobíš, budeš tu do rána.“

A vydržela jste to? Ne?

Ne, ne, nevydržela. Říkám: „Buď tam do rána venku.“ Říkal: „Já jsem čekal, co budeš dělat.“ Heleďte, jak mě zkoušel, co budu dělat. No, tak to je jasný, že v noci já tam někoho nepustím, chlap ještě nějakej to, tak jsem řekla: „Teď vás sem nepustím, přijďte ráno.“

To nečekal takovouhle reakci, že ano, že ho tam necháte.

Tak mu říkám: „Buď tam.“ To mě taky takhle strašil.

Teda.

To jako jsem říkala: „To je hezký tohle, mě dáš na samotu bez elektriky a eště mě tu strašíš.“ No, to když napíše... takovejhle kabaret...

Ty životní příběhy jsou krásné, právě tím, co člověk, co si...

To víte, to Rakušáci nemají, tam je jistě všechno hogo fogo.

Vůbec ne, vůbec ne. Já jsem například dělala rozhovor s takovou paní, které bylo 96 let, a bavily jsme se, dostaly jsme se, jak bydlela v Linci, a dostaly jsme se na válku, protože měla za sebou válku, tak jako Vy. A ona říká: „No víte, my jsme ji tu neměli, tu válku v Linci, ve Vídni, tam to bylo, a v Německu, a tady v Linci se nám to vyhýbalo. A když byl poprvé nálet na Linec, to bylo ke konci války, tak já jsem byla na kopci nahoře, protože my jsme chodily s kamarádkou, protože muže jsme žádné neměly doma, protože všichni byli ve válce, tak my jsme s kamarádkou každý víkend chodily na nějakou horu.“ A když přiletěl ten nálet první, tak byly tam někde na hoře, která měla asi 2000 metrů. „Už si nepamatuji vůbec, jak se jmenovala,“ říká „A koukaly jsme vlastně na ta letadla seshora“, takže taky to neměly hogo fogo, taky vlastně byly úplně...

Tam byl můj tatínek, byl ve Vídeňském Novém Městě, tam byl nasazenej, a ten říkal, že když přilítnul ten nálet, tak že honem se vždycky letěli do lesa. Do toho, do té díry, tam se skovávali a koukali, jak tu fabriku, jak to prostě ty, to byla taková nějaká železná, tak jak to kroutilo to všechno, úplně zvalcovalo celou tu střechu. To že jako tak vždycky byli rádi, že byli tam v tom lese, v tej zemi schovaní.

Tak právě tohle to mi ta paní taky vyprávěla, jak to prožívali. Tak vy jste ji také musela zažít, když jste říkala, že Vám je, kolik, jste říkala, 85?

85, no. Taky, vždyť já si pamatuju, ten tatínek ten byl nasazenej, tak ten nám vždycky psával, no, a pak přijel tehdá, přijel, to měl boty roztrhaný, tak přijel nějak v ponožkách... no, to s nějakým Italem přijel. A ten ho tam potom zval, aby přijel do té Itálie, no, to byl takovej černej, no já si pamatuju, jak přijeli z tohodlen toho.

Ta válka celou tuhle generaci...

Ty Rusáci, ty tam byli tak, a to byla sestra tam, byla o čtyry roky starší, tak tam musela bejt na půdě schovaná, protože to se báli jako. No, mně bylo těch 12 let, tak jako mě pohladil ten Rusák a říkal: „Já mám taky takovou holčičku doma.“ Takže to bylo dobrý. Pak odešli.

Že Vám neublížili, mohl cokoli, že ano.

No, to víte, že jo. Takový tyhle ty, že jich tam bylo, ale moc jich tam nebylo, jestli byli dva nebo tři, jako jenom takhle, no. Tak ty chtěli nějaký to jídlo a tak.

Jistě.

To jsme zažili taky všechno možný.

Přesně. Takže oni to měli taky takové, ti normální lidé prostě žijí úplně stejně jako Vy. Akorát trošku mám pocit. možná jsme, jak to já vidím... že jsou tou společností trošku víc oceňováni. Že se tam nestává tak často jako tady, že seniory různě olupují, že vlastně...

To asi ne tam.

To si myslím, že tam jako trošku víc je ta...

Mají tam vyšší ty důchody, mají to tam jako lepší než my tady z týhle strany?

Trošku vyšší důchody mají, to mají, ano, takže ten standard (paní mi skočila do řeči)

Protože tam byla ta moje, tý její kolegyně ta dcera, ta tam šla jako na zástup někam na chirurgii, potom ta se vrátila ta sestřička, tak ona šla potom taky dělat do tohohle toho domova. No, a tak jako měla ta paní jenom tudletu jenom tu jednu, takže se starala jenom o tu jednu paní a jako byla nějaká asi bohatá, protože se jako s ní měla dobře.

A nestarala se o ni doma?

Ne, ne, ne. Byla v domově, ale měla ji jako jenom pro sebe.

Ale to není běžné, to bylo určitě něco extra, protože jinak je to víceméně tak jako tady.

Tak to asi byla nějaká, no...

Že měla víc peněz, tak si třeba platila nějaké služby.

Tak, tak. No, a to říkala, že tam byl nějaký ten doktor taky, ten si ji taky zamiloval, ona byla hrozně hezká holka teda. A on si myslel, že ona si ho vezme, dělal si takovej nárok na ni. Ale ona mu říkala, že má doma tady chlapce, no, tak jí nějaký dárky dal. A pak když jako přijel za ní ten chlapec, tak byl naštvanej, všechno, co jí dal, všechno chtěl vrátit. A ona říkala: „No, on si myslel, oni měli hospodářství veliký, tak si myslel, že já tam budu pracovat, no to zrovna.“ Ona tady měla inženýra nějakýho, on si myslel, že ona jako bude ráda, když si ji ten doktor vezme. No, tak říkala, že potom jako byl na ni takovej ošklivej

Zlý...

A všechno, co jí... Říkala: „Vždyť já jsem to snadno vrátila, vždyť já jsem to ani od něj nechtěla.“ Jako si dělal nárok, prostě si myslel, ona že Češka, že bude ráda.

Ano, že ona před ním padne na kolena.

Ona byla hrozně šikovná. Tak jako zase to jako říkala, že tady v tej nemocnici, co všechno musejí umět, tam že dělají jenom jednu tu věc, třeba když byla na tej chirurgii, tak že měli jen to jedno a žádný to druhý a ona říkala: „Já jsem tam skočila,“ říkala, „On jim tam nešel nějaký ten přístroj, skočila, spravila, oni na ni koukali: Ty to umíš?“ Ona říkala: „My musíme umět všechno.“

Jistě.

Oni se divili, říkali. My musíme tady zaskakovat, my musíme umět všechno. Takže tam byla jako potom, jako koukali, co všechno tady musejí, říkali, no tak měli Čechy, Češky rádi, protože byli šikovní.

Já jsem se tam také tak dostala. To je pravda. Paní ... já Vám opravdu moc děkuji, že jste si na mě udělala čas.

Nemáte zač.

Mám, mám.

Nemáte, budu čekat, v jedenáct mi přijede ta vnučka támhle s těma klukama. Ty jsou už velký, tomu už jednomu bude příští rok deset a tenhle ten druhý malej, jsou mu čtyry roky. To ještě byli malí. No, mají prázdniny dneska, pondělí, úterý.

Aha, tak to ani nevím, protože vlastně je výročí.

Takže ona přijela, přijela za rodičema.

To je hezké.

No tak...

Tak my se tady určitě budeme vídat, protože já tady zase strávím pár dní příští týden, mám tady nějakou přednášku v domově, takže možná se taky uvidíme, když budete mít chvíli čas.

Pro nás všechny? Tak to půjdeme, to víte, že jo. To ona nám řekne Alena.

Určitě, a mnohokrát Vám děkuji a s dovolením bych potom, až budu mít všechno hotové, až budu mít výsledek, já doufám, že pozitivní, tak Vám přijdu říct, jak to dopadlo, jak jsem uspěla.

Půjdete za paní Annou?

Půjdu za paní Annou.

No, to je fajn ženská, to je nezmarná paní taková taky.

Dojdu pro Alenu, aby mě tam došla přestavit, protože předtím tam u paní něco dělaly sestřičky.

Ona má nějakou ránuj, oni jí to čistějí. A měla taky jeden čas nějakou tu nákazu. Ta bakterie nějaká.

To vůbec nevím.

Takže nemohla vůbec chodit ven.

A teď už může?

Jo.

Tak to je skvělé.

Teď už je zdravá, teď už jo. No...

Tak Vám ještě jednou mnohokrát děkuji.

Nemáte za co.

Mám! Mám.

Aspoň jste se tu se mnou zasmála.

Krásně jsme si prodloužily život, že... To je úžasné.

Sranda no.

Příloha IX Přepis rozhovoru s paní Danou

Dana, 90 let

Je to právě o životě, já Vám to hned vysvětlím, o čem vlastně. Tak, jestli to mohu zaznamenat. Já jsem studovala teologickou fakultu, pedagogiku volného času, a ve své diplomové práci mě zajímaly lidské potřeby. A zajímalo mě to, jak se vlastně stáří, když člověk zastárne, jestli se ty lidské potřeby nějakým způsobem mění. Protože různí lidé vyzkoumali, že potřeby jsou takové nebo takové.

Seberealizace, hodnoty

Vyvíjí se hodně, ale... co se všechno stalo, že jsem třeba byt prodala, nedala peníze našim... zase takhle, prostě v tý rodině, to je pro mě to zásadní: zdraví a mít se rádi celá rodina.

Aha, tak to je skvělé a mě právě velice zajímá, jak se potřeby u seniorů mění a co je pro ně důležité, ano.

Být spokojená s rodinou, pro mě.

Takže rodina je to úplně nejdůležitější?

Měla jsem jenom jednu dceru, já byla jedináček, můj manžel taky jedináček, takže jsem jako neměla takhle, měla jsem dvě sestřenice až v Duchcově, jedna o rok mladší, jedna o tři roky starší, a obě dvě umřely dost brzo. Tak jsem taková jako odkázaná jako na tu moji rodinu od dcery. Už mám vnučku a už mám pravnouče. Teďka od září.

Támhle to miminko?

Ano, ano.

Jak se jmenuje?

Matouš, Matouš.

Ten je krásný.

Matoušek. A to jsou, tam je maminka s tatínkem. A já jsem s ním taky, támhle.

Můžu se podívat?

To je moje dcera tahleta prostřední, takže to je jeho babička a my jsme dvě prababičky.

To je nádherné.

To jsou jeho rodiče teda, to je moje vnučka, to je její manžel, to je kantor. To jsem já tam.

Krásné fotografie máte.

A tadydle je moje dcera.

Ano.

A můj zeť, tak to jsem šťastná, že jako jsou spolu už přes čtyřicet roků.

To je nádherné.

Já říkám, na to mě hrozně... A tohleto je celá moje rodina. To je moje vnučka, to můj vnuk, to je moje dcera, to jsme my dvě babičky. Tamhle mám dceru. Ta má vysokou, vnuk má taky vysokou, inženýr, ona je zdravotní sestra s vysokou školou. Tamhle jsem já s rodiči. Když jsem byla malá, pak když jsem byla velká, už jsem chodila, to je můj tatínek, to byl policajt. U policie byl a pak, to bych povídala o sobě vlastně.

Povídejte, to je krásné, takovýchle krásné fotografie, vzpomínky, okolo sebe nejbližší.

Jak jsem pracovala na okresním národním výboru, jeden den jsem byla vyhodnocena jako nejlepší, a říkám pravdu, jako nejlepší pracovnice sociálního odboru, já mám střední školu sociálně právní a byla jsem vyhodnocena a dostala jsem odměnu sedm set korun. Najednou mě zavolali k předsedovi ONV, tam seděli nějaký mladí muži, já jsem dneska mi něco do hlavy vjelo, říkám ježíš, no, bylo mě řečeno, že nemůžu na okresním národním výboru pracovat. Já jsem říkala: „Jak to? Vždyť jsem byla vyhodnocena jako nejlepší pracovnice a dostala jsem tu odměnu.“ Voni mně řekli: „My si Vaší práce vážíme, a proto jsme Vám našli i dobré místo.“ Našli mně opravdu výborný místo na

traktorové stanici, tenkrát ty traktorový stanice byly tak na výši, jenže jsem tam dělala sekretářku řiditele, já sociální pracovnice. No, tak...

Uhm...

Zase když jako mně manžel zemřel v tom i můj řiditel byl mu taky na pohřbu a všechno v pohodě, ale nakonec jsem, když v tom, když z těchletých důvodů, že byl můj otec... byl za první republiky u police, tak nemůžu bejt na národním výboru.

To je strašné.

To jsem všechno zažila

To je opravdu, to bolí, prostě ta...

Neříkám, já jedináček, rodiče už jsem neměla a manžel zemřel a mně zůstala desetiletá dcera, o kterou jsem se musela, jsem se postarala, až prostě na vysokou školu jsem to dotáhla.

Jste úžasná, to je úžasný život, to je...

Musela sem...

To před Vámi smekám.

No, ne, to jenom říkám, že jako, todleto na mě hlavě, ale abych něco věděla, nějaký támhle... támhle... pojištění a tamhle todle, to já vůbec jako nemůžu.

To vůbec, o tom to vůbec není. Já jsem si připravila takových několik otázek, a pokud by to šlo, tak bych...

Už budu poslouchat.

Ne, ne.

Ticho

Ne, vůbec, ne, ne, povídejte, povídejte, co nejvíc můžete.

Tak se ptejte.

Jídlo, pití, zaopatření

Mě by nejdřív zajímalo takové to jednoduché, základní. Jak se tady cítíte? Jak vnímáte tento domov? Jste tu dobře zaopatřená? Cítíte se tu dobře?

Cítím se tu jako většinou, většinou teda můžu říct, dobře a vůbec jako bych nechtěla třeba žít u dcery. Chodí za mnou sem, všichni sem za mnou chodí, i vnučka s mým pravnoučetem přijde s kočárem, takové ty teďka veliký kočáry, tak všechno, o čem jsem to mluvila...

O tom, že byste nechtěla bydlet u dcery

Ale jako tam, když jsem jednou byla na dvouložkovým pokoji a ta žena tam, ona už měla takový – nesrozumitelné – tak jako křičela, že chce domů a že tady nebude a todle. A já si jako vždycky říkám, no to bych nechtěla, protože stane se, že potřebuju třeba někdy postavit, nebo něco, to by, aby stále... aby ke mně... někdo musel chodit anebo teďka, teďka mají domek tady v Suchém Vrbně, tam mám pokojíček jako, ale do schodů vůbec nemůžu, tak tam, do schodů vůbec ne, tak to mě dcera, když jsem tam byla třeba na ten svá... na ty narozeniny, tak musí mě po schodech dolů snýst do obýváku, deku a polštář a všechno, tak chtěla, abych já tam u nich existovala.

Ano?

Všechno v pohodě, to kdyby tady todleto nebylo, tak bych tam musela být, to já vím, že by jako dcera všechno to, ale abych někoho přitahovala k sobě, když tady mohu být, mám, беру důchod, tak tady to jde na to ten... všechno v pohodě.

Takže jste spokojená?

Naši sem chodí, teďka jak mně bylo těch devadesát, tak mě tam domů vezli, oslavili jsme to, pak mě zas přivezli sem, tamhle jsem dostala sklenici s devadesátkou

Krásná.

No, a to, těch, to blahopřání, to jsem dostala tady od personálu...

To je nádherné, mohu se taky přidat? To je požehnaný věk, jestli Vám mohu poblahopřát?

No, děkuju mockrát, je to, já jenom říkám, já teda jsem, já Vám to řeknu, jestli Vás to zajímá nebo ne, já jsem teda jako věřící, jako jo, jsem z československý církve husitské, všechno, ale, ale prostě jako, co jsem chtěla říct... jenom se jako bojím, abych třeba nezůstala ležet, říkám, ať jsem tady jak to půjde dlouho, ale kdybych měla zůstat ležet, tak budu prosit o to, abych honem šla... teda nahoru... Když to už tady dole...

Spiritualita, víra

To máte symbol Vaší církve, ten kalich, že?

Ano, ano. Věřím v boha, který je jako věčná pravda a láska je tvůrcem všeho. Věřím v Ježíše Krista, syna božího světlo světla, život ze života, jenž od otce přišel, životem svým zlo světa i smrti přemohl, aby nám získal království boží.

To je krásné.

To je...

Pomáhá Vám víra v životě?

Ano, ano, pomáhá třeba v tom, že prostě už jenom říkám, nejsem nějaká abych byla úplně zmatená z toho, to ne zase, to už jsem taky přece jenom modernější člověk, ale prostě jako... je to večer, když jdu třeba ležet, jo, tak takovej ten... „Pane bože, jenom ať je všechno v pořádku“, poprosím tak normálně.

To je hezké, že se člověk musí podle mě jako...

No, tak v rodině, ne, v rodině s rodiči každou sobotu a neděli, teda každou neděli do kostela, každé svátek do kostela, ty mše ty československý církve. Teďka tady jsem dostala dopis od jedny zase paní, a to je vdova po faráři, po tom panu faráři, tak jsem jí teďka napsala dopis, musím si zjistit, jestli už ho poslali, no, takhle žiju, abyste věděla.

To je krásné, protože to je právě to, čím se právě zaobírám v těch lidských potřebách, jestli člověku víra nějakým způsobem pomáhá v tom, aby tu situaci zvládl...

Jistě.

Podle mě, když člověk má nějakého spojence, v uvozovkách, takže prostě...

Nechtěla bych to brát úplně tak, jako někdo teda bere, že jo, to, tohle tohle...

Ne, chápu. Ale když potřebuje, tak se máte na koho obrátit, někdo prostě... (paní mi skočila do řeči)

A hlavně u toho je vzpomínka na ty rodiče, že jsem s nima chodila, že tohle...

Že jste to dělali společně.

Chodila jsem, taky jsem zpívala ve sboru v kostele a moje maminka ta zpívala nádhernej druhej hlas, to bylo slyšet. Tak, no tak...

Ano.

Pak jsem chodila zpívat jako dítě do dětských Otakara ve Vysokém Mýtě, do sboru dětskýho Otakara, né Otakárka, a pak jsem chodila do velkýho Otakara zpívat. Do té doby, než jsem se dostala sem.

A Vy jste žila, Vy jste původem z Vysokého Mýta? To je dost daleko.

Já jsem se narodila v Praze, od čtyř roků s rodiči ve Vysokém Mýtě, tam mám rodiče teda – nesrozumitelné – ve Vysokém Mýtě. No a pak jsem si vzala manžela... a to byl, tu byl jako u vojska oficír, tak tím už jako sem tam jsem do toho města...v těch dvou městech.

Jistě, takový kočovný život, trošku.

No, no, no. No, ale bylo zoufalý, že manželovi bylo čtyřicet pět roků, čtyři dny hrozně kašlal, já jsem říkala, to dělal už na okrese, já jsem říkala: „Nechod' do kanceláře, budou tam lidi tebe čekat.“ On dělal bytovou oblast. Já říkám: „Nechod' tam.“ Tak šel k doktorovi a pak mně volal v poledne a říkal: „Mně je špatně, mně je tak zle.“ Já

říkám: „No uznal tě doktor?“ Ne, ne, ne, ne, ne. Že pak jedna paní říkala, no byly otevřeny dveře a doktor mu řekl: „No, jestli chcete, já vás vyšetřím.“ Tak ho vyšetřil, poslal ho do práce a manžel byl ve dvě hodiny mrtvej.

To je strašné.

Ted'ka zrovna v televizi dneska, dneska bylo o mozkové mrtvici, vyprávěli, tak to měl manžel, čtyřicet pět roků, a já zůstala úplně sama s desetiletým dítětem, s dcerou.

To muselo být těžké.

Bylo to, bylo, to víte. Ale zase říkám, na tý traktorový stanici ten řiditel, že jsem mu dělala tu sekretářku... tak zas to bylo tak jako dobrý, že přivezli mě i, já jsem říkala jako řiditelovi, že si musím jet do... pro tu pro tu...

Urnu?

Urnu do Budějovic, ne. On říkal: „Ne, ne, ne, já tam pošlu inženýra – nesrozumitelně– mi to přivezli, takže už bylo vidět, že... (paní nemůže najít slova)

Že Vás tam berou a že jsou k Vám ohleduplní.

A tady jsem, tady jsem ted'ka bydlela, jak jsem s tou hlavou byla v tý nemocnici, a to tenkrát jsem dělala sekretářku ředitele a, co jsem chtěla říct, a taky tam měl takhle jako gauč nějaký v tý kanceláři a všechno, já tam u něho stála a najednou prásk na zem a on mě chytil a odnes mě z tý země, z tý země mě odnes na ten gauč. Tak jsem říkala, sekretářky mají rádi. Jak to vyprávějí všech filmech, že jo, ale to vůbec, ne, ne, jsem byla paní.

Ano.

Tak jsem Vám toho řekla... už jste z toho mrtvá!

Láska, pocity, společenství

Vůbec ne, mě by jenom zajímalo, jaký máte pocit, jak Vás vnímá společnost?

Která společnost? Tady myslíte?

Všichni lidé, vlastně, společnost v Čechách. Když někam jedete, jestli se k Vám chovají uctivě?

Já nikam nejezdím.

Nikam nejezdíte.

Rodinu mám teda úplně v pořádku, to vůbec, to nemůžu říct slovo. Říkám, chodí sem a všechno, no. A jinak já nevím, no tady jako...

Jak se chovají sestřičky? Jsou milé, hodné? Ohleduplné, zdvořilé, nebo ne? Nebo jsou zlé, nepřijemné?

Ne, je to všechno v pohodě, ale najednou, když taky... dovedou, najednou některá jako... ale stane se to někdy, mně to jako do hlavy vlez, ale málokdy prakticky jako, jsou tady kolem mě... to nemůžu jako si stěžovat, už nějak, abych nedostala nějaké jídlo nebo abych nedostala tohle nebo naopak ne, mám všeho dost.

A když se podíváte na svůj život zpátky, je něco, co byste změnila, nebo udělala jinak? Nebo byste zase udělala všechno stejně, jak to bylo?

Ve svém životě, já nevím... no, třeba moje maminka, ta na mě byla tak závislá, že nechtěla, abych se vdávala.

Ano?

Ne, prostě vona na mě tak visela, že do pětadvaceti, než jsem se vdala, tak mě chodila každou noc přikrejšvat. Když jsem šla spát, tak maminka šla se mnou a vždycky mě přikryla a nechtěla, abych se vdávala, ne. A já jsem jako dlouho taky nevěděla, co tak, jako jsem, něco bylo, že ona nechce, a pak teda jsem řekla, že jo, ne. A s manželem jsme byli jako domluvený, že teda půjde v uniformě na to... a měli jsme i v kostele potom sňatek. A moje maminka říkala: „Kdepak v uniformě, musí mít černý šaty.“ Tak opravdu jsme nechali šít černý šaty.

To je hezké.

Tak mám vzpomínky. Tak už se ptejte Vy, já už nebudu kecat.

Povídejte, já si to z toho všechno vytáhnu, to je úplně v pořádku. A můžete dobře spát? Spíte dobře v domově nebo teď tady?

Tady? No spím hlavně, když dostanu na spaní...

Léky?

Ta paní vedle taky dostává, jenže já mám prostě veliký potíže, že neustále chodím na malou stranu. Beru na to i nějaký léky a je to úplně zoufalý. Teď, než jste přišla... taky honem, a než ven, tak jdu a za chvíli už zase musím jít. Je to strašný, to je hrozná věc. Tady mám léky... takovýdle veliký tablety a potom, potom ještě další věci.

Tak to je nepříjemné, to je jasné, že to člověk hrozně omezuje.

A teďka ty křečové žíly a tady to... věčně všechno jako, aby se neotevřelo, to musím mazat, je to úplně hrůza... no tak, no.

A máte také bolesti?

No, ty nohy bolí. A v noci někdy taky úplně ty paty, to mě najednou začnou takhle lítat nohy a ty paty si vodřený, to víte, no, staroba, staroba a stoupáte... když mě bylo dvacet roků, tak mě tady poprvé vzala páteř, a to tak že úplně... to byly, to byla doba, kdy byly ty kulaci, ty sedláci, prostě, vyhnáni z těch statků, no, a já dělala na okresním národním výboru, no, a dostali jsme taky jeden statek a tam jsme chodili dělat, ne, a já jsem chytla na půdě snop a hodila jsem ho ekonomovi z okresu, doktor práv to byl, ekonom, a já mu hodila ten snop a tam jsem se svezla a už jsem vůbec... tak mě vodvezli a od té doby už jsem s páteří po nemocnicích, no jo.

Něco jste si způsobila.

Máte hezký vlásky.

Děkuju. (smích)

Já jsem taky chodila, taky jsem měla černý vlasy kdysi ještě, já byla šedivá, ve třiceti jsem vedla do první třídy... jsem vedla dcerku...že ji povedu do první třídy a jedna sousedka paní taková, ta byla asi o tři roky starší než já, a říkala: „Takhle šedivá ji povedete do první třídy?! Takhle šedivá, to vám nebude hanba?“ Tak jsem potom jsem ji šedivou zavedla a pak jsem se nechala barvit na černo.

Já to také nechávám barvit, také je to barva.

No, no, no.

Taky mám vlasy úplně šedivé.

Hezký to máte, hezký to máte.

(Smích) *Děkuji. Když je to světlejší, já bych to nechala na hnědou, ale hnědá u těch kořínků rychleji odrůstá a pak je to šedivé a vypadá to strašně. Tak si říkám...*

Já mám tady takovouhle krabici samých fotek, krabici vod bot.

Soukromí, bezpečí

Můžu se zeptat, máte tady soukromí? Je tady brán ohled na Vaše soukromí? Můžete... Když někdo přijde, tak zaklepe? Nebo sem vrazí jako v nemocnici?

Ne, ne, ne, ne, ne, klepou, všichni. Ať přinesou jídlo, chudáci, nebo něco. No, taky třeba maj proti mně nějaký, něco se jim nelíbí, to je samozřejmé, to já vím, že jo, ale jako nějakou... třeba já nevím taky tady, tuhle jsem tady, jak mám támhle ty hrnečky dva, jo, tenhle ten jeden tady mám na pití a tohleto mně teďka přinesli vodpoledne, nevím proč, jako na pití. A pak tady uviděli jednou hrneček taky a tady se jedna do mě docela dala: jak to, že potom nemaj pro lidi hrnečky, jak to, že tu mám dva... no tak jsem z to byla – nesrozumitelné –

To věřím, to je nepříjemné.

Jinak takhle všechno v pohodě. Nemůžu si, no. To víte já právě že jsem zvyklá, že jsou se mnou za dobře, tak potom když náhodou se malinko... tak už jako mě to tak jako jenom ten zvuk jako...

Bolí?

Něco mně to připomene. Ne, že bych se z toho zhroutila, ale... Tak se ptejte.

Já se ptám celou dobu. (smích) Cítíte se někdy sama? Máte někdy pocit, že jste osamocená?

Ne

Ne?

Já prostě čekám, teda mně sem chodí jako rodina na návštěvu, hlavně teda dcera, že jo, teďka mám už zase, že dneska je...

Pondělí.

Pondělí, tak ve středu nebo mám tam zase... zejtra je koupání, to dcera sem chodí, třeba taky přijde v půl šestý večer a já zas tady vždycky, když mám něco dobrýho, nějakou paštiku nebo něco, tak jí tady dám večeri, říkám, než půjdeš zase, než dojdeš domů, ne, tady do Suchýho – nesrozumitelné – nebo jí to dám domů něco, ne, říkám, salám většinou, ne, říkám, dej Svat'ovi, jako zeťovi, salám. No, tak všelijak... to je prostě v rodině.

Ano, to určitě. Ale mně jde spíš o to, jestli máte někdy pocit, že jste sama, nebo jestli pořád máte tady nějaké věci.

No a támhle ty kytičky

To je krásná barva.

A fialovou mám někde, kde, tamhle, ještě. Tak to je zase vod tý druhý babičky, vod tý tchýně mojí dcery, jak jsme spolu, tak to je dobrý, že prostě s druhou babičkou jsme dvě prababičky.

A že máte dobré vztahy, to je hezké, že ty vztahy fungují.

Tady jsem s rodiči.

A ta barva těch růží.

Támhle mám manžela mého...

Ano.

Mladej starší, čtyřicet pět roků mu bylo.

To je opravdu velice brzy.

Dobře vypadající člověk a najednou...

Naprosto v pořádku.

A já zůstala sama a...

To muselo být hrozně těžké.

A pěkněj byt jsme měli... zase vod podniku... tý traktorový stanice, všechno tam, sami jenom, devět bytů tam bylo, tak moc pěkněj byt. Tak jsem ho potom prodala a našim jsem dala peníze a koupili vnučce byt.

A tam jste pak mohla zůstat sama, když manžel zemřel? Tam Vás nechali, v tom bytě?

No, moh... Jo, jo, jo, byla bych tam sama, ale prostě... chodili ke mně devět roků pečovatelky, dvě nebo tři pečovatelky, devět roků, a to než přišly, tak jsem měla takový, já jsem si taky dělala koberečky sama, pletla, háčkovala kdysi, tak jsem než přišly tak jsem se snažila to z balkonu vyklepat trošku a oni, to víte, vytřely a vyluxovaly a dvakrát do roka umyly okna a nosily mně z nemocnice obědy, no a devět roků tak ke mně chodily, no a potom, potom dcera jednou, potom podruhý vnučka, přijely až tady vodsud' do Prachatic mě vykoupat. Měla jsem tam koupelnu, všechno. A to jsem teda viděla, že je úplně nemožný. Třeba taky vnučka jednou přijela, všechno v pohodě, já ji šla vyprovodit ven k autu a došla jsem nahoru na pokoj a měla takovýdle nohy

najednou. Tak jsem říkala, ne, no, a dcera ta všechno abych tady, tady, byla jsem v tom, nevím, jak se jmenuje... tři měsíce a dcera to prostě tady...

Vám to domluvila, zařídila, tak je to kousek.

No, chodí sem pěšky.

Protože přes město, než by tam dojela, tak to je...

Taky tam to bylo úplně jinačí zase, v tu dobu, říkám, dneska už to tam je třeba jiné, ale když jsem pak přišla sem, tak jsem tady obdivovala vaření, to jídlo. A tam to bylo v tu dobu, deska už třeba vaření... všechno je pryč.

Ano.

Všechno pryč, no.

A jak jste tu dlouho, jestli se můžu zeptat?

Ježíšmarja, jak jsem tady dlouho? Asi druhý rok, nebo tak rok a půl, tři čtvrtě.

Zvykla jste si rychle na ten domov tady?

Tady jo.

Ano?

Jo, беру to, jak to je. Hlavně taková spokojenost... mý dcery a vnučky, že takhle můžou přijít.

Že to mají kousek.

Takhle, jo, nebo vnučka jezdí autem taky, ne, zeťák teda taky, když jako u nich jsem měla ty narozeniny... tak se to tam slavilo, stůl velikej plnej všeho...

To je krásné, když rodina drží pohromadě.

A já zase když mám jako, jak mě dávají část toho důchodu, tak zase jim to dám... dceři to dám, říkám, na tohle teďka... ale vona se mně se postarala tady o ty devadesátiny, jsem jí napsala, co chci sem koupit jako a vona to všechno zajistili, ne, peníze dostane vode mě, ty mám tady přichystaný, tak takhle to...

To je hezké.

To je rodina.

Samostatnost, nezávislost

Můžete o sobě rozhodovat sama?

Jak jako rozhodovat?

Cokoliv... můžete o sobě rozhodovat sama, můžete si říct, co chcete dělat?

Tady jako... No, to asi nemůžu jako tak, to jsem...

Že například řeknete, dneska prostě chci dělat tohle...

Kreativita, smysl, sebeuvědomění

Když přijde ta jedna pracovnice, Jiřina, ta v tom růžovém, tak cvičíme tady, tak to chodím cvičit, tady sedíme, když je potom cvičení dole, tak jdu taky. Ne, že bych byla nějaká to, ale prostě i jim dělám tu radost, že tam mají prostě... personálu, že s nima chodím, tak chodím, ale tam ty nohy jako cvičím a takhle, no... To víte. Účastním se všeho.

To je skvělé. A čeho všeho se účastníte?

No cvičení, potom tam ta jedna pracovnice to je taky taková už moje známá, tam vede takový jako rozjímaní, sezení takový, jako rozjímaní, takovej dle se mluví o tomhle o tomhle, třeba vzpomínky na dětství nebo vzpomínky tohle to, tam se... ty ženy tam, každá si tam něco řekne svého.

To je hezké.

To je takový všeobecný

A trénování paměti? Také ještě chodíte trénovat hlavu?

No, chodím, ale to už teďka nějak delší čas jako...

Nebylo.

No, nevěděla jsem, ale chodila jsem hodně... takový to moravský město a tamhleto město.

Ano? Většinou to člověka nutí přemýšlet a být aktivní, vlastně pořád něco dělat pro své tělo i pro svoji hlavu. Chodíte někam ven?

Chodím ven.

Chodíte?

Chodím, mám teda tedy všechno, boty. No, ale tydlety jak je ten velikej vítr, to nemůžu. Ale chodím ven, chodím tady si taky, když je sluníčko, tak už jsem venku, na lavici si sednu, nebo jdu až tam k tomu, jak je tam ten, ten... (paní si nemůže vzpomenout)

Takhle dolů, jak se tam jde trošku na stranu?

Na tu, na tu.

Já tomu říkám krb, já nevím, co tam je přesně, ale vím, že tam chodí si sednout, že tam je takové hezké místo na sezení.

A tam je vodotrysk

Aha, vodotrysk.

Malej vodotrysk, k tomu se tam chodí jako sedat, když je teplíčko, tak tam. Tak tam jako seděj ženský, se bavíme všichni, když některá todle, todle. Ale jinak chodívám nejradši tadydle hnedka venku vyjdu a tam na lavici si sednout.

To je hezky opravené.

A taky si беру s sebou, já беру noviny každou sobotu, to jsem tady jediná, Právo, že potom mám z toho ten vnitřek, že mám co číst.

Estetika

Takže čtete časopisy a noviny?

No, no, no.

A ještě se zajímáte o nějakou jinou kulturu?

Jenže nemám, čtu si teda... ale nemám brýle na blízko a už jako jsem byla tady u očního lékaře, ale řekl, že se už jako na blízko nedá nic zvýšit jako, tak ani brejle na blízko nemám.

Nemáte.

Ale čtu jako si. Tak co Vás ještě zajímá?

Ještě by mě zajímalo, jestli byste šla na nějaký koncert nebo na nějaké výstavy nebo...

No, na koncerty tady?

Ano.

No, tady, když je koncert, tak už personál to ví, do první řady!

Ano? Tak to je skvělé.

Jdu tam třeba o půl hodiny dřív

(smích) *To je hezké, takže se zajímáte o kulturu a o dění*

Tady jeden pán taky hezky zpívá, ale jako s ním ta, jednou jsme se tam jako to a úplně ty muzikanti na nás koukali, poněvadž on tak hezky zpíval, já taky teda. Tak takhle tady žijeme. Na koncerty chodím na všechny.

To je hezké. A výstavy nějaké nebo setkání, co tady máte v domově, toho se taky účastníte?

Výstavy?

Nebo na švestkové trhy?

Ne, ne, nejezdím.

Nejezdíte do města.

Já auto jako zrovna ráda nemám.

Nemáte, aha.

Abych někde chodila koukat na tohle nebo kupovat tohle...

Ne.

Někde nějaký jeden nebo dva schody, jak jdu, někdo by mě musel tahat, ne, ne, ne.

Ne.

Od toho mám dceru, že mě, když něco bych chtěla, tady taky ovoce ještě mám tady...Potřebuju tam dovízt a tak.

Takže nepotřebujete. A nemáte tu potřebu prostě někam jezdit.

Já Vám dám jedno, počkejte, co tam mám...

Vůbec nic mi nedávejte, děkuji, vůbec nic.

Podívejte se, tadleta vypadá, že je pěkná.

Opravdu ne, jste moc hodná, ale víte, já mám...

Mám tam ještě jednu.

Já mám totiž, víte, co já mám, já mám totiž malou zahradu a na té mám obrovský ořech.

Počkejte, já Vám pomůžu zpátky.

Dobrý, už...

Mám tam obrovský ořech a já ořechy nesmím. Takže já sbírám ořechy a pak je rozdávám.

Proč nesmíte ořechy?

Protože mám na ně alergii.

Jo?

Ano.

Naši mají, naši mají zahradu v Radosticích, velikou, chalupu tam mají krásnou. Von zeť umí všechno udělat, teďka dával nový tašky úplně na střechu na tu velikou chalupu mají. A pak mají ještě chatičku v tom jednom městečku a takže tam mají taky na tý velký zahradě, jak to říkáte Vy, od ovoce, jeden rok nebylo, předloni někdy.

A loni nebylo taky.

Ale letos už jako těch jablíček všeho.

A právě proto mám tam ještě dvě velké jabloně, takže já mám letos tolik ovoce, že vůbec nevím, co s tím. A tím, že vlastně ořechy nejím, mám i lískové ořechy, které také nemohu jíst, takže já mám sice nasbíráno strašně moc, ale všechno to rozdávám, takže jste moc hodná, ale já jsem letos oopravdu zaopatřená.

A že nemůžete, no to, to mě, to je hrozný.

Jsou horší věci, to je maličkost.

No, musíte bejt na sebe opatrná.

To je maličkost.

To víte, že jo. Máte dětičky?

Bohužel, neměla jsem to štěstí.

To víte... no, já měla taky tu dceru jednu.

Ano.

No jo no, každej má svůj život.

Určitě, každý má.

Já říkám, měla jsem z Vás opravdu strach!

To mě mrzí.

No, já myslela, že se budete ptát na nějaký pojišťovny a tohle to, mám takový ty...

Ne, ne, to vůbec ne.

O to se nestarám, jedině moje rodina mě zajímá... a republika.

Ano?

Já vopravdu... na tu republiku, když hrajou hymnu, tak já vlastně... já začnu plakat, slzy mě do vočí a když vidím... támhle v těch státech někde se perou... ty Rusáci ještě a támhle ty s tímhle a todleto, tak říkám, vopravdu se modlím za tu republiku, aby byli všichni lidi v klidu, to je důležitý.

Abychom to tady měli v bezpečí.

To je hlavní.

A měli jsme se rádi. Nějaký způsobem spolu uměli vyjít, abychom spolu nějakým způsobem chtěli vyjít.

Když ukážou nějakou republiku a dvanáctset mrtvejch, tak to říkám, to je...

To je hrůza. To je pravda.

Tak se ještě zeptejte, co chcete.

Je brán ohled na Vaše přání? Když prostě chcete něco nějak mít?

Tady myslíte? No, spíš teďka dcera jako zase přišla za nima, jestli by mně pomohli stlát postel. Poněvadž já jsem si doted' stlala postel a jak jsem potom já potom úrazu. Víte, jak jsem Vám říkala, že jsem měla úraz... hroznej!

To jste mi neříkala.

Ne?

Ne.

Já byla v nemocnici teďka dlouho, mě vodvezli. Tadydle jsem seděla...

Ano?

A tady jsem měla tydlety bačkorky postavený a já jsem takhle se z toho, z tý postele, jsem se takhle vohnula tadydle a chtěla jsem si je dát pěkně vedle sebe a představte si, já jsem takhle přelítla, ale takhle úplně tadydle na hlavu. Takhle úplně rozbitou hlavu... Děkuju mockrát, kalhotky tady mám, kdybyste chtěla, tak je půjčím. (smích)

Zatím ne, děkuju. (smích)

To jsou ty velký kalhoty takový a mě to tadydle dře.

To není úplně příjemné, ano.

Ne, no, vložky teda musím no, vložku. Tak co eště?

Ještě jste teď povídala o tom, jak jste spadla, jak jste musela do nemocnice.

No, no, no. A takhle slítla tady, takhle... takhle jenom jsem byla, ale úplně jsem takhle... a tady jsem, to je pravda, to by Vám potvrdili, takhle tady byla, takhle tady byli, krev na zemi. Úplně takhle. No, tak mě odvezli do nemocnice hnedka. No, a měla jsem to tadydle takhle úplně jako když, takhle jako když bych si dala ruku, tak tohldleto jsem to měla takhle rozsekaný. A to mně tekla krev úplně, to bylo po zemi, všude, tak do nemocnice. No, a tam jako ty doktoři jako mě vyšetřili a to, no snad se mě jako v tý hlavě ve vnitřku ne to, ale úplně jsem byla rozervaná, tadydle todle. A potom ta jedna přišla... přišla ta jedna pracovnice, jestli to byla sestra nebo to, a říkala, že mě vostřihá vlasy a že mně umeje hlavu, a todle, tak mně vostřihala vlasy, hlavu umyla a potom něco tahle se jí asi nelíbilo, tak něčím takhle něco odpíchla, tadydle mi tekla krev. Ještě tady mám malinkej, ale přijela jsem takhle ještě, úplně změkly kouličky a tady mně to otevřela, to sem měla...

A jak jste tam byla dlouho? To jste tam musela ležet?

Nebyla jsem tam tak dlouho.

Nebo Vás zase vzali hned zpátky? Nevíte...

Čtrnáct dní možná.

To je dlouho.

Nevím, to nevím, to bych lhala, to bych musela lhát...

Takže jste měla nějaký otřes mozku?

No prostě, což otřes mozku, ale, to víte, hrůzu z toho, co bude dál, že jo, když tohle všechno, strupy, to... to víte... A říkám, včera nebo předevcírem jsem si tadydle dva, dvě bouličky měkký... a už to mám jako suchý teďka.

Ano.

Tak aby se to nevotevřelo, musím bejt opatrná, je to dobrý. Tady mám, musím to vyhodit – nesrozumitelné – taky to takhle vypadalo.

Aha. Takže dcera Vám zařídila, aby Vám teď stlali postel?

A dcera teďka jako tam byla, ale, no... poprosit teda... nevím, jestli jako byli pro, to nevím, ale já jsem je potom poprosila tuhle, já si to jenom kdyby jako mně pomohli tu deku, ne, tu deku, tamhle tu, co je ukrytá a tohleto já si dělám sama. Jenom kdyby mně pomohli jako to... a teďka už jsem si to zase tudle strčila sama.

Ano.

Ale dcera jako je proti tomu, že jako by chtěla, aby jí to stlali. Nic jim neříkejte.

Ne, ne, to vůbec, to je všechno jenom mezi námi.

To je jejich věc, já jim to, no, a tak jsem tady jedna, tak jsem jí říkala, jestli by byla tak hodná jenom mně to strčila. Todle už si dělám sama, to jenom aby to trošku vypadalo, tak si s tím hraju. Je to všechno v pohodě. Nejhorší teda si to tak, teda sama si to dělám taky některej den. Jenže tady vona právě, kdyby ta velká deka byla, ale vona není na žádnéj knoflík, navíc to je, to je roztažený, ale dobrý, dobrý, dobrý. Dokud to pude, tak to pude, když to potom, nedej bože, nepude vůbec, tak...

Tak prostě to není problém.

Tudle jsem tu jednu, jak se tady, tak jsem poprosila, říkám, že kdyby mně to jenom jako ten spodek popo... Ale taky ho umím teda taky sama takhle zdrchnout a...

Což, člověk to umí, ale aby si tím víc neublížil, že ano.

Právě proto. Vono mě potom, když to chci, aby to vypadalo, dá, abych to dozadu zatlačila, tadydle to je příšerný, z pod toho jsem úplně, to mám tadydle boule. No a všechno v pohodě.

Jste silná.

No, asi ne. Hlavně, aby byl klid. To víte, třeba ještě se mnou budou mít práci, že jo.

Hlavně o nic nejde, že ano, oni to mají za půl minuty, kdežto Vy to musíte řešit deset minut, než se Vám to podaří, že ano.

Co deset minut? (smích) To je třeba půl hodiny.

Půl hodiny...

Než to trošku...

Aby to vypadalo.

Aby to bylo jedním směrem.

Aby to mělo, jak se říká na vojně, aby to mělo štábní kulturu.

No jo, jo.

Je to těžké, to je pravda

To víte... Já jsem z Vás měla takovej strach.

Neříkejte?! To mě hrozně mrzí

Ne, ne, víte já myslela, jestli se nějaký... z televize... nějaký data nebo něco...

Ne, ne, to mě opravdu mrzí, to jsem vůbec nechtěla ve Vás vyvolat, takový...

No je to výborný, všechno fajn. Tak co eště? Eště se ptejte dál.

Seberealizace

Ještě by mě zajímalo, jestli máte nějaké plány. Jestli něco plánujete.

Neplánuju.

Vůbec nic? Jako třeba něco malého, třeba, já nevím, navštívit něco, někoho, někam zajít nebo něco hezkého zažít? Nemusí to být žádné velkolepé plány, jako odjet někam na

druhou stranu světa, ale jestli plánujete ještě vůbec v této životní etapě, jestli prostě je něco, co byste chtěla podniknout, zrealizovat, přečíst, napsat?

To já spíš myslím na to, jak naši to udělají s tou kremací. (smích)

(smích)

To je moje starost.

Aha.

Mýho manžela taky se starali, všechno, zeťák jako, nebo spíš z práce. Nějak to všechno – nesrozumitelné –

Takže žádné plány, že byste si chtěla vyměnit záclony třeba?

Ne, ne.

Jste se vším spokojená.

Jsem šťastná, že tu trošku hřeje ústřední topení. Jenom ta jedna pracovnice jako říká „Vy tady máte puštěný topení.“ No nebo takhle...

Proč byste ho neměla mít puštěné?

No, mně to, já taky si to vokno povotevřu, taky ho mám povotevřený trochu, aby se šel jako vzduch.

Šel čerstvý vzduch.

Ale zase teplíčko, mám tydlety kalhoty, mám tady letní, mám tady letní šaty troje a teďka tady něco zase, že už jak máme ty... náplastičky... nalepený se jménem, ne, tak to zas už jako vodvezli všechno, že budou k tomu dávat nějaký ty závitky, takový nějaký jiný značky, tak to zas tady ty šaty některý nemám.

Ano.

No jo, všechno v pohodě, no.

A máte krásný výhled.

No, ale když včera, včera tu byl vítr, že ty stromy úplně takhle. (paní mi ukazuje ohyb stromů ve větru)

Opravdu?

Lítaly, takhle úplně, až jsem je litovala, říkám. A pro nás taky, já ráda jdu ven, ale do toho větru včera, kdybych šla...

Ano ten byl velký.

Mám sice tady svetry, ježíš já mám svetrů tady, já jsem jenom pletla doma, já jsem se napletla. Na tatínka, na maminku a...

Ano?

Vzpomínám, že jsem mamince pletla, jeden čas se nosily pletený šátky takhle v zimě. Já jsem jí ty, ty jsem pletla, já jsem pletla moc

To jste šikovná, já jsem skončila u řetízku, to bylo jediné, co jsem dokázala uplést.

Já háčkovala i pletla, mám tam tu – nesrozumitelné –

To jste tedy neuvěřitelně šikovná.

No byla, byla, dneska už ne, to bylo všechno.

Tak to už jenom, že to dnes člověk už nepotřebuje, ale máte i krásný svetr na sobě, krásně barevný.

To je, to je, to je dárek od dcery jednou na Vánoce.

Ale je krásný.

Támhle jsem s ním taky na fotkách.

Má takové krásné svěží barvy.

No, no, no. No svetry, ty mám. No takhle když Vám to předvedu.

Mohu Vám nějak pomoci?

Ne, ne. Dobrý.

Ano, krásné věci.

Tamto jsem pletla, takovédle tady. No, svetrů tu mám, tadydle mám šaty ještě a vostatní mám ještě, jak říkám, ty nový značky, to budou dávat, tady mám na jaro a tady mám na zimu.

Na zimu. To už je teď dobré dát dopředu. Už teď bude chladno.

Támhle si kupuju toaletní papír.

Aha. Nedostáváte v domově?

Ne. Někdy ne. Nedostala jsem ještě. A tady mám dva župany.

Aha.

Měla bych je ve skříni, ale voni jsou tak dlouhý, že tam jsou až na zem.

Ano.

Vemte si, vemte si.

Jste opravdu moc hodná, ale nechte ji pro dceru a pro vnučku.

Ale, prosím Vás, ty mají. Tak už je to.

Tak já Vám mockrát děkuji, je krásná. Pozor.

Bylo to s Vámi milý, tak kdybyste chtěla kafičko, tak Vám ho nechám udělat.

Jste opravdu hodná, ale děkuji, už ne, už je pozdě.

To víte, že jo.

Moc Vám děkuji, že jste si na mě udělala čas.

Jste říkala, kde bydlíte?

Bydlím také v Českých Budějovicích

Taky v Budějovicích.

Ale bydlím v Nových Hodějovicích, jestli víte, kde to je.

Nevím, nevím, nevím.

Je to tady přes kopec přes Srubec. Jestli víte, kde je Srubec, tak tady se přejede přes kopec, vzdušnou čarou čtyři kilometry.

Jo? Tak to je kousek.

Kousek, a když vyjede člověk po silnici, tak je to deset minut.

Dcera sem jde tak přes dvacet minut. No, ale kopec jako blázen.

To ano. A kde bydlí v Suchém Vrbném?

Nějaká ulice, Cihelná, nebo někde tak.

Ano, Na Cihelně nebo V Cihelně, tak nějak se to jmenuje.

Že jo, že jo. A tam jsou řadový domečky naproti je stavebního podniku nebo koho velikej panelák.

Tak to nevím.

Naproti nim.

Tak to nevím, ale kde je V Cihelně, to vím

A voni tam bydlej.

Tak to je hezké místo, Suché Vrbné je hezké místo. Tak já tohle vypnu, jestli Vám to nevadí

Jak je tam kino v tom Suchém Vrbném, tak vedle parčík jako tam přes ten parčík jdou a tam už potom jsou.

Rozloučení, poděkování.

Příloha X Přepis rozhovoru s paní Annou, Česká republika

Anna, 75 let

Mockrát děkuji, ale je to opravdu jenom proto, abych to pak mohla přepsat. Ten můj rozhovor se vlastně týká lidských potřeb. Jakým způsobem se potřeby v období senia mění, jestli vyrůstají, nebo jsou v popředí nějaké jiné, než byly doposud, jestli jsou ty potřeby stále stejné, co se mění, jestli je třeba nějaká potřeba intenzivní, nebo nějaká není intenzivní, některou už nepotřebujeme, ale k tomu bychom se dostaly v průběhu rozhovoru.

Ano.

Jídlo, pití, spánek

Sestavila jsem rozhovor, udělala jsem okruh otázek, nebo osmi bloků otázek, a vycházela jsem při tom z hierarchie potřeb Abrahama Maslowa, ten je známý, používá se to hodně v psychologii, sociologii, v managementu, pak ještě jsem to spojila s jedním chilským ekonomem, který se také zabýval potřebami a přistoupil k nim zase z úplně jiného konce, a jmenuje se pan Manfred Max-Neef. A z toho jsem si vytvořila takových osm okruhů potřeb. Ten první okruh, ten se týká, jídla, pití a spánku. Tak bych se Vás ráda zeptala, jak spíte.

Spím dobře.

Spíte dobře, je to v pohodě?

V pohodě. Spím dlouho.

Dlouho.

Teda já jsem taková jako sova, takže jako usínám tak kolem půlnoci, buď si čtu nebo něco dělám, no, a zase potom i ráno jako tady dlouho spím. Ale když jsem teďko byla asi měsíc na chatě, tak už v pět, šest hodin, už jsem musela, abych zalejvala, zahradu.

Ano.

Kočkám divokejm dát jako, takže, ale tam jsem spala jak zabitá.

A kde máte chatu, jestli můžu zeptat?

Skalice u Tábora. A je to taková opravdu taková skautská chata, jo, jenom vobložený dřevem, voňavý, a kadibudka v dáli kousek, že jo, takže večer já jsem třeba taky seděla do půlnoci, ty kočky kolem běhaly pod pergolou, ježek vylez si pro salám. Já jsem jim tam kupovala takovej ten točenej slovenskej, takovej ten libovej.

Vy jste jim podstrojovala.

Sousedí tam omdlívali. Já jsem měla dovolenou, tak oni taky, že jo.

Ano, to chápu, samozřejmě.

Jsou vyhládlí a tohle jde. No, takže jako, tady spím teda taky dobře, no.

Nemáte s tím žádný problém.

Ne.

A jste tu dobře zaopatřená? Starají se o Vás dobře?

Já bych řekla, že až moc.

Až moc?

Že si někdy myslím, že jsem v ráji.

Opravdu? To je hezké.

Tak jako sestřičky, ty mě vyloženě rozmazlujou, ať ty zdravotní nebo normální sestřičky. Paní uklízečka je taky miloučká. A teď mám tady, já jsem tady vstala teda z toho důvodu, že jsem dostala zlatýho stafylokoka a díky tomu ty léčbě se mi odvápnily kosti a prasknul mi krček, ale nejde to... jako operovat, protože ten stafylokok by to nedovolil. Takže bych vlastně to nepřežila, takže i ty potřeby jsou teďko trochu jiný než před těma dvěma roky, že jo.

O tom to právě je... protože v seni u přicházejí určité nemoci a obtíže.

Mně by nepřišly.

Nepřišly, vůbec...

Díky jedné sestřičce, která jako špatně ošetřila kanylu a když jsem ji na to upozorňovala, že už jí prošel termín, tak to je dobrý, ještě to dáme.

A je.

A za dva dni už jsem nevěděla o životě a měsíc v umělém spánku.

Až takhle dlouho?

A právě ten zlatý stafylokok se do toho dostal a život mi skončil, tak nějak. Ten normální.

Jasně, rozumím. A kolik Vám bylo, když se to stalo?

Jsou to dva roky.

Dva roky jsou to.

Dva roky, no. Sedmdesát tři.

To je strašné.

Turistka, všechno možný.

Hudebnice.

Rodina

No, to mám jako opravdu jako pro sebe, protože... už jako šestiletá jsem jako: „Tatínku, já bych chtěla piáno, tatínku...“ Koupil mi ho, koupil.

To je hodný tatínek.

Milionovej byl. Takže jako, v té době... on měl jako univerzální hudební sluch, já jsem to zdědila po něm a teď to zdědil vnuk.

To je hezké.

A ten tady vystupuje na koncertech a to jsou... to je nádhera, to běhá mráz úplně po kůži.

A co dělá? Doprovází se?

Ne, ne, má pianino, piáno.

A jak se jmenuje? Můžu se zeptat?

T. H. (anonymizováno)

To si půjdu někdy poslechnout.

No, on, ano, mívá koncerty a paní profesorka ho taky zbožňuje, takže teďko trénuje něco z Fredyho Mercuryho, takovou to Mama mama Mia. Jinak teda piráty z Karibiku a všecko, to...

Ano?

Nádhera

Úžasné.

Takže on se s tím tak jako chlubí. Chtěla bych jako, aby šel na konzervatoř. To po mně tenkrát taky paní profesorka chtěla. A on je na tom stejně jako já, že nechce těch hodin, nebo kolik, denně trénovat, protože eště hraje basketbal, basket a tenis závodně.

Takže vlastně sedí na více židlích.

Tak.

Takže neví, co...

Po tátovi sport...

Takže dělá všechno, ale nic úplně stoprocentně.

No tak jako tu hudbu dělá.

Tu dělá.

A... ten sport taky

To zvládá všechno dělat stoprocentně Tak tedy, klobouk dolů.

Myslím, že už mu to bude, protože už bude někam na gymnázium, takže toho bude mít už asi dost.

Přece jenom je to už náročnější studium, to není tak snadné jako základní škola, to je jasné. To mě mrzí, že člověk prostě, že takováhle věc se stane a...

Stává se to, a žít se musí dál.

Můj tchán měl také podobné obtíže, tomu se to stalo v pětadesátí, že mu sestřička propíchla kanylu a řekla, že to je dobrý, tady...

Já ji měla tady.

Také to dopadlo špatně, byl ochrnutý na všechny čtyři končetiny.

No já... po tom měsíci v umělém spánku jsem se učila mluvit, chodit, jíst a posazení..., no, to bylo něco nepředstavitelného... přesně tak.

Také se uzdravil, ale trvalo to asi, řekla bych, asi tři roky. Ale zase se učil chodit, učil se jíst, nejdřív jsme ho krmili...

Mě taky, no

Také stafylokok, takže to je strašné, takový osud, a úplně zbytečně, že ano.

No, a tu léčbu, aby mě zachránili, tak do mě tekly proudy nějakých antibiotik, to mi zničilo zuby, všechno...

Játra, ledviny.

A bohužel ty kosti

A kosti, odvápnily se.

Seberealizace, plány

Odvápnění kostí... a to už jsem taky chodila. A šla jsem... jako a najednou jsem se zhroutila k zemi, protože ten krček prasknul a už jsem šla. Takže už takhle rok sedím... jako na vozíku a teď jsem si koupila elektrickýho skútra.

Ano?

Krásného... a jakmile, dneska teďko prší, to nejde, že jo, ale jinak jako vyjízďím, já tady okolí projíždím tady, celý okolí.

To je úžasné.

Fotím u toho, fotografuju, jo, vřdycky třeba někam přijedu, teď na dceři chci, aby mi koupila mapu, abych věděla, kde jsem, co tam jako je a takhle.

To je krásné.

Nějak žít se musí.

To určitě. Takže to máte tedy spoustu plánů.

Já si to užívám.

Užíváte si to. Takže plánujete?

Ano, plánuju. Třeba jezdím, oni mi tady dovolí nebo je to možný, nebo v míře, která to jako umožňuje, že můžu třeba i na tu chatu a tam přijížděj přátelé, všechno, já taky něco jako podělám.

To je skvělé.

Uklidím, něco navařím, napeču, když přijedou.

To je nádherné.

No.

To je skvělé, že jste se tomu nepoddala, ale takhle...

Nemůžu, když mám tu dceru, vnuka, vnučku a pravnučku.

I pravnučku už máte?

Pravnučku, tady jsou jí dva, včera tady byla, už jí budou čtyři.

Ta je kouzelná, to je princezna, jak se jmenuje?

Klárka.

Klárka, krásné jméno.

A je mazaná... a protože je to vlastně dítě dvou lékařů a teď jak mezi žije, tak ty výrazy... nám... my jdeme do kolen, co ona jako vypráví.

Je chytrá, přechytralá.

Přechytralá.

Ono to z dětských úst zní nějak jinak.

Ještě že nás nenapomíná.

(smích)

Na to dojde.

Ano, ve čtyřech letech je ještě brzo, ale...

Vnuk je takovej jemnej, citlivej... jako, ale tadle se nám vyvedla.

To je skvělé, prostě je to krásné, když rodina takhle drží pohromadě a vlastně se podporujete navzájem, že.

Je nás dva... už čtrnáct a vždycky se jako sjíždíme u dcery a u tchýně a tam jako... na obědy, na oslavy, nebo zase u tý vnučky si to všichni užíváme.

No to je krásné. I Vánoce jste spolu?

Léta. Léta Vánoce slavíme takhle dohromady.

To je krásné.

Od té doby, co se dcera vdala, tak už jsme se jako tak sloučili a teď nás přibejvalo.

To je hezké, to je hezké.

Moc.

Protože běžné je to, že když děti založí ty svoje rodiny, slaví bez rodičů nebo bez těch dědečků a babiček.

Ano.

A mají své vlastní domácnosti; tak to je hezké, že to držíte, že to slavíte dohromady.

Ano.

To se nám nepodařilo. Ale to opravdu, to Vám přeji, protože to je krásné.

Já z toho, taky... jako, žiju, jako.

To věřím.

Dobívám si baterky.

To věřím, protože...

Tak zas já zas jedu do tý Skalice, tam máme tu chatu, a to stavěl zeť, dcera a já. My jsme všichni stavaři.

Aha.

Takže sami jsme si to jako postavili...

Navrhli, předpokládám.

Já jsem to navrhla, ano, a zeť takovou tu práci... takový to, že jo, chlapský, a dcera pokládala dlažbu a všechno.

Obdivuhodné.

Takže...

To je skvělé.

To jako takhle užíváme teď.

A to je hezké, že tam... Když to člověk sám vytvoří, tak k tomu má úplně jiný vztah, že.

A teď jak to voní tím dřevem. A všichni jako zase tyhlety známí tam za náma přijíždí.

No to je nádherné.

Je. Už pro to je třeba žít.

To určitě. Když má člověk přátele a to společenství okolo sebe, tu rodinu, nebo prostě tu širší rodinu, protože přátelé jsou vlastně taky rodina.

Ano.

Že ho podporují.

Přátel mám taky plno, takže já už mám třeba ten měsíc rozpracovanej, kdo kdy přijede...

To je hezké.

A pak sem dcera telefonuje, aby mi to ještě prodloužili, že jsem ještě všechny jako nevystřídala.

To je pěkné, to máte krásně zorganizované.

No.

Že se tomu nepoddáváte.

To ne, to bych jim jako nechtěla... udělat.

Jste bojovnice, to je zřejmé.

Asi jo, ale nevypadám tak.

Ale ano, vypadáte, velice.

Jo? Kvůli všemu brečím, jo, jsem taky psychicky...

To já také, to se přiznám.

Spousta věcí mě dojme

Jakákoli maličkost, smích, nemohu se dívat na žádné smutné romantické filmy...

Ale tak jako... ono to teď vždycky končí tak... jako dobře.

Občas ano, ale teď jsem nedávno něco viděla, no brečela jsme u o toho jak želva, až jsem si říkala, ty už nejsi vůbec normální, protože to skončilo špatně, ještě jsem si říkala, byl to nějaký evropský film, takový nějaký francouzský, jsem si říkala, musí to skončit špatně ten příběh, ten nemůže skončit dobře, jedině v Americe v Hollywoodu by skončil dobře.

Tam by to skončilo dobře.

A opravdu to skončilo špatně a brečela jsem u toho jako želva, jsem si říkala... (paní mi skočila do řeči)

Taky jste, kdo brečí!

A zase taky je to hezké, protože emoce člověk má a ony musí ven, že ano...

Musí.

I ty pozitivní i ty negativní, takže... (paní mi skočila do řeči)

Takže já se trápím i s nima, jo...

Ano.

Trpím s koňma, kterým tam ubližujou...

Ano, ano, to znám.

Je to strašný.

Ano, prostě je to život, asi bych řekla.

Jo.

Jo.

Takže ty potřeby teďkon mám jako jiný, ne, než byly dřív, ale zase díky tomu skútru se podívám, vlastně, dojedu si nakoupit, takže nejsem nijak, zatím nejsem nijak omezená.

To je skvělé. A jaké máte potřeby jiné, než jste měla dřív.

No, tak potřeby mám jako jiné, že musím třeba zvažovat... jestli to bude mít vjezd pro bezbariérovej...

Jistě, to je pravda.

Abych se tam dostala. A jinak potřeby mám jako jinak tak nějak všechny stejný.

A máte nějaké bolesti?

No, tak tenhle ten, tahleta, jako ten krček, tak ten někdy mě opravdu bolí a ta potřeba, měsíc dva o tom nevím, a pak zase přijde období, že... tak já chodím dvakrát týdně na rehabilitaci, mám vynikající sestřičku, a ta mi opravdu dává do těla a já si to nenechám nikdy ujít. No, a takže díky ní vždycky... že to chce cvičit, cvičit, já jsem celý život cvičila, tak zase cvičím s ní a... překonám to. ... Rozpohybujem to!

Bojovnice.
A jede se dál.

Strava

A chutná Vám tady jíst? Jídlo?

No... jídlo by mi docela chutnalo, ale já mám docela taky problémy, že jak teďko takhle, jsem se léčila, tak mi hrozně stoupla hladina draslíku. A paní doktorka, jako... říkala, ať na to беру nějaký diuretika, aby se to vyplavovalo, protože mně pohrozila, že může z ničeho nic se... zastavit srdce. A to bych nerada, takže jako jsem dostala v nemocnici jako jídla, kterým bych se měla vyhýbat. To je téměř všechno.

(smích)

Brambory, banány, káva, tydlety šťávy, koly, prostě... luštěniny, nic, nic, nic...

Zeptám se hloupě, co tedy můžete jíst?

Jídla z brambor teda jako, tak pochopitelně, že... něco jako jím. A když vidím jako to, že bych nemohla, tak to teda odhlásím a dcera mi přiveze něco jiného.

A nějakou zeleninu, tu můžete?

Zeleninu můžu.

Zeleninu můžete. Kromě ovoce, nemůžete banány, jste říkala.

Banány v žádném případě, ty mají nejvíc draslíku a hned brambory. Ale jako můžu třeba jedno jabko denně, jednu mandarinku, takže jenom jako omezeně ovoce. No, zeleninu mi dcera vozí.

Plány

Akorát teď jsem žádala paní ředitelku, jestli by mi povolili mikrovlnku, protože tady je to zakázaný, i nějaký ty vařiče nebo pánve, abych nemusela obtěžovat sestřičky tamhle v dále, tady si to přihřeju.

A jak to dopadlo?

Nevím, nevím.

Ještě nevíte.

Teď jsem to podala, minulej čtvrtek.

To by asi neměl být problém.

Nevím, on je zákaz, tak nevím.

Tak, když je rychlovarná konvice...

Ano.

Tak proč by nemohla být nějaká mikrovlnná trouba, vždyť to je ten princip víceméně zcela stejný, taky to za nějakou dobu skončí, že ano.

Nechávám to na ní.

Jistě, s tím člověk nemůže nic dělat. Tenhle ten úřední šiml, ten prostě funguje, ať jsme v jakékoli době.

Jo.

Ještě mi řekněte, když se vrátím tedy zpět k těm mým otázkám, jste dobře zaopatřená? Cítíte, že všechno funguje tak, jak by mělo, že máte všechno, co potřebujete?

Kdybych chtěla bejt... tak jako doma, tak bych nemohla. Já jsem taky nechtěla do důchodáku, že jo, neboť už jsem začínala chodit, už jsem se viděla zase ve svém bytě. A dneska vim, že bych to vůbec nedokázala, protože jak mám ještě toho... zlatýho stafylokoka, tak se mi vytvořila píštěl, už tři... jako... zanikly a objevila se mi čtvrtá. To znamená, že každý den mi to sestřičky čistěj a dělají převaz.

Ach.

A někdy jako třeba já jsem začala si jako kupovat takovýdle, protože vnučka mi to zjišťovala tam v laboratoři, takže na to působí tenhle Aktimaris. A on stojí sedm set korun tohleto a ono původně, jako že pojišťovna ne, tak jsem do toho investovala devět tisíc. A teď už pan doktor to vobjednal, že to jako půjde přes tu pojišťovnu, protože mi děti pomáhají, všechno možný, ale nemůžu to chtít pořád, celý život...

To je nějaká, něco speciálního?

Ano, jsou to nějaký zvláštní, jsou tam nějaký, nějaká mořská voda, nebo já nevím, soli nebo něco. A je to snad jediný, co na... mi zabírá, ale abych se zbavila, tak bych se musela zbavit toho zlatýko stafylokoka.

A toho se těžko zbavíte.

Takže doma bych teda v žádném případě. A teď, když si představím s vozíkem jako jezdit nakupovat, výtah jsme v baráku neměli, do druhého poschodí.

Ano, to je obtížné.

Takže opravdu tady si ráno ty sestřičky vzbudí, přinesou snídani do postele, prostě.

Bezpečí, spokojenost

Ráno jídelnu nestíhám, čekám na ten převaz. A neotravujou se, milí...

To je hezké.

Co chcete přidat, to vám dají.

Tak to je skvělé, slyšet takovéhle věci.

A teďko jako každý týden teda já teda do vany teďko lézt nemůžu, ale chodím se jako sprchovat, takže oni mi ten převaz strhnou, já to všechno vomeju, vosprchuju, mezitím mi převlíknou... každé tejden, tak to bych doma... než bych to vyprala, no vůbec, to bych nedokázala.

Ano.

Nebo dlouho bych to dělat nemohla.

Jistě.

A teďko vařit, no, ne... To jako o dovolené, ale jinak ne.

Každý den to nejde, že ano.

Ne.

Taky člověku není každý den dobře.

Teď bych musela každý den jako shánět tu sestru nějakou, která by mi chodila dělat ten převaz a teď jako tady praskla mi cévka ve voku, okamžitě do nemocnice sanitkou... Já bych to doma nechala bejt.

Jistě.

Je tady postaráno, myslím si, vo ty lidi vopravdu dobře.

Tak to je skvělé, to slyším moc ráda.

A kdybych mohla teda všechno jíst, tak by to bylo ok.

Ještě mi řekněte, jak vnímáte potřebu bezpečí? Jste tady, cítíte se tady bezpečně? Ano?

No, to by mě nenapadlo, že bych se mohla cítit nebezpečně.

Tak to je hezké, tak se tu cítíte dobře.

Já jsem takovej, jak říkám, takovej čundrák, že třeba sme spávali pod širákem, takže já tady vůbec nezamykám.

To je skvělé...

Ani mě nenapadne, že by někdo, mně to, jako...

To je skvělé, o tom právě potřeby jsou, jestli člověk to prostředí vnímá dobře (paní mi skočila do řeči)

Třeba někdo se někdo bojí, tak je to každého, ale já teda ne.

A jak vnímáte Vaše soukromí? Máte ho dostatek?

Mám.

Máte. Je na něj brán ohled.

Ano.

Sestřičky klepou, nevrázejí sem, jak to občas bývá v nemocnicích, že se rozrazí dveře, tam přiběhnou sestry a zburcují ráno ve čtyři všechny pacienty.

Ne, ne, ne, ne, opravdu ne.

To je skvělé.

Akorát třeba když odjíždím někam, tak jako do toho okolí, tak jim řeknu teda, že... A pak někdo na mě má mobil, takže může zavolat, nebo hasiči, kdyby se mi něco stalo, ano, to je u toho jako psaný, kdyby třeba mě zastavila průtrž, tak v tom nemůžu jet, tak bych musela jako telefonovat hasiče. Sto padesát hasiči, voda po nich zasyčí.

Ano. (smích) Já jsem si to nemohla dlouho zapamatovat, které je 150, které 155 a které a 158, nevím. Vy máte hezkou říkanku.

Mě to naučil vnuk.

Ano.

Sto padesát pět, doktor jede hned.

To je výborné.

Sto padesát osm, zlodějů je osm.

To je pěkné.

To je taky dobrý.

To je dobré, tak to neznám. Já jsem se to naučila tím, že ta nula je jakoby rybník.

Taky jsem to slyšela

A osmička že jsou želízka.

Želízka.

Ale tohle je ještě hezčí, ty říkanky.

To mně taky říkala kamarádka, vona byla ředitelkou v mateřské školce, a tak jsem to taky věděla, ale já jsem si to kupodivu i pamatovala všechno. A potom mi vnuk, jsme šli na procházku, tak to měli ve škole, tak mi to jako vyprávěl...

150 hasiči, voda po nich zasyčí, to je skvělé. Tak jsem se něco naučila od Vás. Ještě mi řekněte, takže v rámci možností, které jsou právě díky Vašemu zdravotnímu stavu, jste spokojená?

V pohodě.

To skvělé, to je skvělé.

Každýmu bych to přála, aby když ho to třeba potká takový nepříjemno, aby měl takhle krásnej zbytek... jako prožil ten podzim života.

To je nádherné.

Mezi květinama, příjemnejma lidma.

Máte to nádherné, ten Váš balkon je úžasný.

Estetika

No tak, měli jsme zahradu i balkon, no, tak zahradu udržujem s dcerou a se zeťem.

Ano.

Každý dneska už, to teda ne, že bysme tam teda pěstovali rajčata, okurky, to už akorát jahody, protože jsou tam vynikající a ty nedaj skoro žádnou práci.

Ne? Nemusí se zalívat?

No, tak jako buď to zalejvá teda nebe, anebo máme naproti vynikajícího souseda a von jako bývalej, on je teda jako plukovník ve výslužbě, je mu přes 60, a má vod nás klíče, všechno, takže tam jako dohlídne. Když vidí, že to schne, tak zapne si... čerpadlo a zaleje nám to.

To je úžasné.

Máme jako velký kamarády.

Protože tohle právě obdivuji, ale tím, že to člověk musí zalívat, musí se o to opravdu starat.

Ano.

Já s tím mám potíž, takže pěstuji pouze netřesky a zimolez

Netřesky mám taky ráda, ty mám na skalce jako taky

A ty vydrží, když člověk odjede na pár dní pryč, tak vím, že ty vydrží a nemám takové štěstí asi na sousedy jako Vy, že by mi to tam došli zalít.

Pak tam máme hodně hortenzií, protože já jsem se naučila množit, takže máme asi 15 keřů a ty chtěj vodu, takže to souseď se jim opravdu věnuje.

A je to tedy pravda, to se Vás s dovolením zeptám, že tu barvu mají podle složení půdy?

Ano, a ještě ty, co chtějí mít opravdu modrý, tak přidávají skalici.

Aha, takhle, takovýhle figl na to je.

My máme jednu zahradu 400 metrů a já jsem z jedné matečné rostliny v Sezimově Ústí namnožila jako hortenzie a voní byly jako ta matka, takový až jako trojbarevný, růžový, pak do fialova a teď, jak jsou po té zahradě různě, tak nahoře jsou růžový, pod tou pergolou jsou bílý, sytě modrý jako nádherně bledě modrý, a protože vona ta pergola jim trochu stíní, takže ani bych neřekla, že to bude půdou, ale že jsou tam jako zastíněný, tak ty jsou všechny do modra...

Aha.

A zase ty, co jsou jinde na slunci, tak jsou jako do fialova.

Ano.

Máme jednu matku a všechny jsou jiný.

Tak to je hezké, já jsem právě slyšela, že to je složením půdy, ale pokud říkáte, že to záleží na světle, tak je to určitě možné.

Taky jednou jsem jako v těch zahrádkářských časopisech vyčetla, staré hřebíky, tak já jsem nasbírala ty, to hřebíky. A teď jsem tam všechno překopala, ani je to nehlo, a já byla furt popíchaná, tak jsem říkala: „A dost!“, tak hřebíky se mi neosvědčily.

(smích) To je hezké.

No, tak já vždycky takový úlety... zkouším.

Ono to je hezké, člověk prostě vyzkouší spoustu věcí a ona spousta těch věcí opravdu funguje...

Ano.

Hřebíky ne, dobře, budu si to pamatovat, že hřebíky nejsou cesta.

Hřebíky ne teda.

Ten můj třetí okruh otázek se týká společenství, lásky a pocitů, jak se potřeby toho člověka mění v závislosti na tom, že už má nějakou část života za sebou, že ji prošel. Proto by mě zajímalo, jestli máte ten pocit, že to, co jste prožila, je nějakým způsobem reflektováno, oceňováno. Že je uznávána Vaše osobnost, že máte svou důstojnost a že i ostatní lidé k tomu tak přistupují?

Jo.

Kreativita, volný čas

Ano? To je skvělá zpráva.

To ještě tady mám takovou šikovnou Sabinku a každou středu máme trénování paměti, na to já se strašně těším, protože se u toho moc zasmějeme, pijeme kafičko a teď to řešíme, ty úlohy. A teď mám taky domácí úkol, takovou pohlednici, že pošlu přátelům. A měla bych jako tam oblíbené město nebo zemi nebo něco jako vylíčit, ale ne jako jenom indiciema, tak já mám tu Vídeň zrovna, tak na tom přemýšlím, abych to moc nevodkryla, protože už Strauss, Dunaj...

Jistě, tam je spousta možností.

Spousta.

Zase aby to člověk opravdu neudělal jednoduché, že ano, ta Vídeň...

Ale abych nedala toho moc jako, aby...

Aby to nebylo snadné.

Aby... Řeknou: „No to je Vídeň, to je jasný.“

Ted' právě přemýšlím, třeba nad nějakým vídeňským sportovním klubem.

Už gastronomie. Vídeňské párky, vídeňský řízek, vídeňská káva, Sachr dort.

Jistě, to je prostě... (paní mi skočila do řeči)

A jakmile tohle to napíšu, tak všichni...

Jak se jmenuje ta káva ve Vídni, ta nejznámější? Ne, Havlíček, no, vidíte to, takové hezké české jméno je to.

To nevím, my jsme si jako dávali v Itálii italský.

Ano.

A...

No, nevybavím si to, no. Vidíte to.

Taky nemůžu jako říct, že tam pocházela císařovna Sisi, že jo, to už...

No jo, a co tam je, nějaké jezero, to je níž...

Je tam, jsou tam tři jezera, ale oni jsou spíš jako na ten Salzburg už jako, za tou Vídni jsou k tomu Salzburgu.

A potom vlastně ten Salzkammergut, ten je vlastně úplně mimo, že ano, tak jich je asi devět těch jezer, ale to už je od Vídne daleko, že ano.

Taky jsem se v nich koupala.

Ve všech?

Ve dvou.

Mondsee, Attersee.

Mondsee, Attersee.

Wolfgangsee.

Tam jsem se nekoupala.

Traunsee, to jsou taková malá, Ebensee, Hallstättersee, úžasné, že, krásná studená voda.

Krásná, to ano. Já mám Rakousko v nohách. Hory, všechno.

Já také, ano, Alpy

Alpy.

Vysokohorská turistika.

Ano.

Já teda nelezu, nejsem lezec, já jsem chodec, ale vysokohorský chodec, takže...

Já jsem taky chodec, ale když jako jsme přecházeli jako ty štíty všechny, a teď po těch provazech...

Ano, přesně.

Železech.

Přesně.

Nádhera.

Miluji to, je to moje srdeční záležitost.

Moje taky.

No, jako opravdu.

Mě někdy mrzí, že nejsem Vídeňka, že nejsem Rakušanka. Rakušanka by mi stačilo.

Ano? Ano, také mě to lákalo, také jsem si říkala, že se tam odstěhuju, ale pak nějak jsem to nedokázala.

Vono už to nejde.

Asi na to člověk musí být mladý, aby tenhle ten krok udělal, protože potom už má tady přece jenom kořeny a pouta k rodičům.

Ano.

A chce jim být nablízku.

A mně se tady taky líbí.

Ano, ale Alpy... prostě kdykoli mi kdokoli řekne...

A i ty lidi jsou takový lepší.

A zvláště ti horalové, že ano.

Ty horalové...

Tam, všichni si tykají, že ano, nic není problém, všichni jsou ochotní pomoci, popovídat si, jako...

My jsme bydleli na takovém statku, s turistama jsme tam byli čtrnáct dní a vokýnkem jsme viděli na Dachstein, no statek byl, a teďko obrovská kuchyň a obrovský kamna středem a tam jsme si vařili, než jsme šli jako na túru, a voni ty domácí chtěli, tam měli stolek, aby mohli vařit a jíst s náma, protože se bavili jako, no, byla to rodinná záležitost.

Ano, ten život je úplně jiný tam na těch statcích, to je pravda.

Takoví srdeční...

Mám z toho úplně ten samý pocit. Hrozně ráda se tam vracím.

Taky. Teď už tam asi nepojedu, no.

Tak ještě pořád jsou chaty, kam se dá dojet autem, že, aspoň.

No, dá, no, ale jako, mám 50 albumů tady, takže v těch jsou veškerý ty, a ještě mám pod postelí veliký dvě krabice.

Takže je můžete prohlížet.

Takže tam je to všechno.

To je hezké.

Protože ten tatínek, jak byl hodnej, tak jsem, když už jsem měla to piano, tak jsem chtěla fotoaparát.

(smích) Takže jste ho dostala od tatínka.

Ano, dostala jsem Fokaflex, zrcadlovku. Protože von tatínek měl známou fotografku, Marii Šechtlovou, a to je známá pro Tábersko fotografka a vona nějak ten svůj jako fotoaparát mi jako poslala. Tak tím jsem začínala, taky asi ve druhý třídě.

Ježíši.

No, já jsem jako nebyla skromná.

(smích)

A bratr vždycky říkal: „Až bude chtít hodiny ze zdi,“ tatínkovi, „určitě je podáš a pak bude chtít tu díru po tom hřebíku, tak tu jí taky vydloubneš.“

(smích) To je hezké.

Takový byl tatínek.

Láska, přání

Máte nějaká přání?

No tak, každej máme nějaká přání, že jo.

Která mi chcete sdělit, nebo jste mi ochotna sdělit?

Ne, ne, ne. Tak jako teďko mám takový jako přání, co tady toho pobytu, chtěla bych tu mikrovlnku.

Ano.

Nebudu si přát zdraví, který vim, a pak bych chtěla, aby byli všichni zdraví, spokojený, veselí, jo. To by mi stačilo...

A plánujete něco?

No, tak jako plánuju, že, jako jak děláme ty vyjížděky, tak pořád plánujem, kam pojedem. Teďko tady budou dávat film Fredy Mercury, a teď už jako zjišťuje zeť, jestli tam je bezbariérový přístup do toho kina, protože to je můj oblíbenec, takže abych tam mohla. Pokud ne, tak mám smůlu.

Někam do CineStaru, nebo kam?

Já nevím.

Nevíte.

Nevim, nevim.

Tam si myslím, že je to bezbariérové určitě.

On mi to jako zjistí. Pokud to je bezbariérový,

Tak pojedete, to je hezké.

Tak takový. A my tady máme takovej vždycky na měsíc plán, a to si taky teda vyberu, co se mi líbí, na to už se taky těším, protože vloni jsme třeba byli na farmě u Tejna nad Vltavou, v Týně. Tloukli jsme máslo, vyráběli.

To jsem nikdy (paní mi skočila do řeči)

Mám z toho ze všeho fotografie, kdybych to věděla, tak.

Ano.

Jsmo vrtěli, uvrtěli jsme kostičku másla, taky jsme si ji snědli, tvarohy jsme vyrobili, sýry, moc hezký!

To je skvělé.

A takhle jezdíme, třeba švestkový trhy, vánoční trhy.

Vím, že také tady jezdí fandit Motoru, že jezdí na hokejové zápasy.

To je možný, tak já hokej jako...

Nemáte ráda?

Ne jako, je mi, nerozumím mu. Hokej, fotbal jde mimo mě.

Mimo Vás, protože já vím, že mě to hrozně překvapilo, že vlastně seniorky jezdí fandit na hokej.

Ano.

Protože já znám jenom takové ty náctileté, kteří tam chodí, a mají na sobě ty šály a dresy, tak jsem si říkala, to je obrovský kus odvahy v tom, že se vlastně člověk vydá v nějakém pokročilem věku na takovýhle zápas, kde hrozí, že tam bude převálcován těmi náctiletými, kteří občas konzumují k tomu nějaké pivo a tak podobně.

No, je to... Tak my, já jsem tady studovala v Budějovicích a taky jsme chodili na veškerý zápasy hokejový, ale víceméně kvůli těm hokejistům.

Aha. (smích)

Takže tenhle sport jsem nepocho... ani jsem se nesnažila pochopit. Cyklistiku jo, to jako, to jsme zase republiku a ještě část jako Německa projížděli na kole, to je taky v nohách, ano, a takhle se mi odvděčily.

A nějaké, nějaký vápník nebo něco? To asi...

Doplňuju, pořád beru. Doplňuju, a teďko mám dělat, na protetice mi dělají boty. (klepání na dveře) Ano?

- *Dobrý den.*

Dobrý den.

- *Nesu Vám džus.*

To nesmím.

Můžete něco? (smích)

A jako ty boty už mi teda brali míru v červenci, řekli dva měsíce, myslím, že budou pod stromeček. Vždycky tam volám: ne ne ne, opravdu se vyrábějí. A budou o pět centimetrů, bude navýšenej, já tady, já jsem měla sandály a ty jsem si nechala jako navýšit a je to vo takovejhle kus navýšený, protože vo to mám tohleto...

Zkrácené.

Snižovaný, kratší. Takže když si jdu o berlič, jako já můžu chodit o berlič, ale nechci to namáhat tenhle ten druhý, tak si beru tyhle ty, a teď už čekám na ty podzimní, no, na ty polobotky. Aby to nebylo až na jaře.

Co na to říct. Přeju Vám, abyste je dostala co nejdřív.

Ano, volám tam jako, nebojte se, že šijem.

Výborné.

Šiju, šiju si botičky, ale nějak to dlouho trvá. No, tak ty boty jako, díky jako pojišťovně stojí šestnáct set a celý nový stojí třicet tisíc. Nevím, co na tom stojí třicet tisíc, a pánský čtyřicet.

Co na to říct.

No, a já jsem, když mi dali ten katalog, tak jsem říkala, no tydle by se, a tydle taky by se mi taky hodily na léto, na jaro a potom jako. Říkali: „Máte nárok za tři roky na jedny.“

To je směšné. Co na to říct.

No.

Ale třicet tisíc je opravdu hodně za jedny boty.

Je.

To je opravdu přehnaná cena.

Přehnaný, je to normální bota, akorát pod ni dají tenhle ten klín, za kterej jsem u těchhle sandálů platila šet set korun.

Což znamená, že u těch polobotek by to bylo přibližně to samé.

Ano, tam bude stejnej klín, akorát.

A že bude zavřená bota.

Zavřená, protože otevřenou takhle jako ne. No, já do těch divadel a takhle, protože pořád někde jezdíme na koncerty, nebo, potřebuju, tak já mám hezký kotníkový zimní, ale na podpatku, ale jako s těma berlemi... se bojím, aby mi opravdu neodešla ta druhá noha.

Tomu rozumím, to je jasné.

Takže takovýdle jako přání, takový směšný, že jo.

To není směšné, já myslím, že to je úplně úžasné, prostě člověk má mít pořád nějaké sny a nějaká přání.

No to mam určitě!

Spiritualita, víra

No to je skvělé. A cítíte se někdy osamělá?

Ne.

Asi ne, vůbec.

Ne to jako.

Z toho, co vyprávíte, tak ani nemám ten pocit, že byste (paní mí skočila do řeči)

Už mě to dlouho nepotkalo.

To je skvělé. Ten čtvrtý okruh otázek, ten se vlastně týká té nezávislosti a samostatnosti, což víceméně znamená, jestli můžete o sobě rozhodovat sama

Můžu.

To je skvělé, že vlastně můžete cokoli.

Ať jsou to peníze, ať je to cokoli, tak.

To je vynikající. Ohled na Vaše přání také berou?

Taky. Vloni byla akce, kde na to přispívají nějaké organizace, jako na dárky k Ježíšku.

A já jsem říkala, sestřička to sepisovala: „Já všechno mám, já nic nepotřebuju.“ A ona takhle koukala a povídala: „A co ten mobil? Jestli by to už nechtělo nové?“ A já jsem říkala: „No chtěla, ale ještě slouží.“ Tak napsala mobil. Tak jsem dostala mobil,

opravdu, pak jsem jako děkovala, akorát telefonní číslo jako jsem měla, a tak mi ten pán říkal, že tři inženýři se na něj jako složili.

To je hezké.

Tak letos už bylo... opět akce, opět „Já nic nechci, všechno mám“, mikrovlínu by mi ani nekoupili, že to je plno peněz, ono vlastně ani ne, ona stojí taky přes tisíc.

No, taky stojí.

Jako ten mobil. Ale já bych si chtěla vybrat jako svojí. A tak jsem říkala, a pak jsme se domluvili, já mám támhle spousty bylin, že takovou skleněnou konev na ty byliny, že tam se to nasype, zaleje a k tomu skleněnej hrneček.

To je hezké.

To by se mi líbilo.

To je hezké, a ještě pokud k tomu máte vztah, jak je vidět, že máte, to je prostě úžasné.

Já rozháním toho stafylokoka.

Jistě.

Mám deset druhů... tam... tam vzadu ty pytlíčky, a když tady nemám vařič ani, tak já musím za sestřičkama, aby to přivedly k varu, vařily, a takhle furt je... voběžuju, a to už mě neba.

Rozumím.

Takže až teda, kdybych to dostala, tak si to budu spařovat sama a...

Ano.

Uvidím.

Držím pěsti, aby to dopadlo.

No, jako taky chtěla jsem toho skútra, tak toho díky tomu, že jsem prodala byt svůj krásnej, tak jsem si ho mohla koupit... hodně fotím, fotografie taky nejsou zadarmo... Teď jsem taky dala dělat do Iggy fotografie, tak čekám, až mi je dcera přiveze. A mají tam krásný albumy, no tak takovýdle jako mám přání. Je, a ten se mi líbí, tak chci.

To je hezké, takže vlastně takovými přáními a takovými činnostmi trávíte svůj volný čas, že.

No, ještě maluju, jako já maluju... teď už teda nemaluju ... takhle obrázky, ale maluju kameny, na kameny, a teďko když jako teďko tady byla vloni na jaře velikonoční, letos, výstava, jo ještě nebyly Vánoce, tak sestřička přinesla jako květníčky a já jsem na ně malovala různé motivy a pak jsme do toho dali hyacinty a prodávali.

To je hezké.

Hezký.

Já miluji kameny.

Kameny miluju, mám jich mraky. Už je mám připravený a dcera mi nakoupila v Krumlově v zahradnictví několik kilo kamenů.

Aha, takové ty, jak se prodávají.

Tak něco mám na balkoně, já toho doma měla tolik, že jsem myslela, že se mi proboří strop.

(smích)

A teď jsem si nějaký ty větší chtěla odvézt. A voni: „Prosim Tě, dej pokoj, už.“ No, těžký to bylo, že jo.

Jistě, já je taky mám. Já se nedokážu... některý kámen zvednu ze země, tak už ho nedokážu vrátit.

Já miluju kameny.

Já taky, já jsem strašná.

A támhle takhle za Váma, jak je ten sušič na prádlo, tam je kámen, kterej nes můj přítel z Horní Vltavice, několik šílených kilometrů, protože má tvar srdce. On je teďka otočenej obráceně. Tak ten nes pod paží.

Ano, vidím ho, ano, srdce. Tak já mám, to Vám tedy musím říct, já také sbírám kameny. A sbírám kameny, kde je srdce nějakým způsobem. Přesně tak, jako máte tady.

Já jich mám několik i malejch.

Já také a mám je na míse, mám jich asi dvanáct, některé jsou ve tvaru srdce, na některých je srdce z takového toho žilkování, vlastně tak to... (paní mi skočila do řeči)

Ano, ano. Já mám ... takhle za Váma i balíčky... a takový různý jako fleky, to je ze Sicílie a teďko voni jsou tak krásný, že já se s nima nemůžu rozloučit, abych je pomalovala, jo.

Rozumím tomu, jsou nádherné, nádherné! Táhle máte nějakou (paní mi skočila do řeči)

No, to jsem kdysi malovala doma a táhle sem namalovala obaleč jablečný.

Aha.

Protože kamarád je zahrádkář, tak mu to dám jako dárek.

Krásné. Já vím, že jednou dostala moje kamarádka box se sedmi kamínkami a na každém byl jeden slon. To bylo tak hezké. Všichni měli choboty nahoru, protože to prý nosí štěstí.

Ano.

Ale prostě od malinkého až po velkého, to bylo tak hezké, to mě tenkrát zaujalo, já teda neumím vůbec malovat, já neudělám rovnou čáru, takže bohužel, já mohu kameny jenom sbírat a těšit se z kamenů, ale... (paní mi skočila do řeči)

Já teda ráda maluju taky od dětství. Taky mi tatínek koupil, mám to tady, ještě tu krabici máme. A já zase tomu vnukovi, ten to taky zdědil, takhle to postupuje. Ale tatínek jako to, nikdo nemaloval v rodině. Takže jsem takovej samouk, ale na gymnáziu jsem chodila do kurzu malování, protože jsem si myslela, kdyby nějakou tu uměleckou průmyslovku, nebo keramiku, a malovala jsem různý obrázky, všechno možný, a teď jsem se ustálila na těch kamenech. Jo, protože namaluju kamínky a teďko jako rozdám, když maj narozky.

A ono to tak hezky vypadá.

Ano.

A prostě toho člověka to připomíná.

Paní ergoterapeutka si taky přinesla kamen a teďko už je to období, teď, kdy už začnu zase tvořit.

Máte na to chuť.

Když je horko v létě, tak ne, to už chci do přírody.

Teď přijde ta doba na tu tvorbu.

A teď už se blíží ta doba... Javořickou, ne jako to jsem přivezla celou, ale...

To je skvělé

Na nějaký ty romány vesnický, svíčku... a svařák.

To mi povídejte. A punč.

A punč.

Já mám báječný recept z Rakouska.

A bílej je božskej.

Z Rakouska na punč.

Jo?

Pokud byste chtěla, recept Vám dám.

A mohla bych to tady vyrobit jako?

Vyrobit se to dá, ale hlavně je strašně dobrý ten punč, už pak nebudete chtít pít žádný jiný.

To věřim.

Protože takové ty punče, co se prodávají jako na náměstí a takhle, tak prostě...

To není vono.

To není prostě ono, ale ten rakouský jsem dostala recept od mojí kamarádky, protože jsem tam pracovala několik let. Jestli ho vyrobím, tak slibuji, že Vám ho přivezu.

Mně by stačil ten recept.

Recept také stačí, dobře. Ale je to celkem, no, není to náročné, ne, jenom je zapotřebí, candis cukr, rum.

To není problém koupit.

Samozřejmě, všechno se to dá koupit, koření, a já myslím, že tam je hřebíček, skořice a ještě něco. Musí se to povarit, ale určitě by to šlo udělat v rámci ergoterapie, myslím.

To bysme mohli.

No. A je tak světlý, ten punč, že už potom opravdu nebudete chtít žádný jiný pít, protože je to takový koncentrát, který si potom člověk nařadí podle potřeby.

Ano.

Tak se to ředí třeba jedna ku čtyřem, jedna ku třem, podle toho, kdo má rád silnější, může se tam dát méně cukru... taky tím že se tam dává ten hnědý, tak by to mohlo být trochu zdravější, ale tak... člověk si občas musí trochu udělat dobře, že ano, i tím cukrem.

Určitě.

Ale jestli chcete, tak recept Vám určitě doručím, a pokud budu dělat punč, to ještě nevím, to se ještě musím sama se sebou domluvit, tak jo, ale recept určitě.

Stačí recept, já to tady nějak vytvořím.

Ano.

Nebo u dcery. Protože my jsme taky s přítelem chodili na Hlubokej na ten bílej punč a tam dělali taky vynikající.

Takže vy jste takhle úžasně kreativní, a ještě takhle všestranná, to je neuvěřitelné.

No, kreativní, akorát je náročný se mnou žít.

Proč?

Protože už od rána něco plánuju.

A něco děláte...

Proto mi paní ergoterapeutka vyhovuje, protože... Je možný s ní pořád něco tvořit.

To je pravda, ona je skvělá.

Skvělá.

Opravdu, a přichází stále s něčím novým, což je na ní úžasné.

Ano.

Že neustále hledá, aby to prostě nebylo stále to samé a vždycky přijde s něčím...

Ano.

Novým, to je opravdu...

To je moje parketa.

Estetika

Ano? To je skvělé. Já mám ještě šestý okruh otázek, já myslím... že mi na to krásně odpovídáte už dopředu. Protože bych se Vás měla zeptat, jestli se zajímáte o kulturu, četbu, literaturu, divadlo nebo výstavy.

No pochopitelně. Koncerty, všechno!

Všechno Vás ještě zajímá, pokud tak... (paní mi skočila do řeči)

V Soběslavi jsem byla nejlepší čtenářka!

O.

Ale taky jsem bohužel taky chodila do práce a třeba jsem četla do dvou do rána.

No, ne.

A ty hrůzný děsy... nešlo to vodložit.

Také to znám, že člověk není schopen tu knížku odložit.

Jednou se mi nějaký lidi ptali, já jsem jela taky na tu zahradu, a tam naproti, my jsme tam měli jako parčík za ložnicí a naproti byly zase takový domečky. A ta jedna paní mě znala a říkala: „No, kdo to u Vás ve vchodu svítí ještě ve dvě ráno? Já kdykoliv jdu na záchod, tak tam se svítí.“ To jsem já.

(smích) Já miluju detektivky, takže prostě (paní mi skočila do řeči)

Detektivky!

Jak to začnu číst, tak prostě nedokážu skončit.

Ne, to se nedá, to nejde, já i v tej televizi si vyhledávám nějaký krimi, detektivky...

Ano, přesně.

A na těch žiju, i na těch hororech, ale to se bojím už.

Ty já nemám ráda, protože z toho špatně spím, takže, ale ty detektivky, to mě hrozně baví.

Já třeba kolikrát jako tak jsem jako odešla z pokoje, jo, že přijdu až za chvíli, a on byl konec a já neviděla...

Jak to skončilo.

A teďko „vydrž, vydrž, nebudeš to vědět“. Anebo tam byla tadleta vnučka, když byla malá, a já: „Janičko, prosím tě,“ řvu do kuchyně, „sleduj to, pak mi to řekneš.“ Dítě pětileté, vidělo ty krváky a mi to líčila...

Vy jste musela jít do kuchyně.

Je dneska lékařka, no.

Krásné povolání.

Vona je lékařka, manžel je lékař, dětský jsou, její tchýně je dětská lékařka.

Ano.

Takže máme v rodině asi sedm lékařů, v těch čtrnácti lidech.

To je hezké, ale praktické zase na druhou stranu.

Je to praktické, no, obzvlášť třeba když se tam sejdem a vyplazujem na něj jazyk, aby se podívali, jak...

(smích)

Kašlem.

Jasně, jak na tom jste zdravotně, to je hezké.

Hele, řekni mi to, koukej na ten jazyk... a sousedka mi tudle taky volala z toho bytu ještě, jsme taky kamarádily, a kamarádíme, že určitě, vono je jí sedmdesát sedm, a že má určitě Alzheimer, ať se zeptám Janičky a Janička řekla: „Vyříd' paní sousedce, že to si měla pospišit do pětaticeti, od pětaticeti už ne.“ Ne... roztroušenou sklerózu, roztroušenou sklerózu.

Ano. To je hezké.

Ale v sedmdesáti sedmi vopravdu nemá štěstí už, no.

(smích) To je pravda, že roztroušená skleróza, to už ne.

Tak se uklidnila. Protože to zase někde načetli na internetu a teď ty příznaky okamžitě měla, že jo.

Člověk, pokud je hypochondr, tak si najde cokoli, že, jakékoli příznaky.

Jak ji někde píchne, tak si to hledá, co to je...

Seberealizace

Další okruh otázek, se týká toho, co Vás zajímá. To už jste mi už všechno řekla.

No, vlastně všechno.

Ale co by mě zajímalo, chcete ještě, měla byste zájem o to se ještě něco učit?

Ani ne, myslíte jako tu universitu třetího věku?

Třeba?

Ne, ne, ne, ne.

Nebo jazyk nějaký nebo něco.

Já si jazyk svůj, já nemam nadání... po tatínkovi nemám... na řeči. Tatínek byl Němec a byl šéfkuchař, ale jaký psal jídelní lístky, to otiskovali tenkrát v Dikobrazu. A, no protože, myslím, že do konce života jako jsme mu rozuměli víceméně jenom my, ale německy tenkrát jako jsem se nenaučila, protože to bylo, oni nás jako lidi hlídali, jestli nemluvíme německy a takhle, takže bratr, ten byl starší o deset let, tak ten eště se naučil, a mně... a dcery, ty už dělaj angličtinu, a ty jsou docela po mamince, ta byla na řeči, takže, a já, tolik kurzů němčiny, hezky skončila kurz, začala jsem jinej, asi, ale mám bratrance v Německu, mám tam tři, takže to si dopisujem, takže já dopis napíšu, přečtu, ale kdybych tam měla třeba jako mluvit plyně, ale byla jsem tam jednou asi taky tři týdny a přijela jsem a mluvila jsem německy.

Jistě, člověk si to naposlouchá a musí tam být.

Stačí. Takže jako řeči jsou zbytečný doplňovat, mně stačí ta angličtina, že tu se pořád musím chytat, abych děti neztrapňovala. No určitě, voni mě vopravovali a takový...

Takže učení vlastně...

Babička už je na tom špatně, vona už si nepamatuje ani takovýdle slovo...

(smích) A chtěla byste ještě něco zažít? Máte ještě nějaké přání, nějaký cíl?

No, tak ale to jsou naprosto nespílitelný, třeba ject k moři a zaplavat si.

Ale máte!

No, byla jsem tam desetkrát, musím se s tím spokojit. Nebo lézt po horách, taky ne, ale zdává se mi o tom. Perfektně chodím, šplhám po laně... a probudím se a ne...

A takové ty sny, kdy vlastně se Vám plní ta přání, to, co je momentálně nereálné.

A teď žiju s tou rodinou, my si denně s dcerou, vona bydlí tady vlastně asi dvacet minut odtud a tady má dílny, tak má jako provozovnu, takže denně hodinu třeba večer telefonujem.

To je skvělé.

Probíráme všechno, co kluk, co todle.

Smysl života, víra

A ještě mi můžete říct, co cítíte, když se podíváte zpátky na svůj život?

Moc se mi to líbilo.

Ano?

I když jsem prožila rakovinu ve čtyřiceti čtyrech, dávali mi dva měsíce naději na život, tak celej ten život mimo pěti let, který bych vymazala, to by bylo perfektní, kdyby to bylo jako na magiči, že to vymažete z pásky, tak se mi vopravdu, i vod dětství líbil.

To je hezké

I když byly padesátý léta, i když tady byli komunisti, tak jsem si ho uměla udělat, ten život, hezkej.

To je krásné.

No.

A je něco, co byste udělala jinak, kdybyste mohla?

Ano, nevzala bych si toho druhýho pána, kterej předevcírem zemřel.

To mě mrzí.

Předpředevcírem už.

Tak to Vás ještě tady navštěvuji v takové nepříjemné době

Ne, ne, ne. Předtím to byl můj první manžel, ten jak my s tím žijem jako v pohodě. Ale tady s tím druhým, ten nám opravdu dělal jenom peklo na zemi, a to bylo ukrutných pět let.

Tak hlavně, že jste se od toho dokázala odříznout, to taky... (paní mi skočila do řeči)

Dalo mi to pěknou práci.
To si myslím, protože to vůbec není jednoduché.

Ne, ne!

To považuji za úplně jednu z nejtěžších věcí.

To byl vrchol, ano.

Která... (paní mi skočila do řeči)

Mé statečnosti.

A opravdu statečnost. Tohle dokázat udělat.

Ano.

To tedy smekám klobouk.

A tudle mi právě jako telefonoval jako kamarád, že tam má pověšený parte, a povídal: „To bysme měli zapít, vid’? Měl to udělat před čtyřiceti lety.“

Ano.

A takovej je ten život, že jo, chvíli trápení, chvíli zase, pak se to zase něčím vykompenzuje.

Láska, společenství

A máte pocit, že Vás společnost oceňuje za to, čeho jste dosáhla za svůj život?

Ne.

Ne?

Vůbec.

Vůbec ne? A nějaká taková ta lidská důstojnost, jak ji vnímáte? Vnímáte ji tak, že se k Vám chovají lidé tak, že vlastně tu důstojnost lidskou oceňují? Že Vás respektují?

Myslím si tady, že jo. I s těma kama... přáteli taky. A já je taky oceňuju, taky si jich vážím.

A všeobecně ve společnosti, když se potkáte někde, také máte ten pocit?

Setkávám se pořád i se základní školou, každé rok, tady s průmyslovkou každé rok.

To je skvělé, že to takhle vnímáte dobře.

Protože jako ty, no, ty studenti byli úplně jiný lidi a pak jsem si, měla jsem nádhernou práci, vopravdu nádhernou, jenom s takovejma mladejma inženýrama chlapíkama a pak ještě když už jsem jako byla v důchodu, tak voni potřebovali někoho, aby jim vyřizoval jako agendu, jo, sítě všechno a bylo jich devět těchhle těch, co z původní firmy po revoluci založili novou. A tak já, na šest hodin, jsem jim třeba vyřizovala geodézii, sítě, všechno, no. Fantastický. Každou zakázku jsme zapili.

Tak jak to má být.

Protože nám lidi nosili vždycky jako nějaký pozornosti a já už jsem ve dvě hodiny zase byla na chatě.

Hezké.

Jsem skočila na vlak a takže od osmi do dvou jsem to měla... takový radostný stáří.

To je pěkné.

No.

A... (paní mi skočila do řeči)

Nikdy jsme se ani nepohádali, nebo si nic nevyčetli, jako v tý škole, dneska je to samý, jako nějaký si ubližujou, tak to bylo.

Tady ne.

To neznám.

Spiritualita, víra, smysl života

A myslíte si, že má život smysl?

Určitě.

A v čem je? V čem je pro Vás? V čem ho vidíte?

No, tak jednak jsem ráda teda, že jsem se narodila, že jo, a všechno se mi tady na tom světě líbí.

Ano.

Eště kdybych tak mohla jako, eště kdybych byla mladá, tak bych dneska, jak jsou ty hranice otevřený, tak bych toho projezdila víc, ale na to mám třeba dneska i tu televizi. Včera jsem si na Zoomu dala Singapur, abych viděla a vždycky když je nějaké takové, to, co už nevidím v reálu, tak si pustím tady.

To je hezký přístup.

A má to tak, je to takový pomíjivý, něco vytvoříte, uvaříte a za chvíli je to pryč anebo, jako i ty, tu zahradu, to taky pořad musíte, pořad, pořad.

To je pravda.

Ale je to radost, jo.

Je to uspokojení.

Když se to vede a teď ke mně hrozně jako takhle Inou zvířata a takže teď tam mám jako pět takových divokejch koček a jednoho toho ježka a my jen cinkneme autem, a to jedem předem potichu, a už jsou tam.

To je hezké.

Už vědí, že nesu tašky s jídlem. Já jsem ještě v Kauflandu koupila kilo točeňáku, to zase mi nemůže zapomenout dcery tchýně, že marnotratně takhle utrácím, jako na zvířata.

Vždyť jsou to strašně důležité součásti lidského života, to prostě bez nich nejde. (smích)

Teďko já tam mám, třeba v noci, zapálím svíčky a vony se na mě, tamté kamarádce, také se nám tam jako prolínají kolem nohou.

To je hezké.

A to vyloženě nabíjí tohleto.

To je pravda. Řekněte mi, pomáhá Vám vlastně v téhleto životní fázi nějaká víra? Nebo vztahování se k něčemu nadpozemskému?

No, jsem věřící, protože mě k tomu jako rodiče vedli, takže jsme navštěvovali kostel, tady máme kapli krásnou, takže kupuju svíčky a teď tady byla teda dcera i s tím mým prvním mužem, to je vlastně její otec, tak jsme tam jako taky zapálili svíčky a já třeba když chci bejt oprostěná od lidí, tak si dole nakoupím svíčky a jedu tam a tam sedím, s tím bohem rozmlouvám. Někdy mu taky něco vytýkám, že tohle jako nemuselo, vidím třeba nějaký krveprolití v těch filmech, tak to si myslím, že to nemuselo...

Ano.

To třeba půlhodinku tam s ním takhle komunikuju.

Takže...

A pak mě jako vyloženě jako dobíjí ty děti, vnoučata.

Takže to je to, co Vám vlastně pomáhá, co Vás takzvaně nabíjí, to je krásné.

A i jako musím teda jako říct, že i ty chlapi.

A vnímáte nějakým způsobem konec života? Smrt? Že prostě se to... (paní mi skočila do řeči)

Někdy jo.

Že se to, prostě víceméně, tak jako je jasné, že stárí je ta závěrečná životní etapa.

Připouštíte si to, nebo?

Ani ne.

Ne, takže spíše to necháváte...

Je to normální, je to... Nedělám si starosti, ani se stárím, ani s vráskama a až to přijde, tak to bude, no.

To je hezký přístup. Nezlobte se, že se Vás na to ptám, ale...

Ne, ne, ne.

Ale...

Já tím nevtrovávám ani děti, voni jako taky, dcery tchýně, té je přes osmdesát a bereme to tak, jak to jde, no.

Někdy to je to horší než jindy, že.

Teďko ty lékaři, ty to taky berou jinak, že jo.

To je pravda, ti, když jsou s tím konfrontováni vlastně každý den, pro ty je to vlastně součást života úplně samozřejmá.

Určitě.

Jen prostě (paní mi skočila do řeči)

Taky si na to někdy vzpomenu, jako že už třeba tam se nepodívám, jo, támhle to už nevidím. A pak si říkám, no, do školky už taky chodit nebudeš a taky se ti tam líbilo.

To je hezký přístup.

Tak se s tím srovnej, no.

Určitě je to dobrý způsob.

A díky tomu, že jsem měla tak perfektní zaměstnání, protože jsem vlastně pracovala pod Prahou, takže jsem byla i dost dobře jako placená, tak jsem si vždycky mohla dovolit třeba víc, mohla jsem si dovolit oblečení, kosmetiku, auto.

Ano.

Teď jsem taky začala právě, že bych si nějakou rachotinu koupila a jezdila bych na tu zahradu těch sedmdesát kilometrů, jo.

Wow.

Ale voni by mi to nedovolili tady kvůli tej noze, že by mi taky mohla vypovědět službu, jo, že jo. Tak jsem se spokojila s tím skútreem a ten je opravdu krásnej.

Obdivuji Vás.

Ne, není čemu. Já Vám ho tadydle ukážu.

Ukažte.

To jsem fotila, sice skútr, tady to celej čas povaluju. Paní V. (anonymizováno), ale vono tam nebylo ani světlo, takže je to špatně vidět.

Aha. No, ten je úžasný, ten je... (paní mi skočila do řeči)

Ten je fantastický, má to dvě rychlosti!

Ano.

Želva a zajíc.

(smích)

Dobrý, ne?

Ano, to je super.

A já třeba když přijde jako teda dcera se zeřem a s vnukem a jdem se jako projít, tak já to dám na zajíce a oni jdou po chodníku vedle mě a já si jako jedu a... jsem ještě někde měla prospekt, teďko nevím kde.

To je úžasné.

Je to čtyřkolka!

Tak to je parádní.

Vyjede všechny tady ty krpály.

No právě, na to jsem se chtěla zeptat.

A teď já sundám palec a stojím v kopci... a fotím!

No, to je skvělé, protože jsem se právě chtěla zeptat tady na ty kopce, vždyť to jako...

Eště, já to beru Rudolfovi, tady všechno kolem, eště mě nenechala nikdy stát v nějakom kopci.

No to je úžasné.

A to třeba, třeba chci někomu zamávat a neuvědomím si, že řídím, takže hnedka stojím, zamávám a jedu dál.

To je bezvadné.

Ted' projíždím ty všechny takový ty listnatý, do Dubečné, jako to mám taky ráda, Dubečný.

To je nádherné místo.

Tam jsem byla si pětkrát ted'. Dubečné samoty a to...

Ano, to jsem objevila úplně náhodou.

Já taky.

A úplně jsem byla paf, úplně jsem říkala, to není možné, že tohleto tady máme vlastně úplně za rohem a já to vůbec neznám.

Ano.

Takovéhle místo, úplně jsem měla...

Jé, to je hezký a ted' jsem jela tou vesničkou, abych zjistila, kde vlastně jsem.

Ano.

A pak, když tam jako jedu, tak jedu a tady je rybník Dubičný, ten znáte? Dubičák?

Ano.

Tak ten mám taky ráda.

To je taky krásné, ale tamty samoty, ty mě naprosto uchvátily.

No.

To jsem říkala, jako že to není možné.

A ted' i ty kapličky, všechno jako fotim, takže já většinou dávám udělat vždycky dvě stě fotek.

A dneska už je to krásné s tím digitálem, že vlastně to máte všechno na kartě.

Ano, ano.

Že pak můžete vybrat. Dřív člověk musel opravdu zvažovat, kdy to zmáčkne, protože ty filmy se musely...

A kolikrát mi jako došel i film a ted' my v zoologické zahradě, surikaty a vnuk říkal: „Proč nefotíš?“ „Nemám čím!“

Ano, to je úžasné. To jste neuvěřitelně kreativní a... (paní mi skočila do řeči)

No, ono mi nic jinýho nezbejvá.

Zbývá, zbývá, mohla byste se, mohla byste se naštvat na celý svět, uzavřít se do sebe a litovat se, že ano.

Mě by to nebavilo.

To je samozřejmě lepší, ale i to se dá udělat, ale je to... (paní mi skočila do řeči)

To mám paní vedle, její život sestává... chodí, upozorňuju, je zdravá, leží, má tu postel i takhle nějak vysokou, protože ona tam vyleze, a má tam jako takovou tu rampičku, aby se mohla chytat, takový ten trojúhelník, tak tam takhle visí zavěšená jako lenochod... a vstává jenom, aby si zapálila cigaretu. A to ještě zapaluje tak, že si otevře balkon, sedí směrem pokoj, aby viděla na televizi, protože ona je televizní maniak. Od šesti žhaví drát a bohužel má dveře pořád dokořán, takže já jí chodím jako domlouvat, že tohleto jako teda ne, že chci klid a ticho. A vono už, a tak ta opravdu, když vyjde z pokoje, tak jen aby vobešla tady kuárnu, sebrala vajgly, aby si mohla umotat nový cigarety. A opět takhle zase až do noci, nohy jí slouží, všechno, není nijak stará.

Vy jste úžasná.

Takže to bych nechtěla.

Vy jste úžasná.

Ne, nejsem.

Smekám před Vámi klobouk!

Ne.

Opravdu.

Voni to tady všichni říkají, já už to opravdu nemůžu slyšet.

Tak já už Vám to říkat nebudu, ale myslím si to.

(smích)

A mockrát Vám děkuji, že jste si na mě udělala čas.

No tak, musím jako nejdřív ten převaz a pak si můžu udělat čas.

To jste moc hodná, také že jste se vůbec k tomu uvolila.

Mohly jsme si sednout třeba i dole a dát si kafičko, no.

A to uděláme, až Vám přinesu ten recept.

Tak jo.

Jo?

Tak si sednem dole a dáme si kafe, můžu Vám nabídnout muffinu domácí?

Děkuji, ale podívejte se na mě, jak vypadám.

Ale včera je dcera udělala a ještě jsem je schovala, až přijde paní ergoterapeutka.

Já si jenom zastavím ten telefon.

Příloha XI Přepis rozhovoru s panem Evženem, Česká republika

Evžen, 90 let

Já, jestli mohu ještě odbočit. Mám připravený ten dotazník a mám prosbu, jestli bych mohla náš rozhovor nahrávat. Je to jenom pro mé osobní potřeby, abych to mohla přepsat, protože kdybych si psala poznámky, tak vlastně bychom si vůbec nemohli povídat, já bych neustále něco zapisovala. Tak jestli mohu zapnout?

Jo, jasně. Mé řeči vstoupí do dějin.

A protože bylo po tom šedesáti osmém roce, tak tam jako nikdo ze západu nebyl, tak tam byli z Kyjeva. Byl tam jeden, kterej bojoval a byla tam jedna. A nevádí ti, že ti budu tykat?

Vůbec ne, pane Evžene. Je to od Vás velmi milé.

Já bych byl strašně rád, kdyby ty si tykala i mě.

Dobře, tak já jsem Petra.

Evžen.

Moc mě těší, Evžene.

No, tak v šedesátém osmém roce s ním nikdo nechtěl mluvit, tak jsme se tak nějak spřátelili.

Ano.

Dokonce tam byla nějaká, která vyhrála nebo byla druhá na olympiádě. A ještě dva roky potom mně psala, no, bylo to fajn. Španělštinu jsem se taky učil, to už z ní neumím vůbec nic.

Aber dein Deutsch ist unglaublich gut.

Z latiny jsem propad. Akorát francouzštinu, tu jsem se nikdy neučil. Ty umíš francouzsky?

Ne.

Moc mě to mrzí, protože jsem miloval francouzskou literaturu. Hrozně jsem si přál podívat se... tam... courat se po Montmartru, vylézt na Eiffelovku. To už se mi nikdy nepovedlo. No, a tak jsem ten život... procházel. Jestli by tě zajímalo, v támhletem zpravodaji mám takovou moji duševní ejakulaci. Jestli jsi to nečetla.

Nečetla. (pán mi dal přečíst článek)

Tady, tak. No, to mě Ivana ukecala, abych něco napsal.

Krásné je to, krásné je to.

No, není.

Ale je, je to můj názor. Je to krásné. Nebudu se s tebou hádat.

Já vím, je to taková určitá společenská.... Tam píšu o setkání s panem prezidentem Masarykem.

Tragická událost. (smích) Tvůj otrlý humor.

Teď to bude teprve devadesát let... co se rodiče tak spletli.

Rodina

Úplně úžasné to přece je. Opravdu už devadesát let.

No, devadesát let. Osmého listopadu. To je ošklivý vid'?

To je krásné. Já to prostě považuju za úplně požehnané, pokud se člověk toho dožije a v takové formě.

No, já si musím zaklepat. No teď, jak jsem dělal ten IQ test, tak víš, kolik mně vyšlo? 136.

To už jsi pomalu génius.

No, a dcera měla 138. To mě tak mrzelo, že o dva body mě předběhla.

To je dobře, protože se říká, že člověk v té genetické výbavě, kterou dává svým dětem, dává to nejlepší ze sebe, a tím pádem to musí být u těch dětí ještě lepší, musí to jít

nahoru, takže to je jediné správně, a kdyby to bylo obráceně, tak je to důvod k tomu se pozastavit, ale takhle je to správně.

Takhle prostě říká, já mám o dva víc, ale myslím, že to není tak hrozné mít 136.

To je krásné.

No, když jsem šel na gympl, tak jsme dělali takový ty testy, víš, no, a tak moje hodnocení bylo, doslova cituju, inteligence více nadprůměrná s okamžiky vzepjetí a útlumu... takže někdy mi to myslí a někdy mi to nemyslí.

Ale to je normální, protože ten mozek nevydrží pořád být na té špičce. Musí taky odpočívat, a když odpočívá, tak je zkrátka ten útlum.

Již staří Římané říkali, ERRARE HUMANUM EST, chybovat jest lidské.

Tak Vy jste opravdu zažil pohřeb Tomáše Garrigue Masaryka. To je neuvěřitelné.

To jsme stáli dlouho... několik hodin a postupovali... než jsme prošli okolo toho katafalku. Ale je to dlouho jak starý pověsti český.

Vy máte knihu apokryfů. To je úžasné. (stále čtu článek) No to je nádherné. Vy jste spisovatel! Vy jste opravdu spisovatel.

No, nejhorší, když jsem zjistil, že to vůbec nikdo nečet.

To není možné.

Nečet. Táhle to viselo a nikdo si toho ani nevšiml.

Krásné, to je úžasné. Tak to já Vám přinesu jednu knížku, kterou mám. Jmenuje se to Moc moudrosti a moudrost moci.

Jak?

Moc moudrosti a moudrost moci. A je to o Komenském a o Masarykovi.

Teď mi právě kamarádka přinesla Wericha, a já jsem zjistil, že jsme chodili do stejné obecné školy.

Vážně?

Jo. Oni tam bydleli a do té Vinařské ulice, co on píše, že tam chodil, tak jsem chodil taky já. Tak vidíš to, můžu se chlubit, že jsem chodil do stejné školy jako Werich. Já teďka ještě abych jako... Quo Modo... neboli...

Nevím, co je Quo Modo.

„Quo Modo“, neboli Čemu to slouží.

Myslíš, proč jsem tady? Proč jsem tu zase?

Jo.

Tak to Vám řeknu. Já jsem psala bakalářku, to jsem tě požádala o pomoc. Pak jsem psala diplomovou práci, magisterskou. Tu jsem psala o tématu lidských potřeb a jak se lidské potřeby mění v průběhu života a ve stáří. Napsala jsem tedy o tom diplomovou práci, kde jsem dělala výzkum u seniorů v Rakousku. Proto, abych představila českému čtenáři, jak to chodí v Rakousku, jak oni to vidí, aby si český čtenář mohl přečíst o tom, jak se žije jinde. No, a teď dělám ještě další práci.

To budeš dvojnásobnej magistr?

Ne, ne. Teď budu doktor filosofie. A právě pro tu práci jsem se rozhodla, že udělám úplně stejné rozhovory, ale s českými seniory, a aby ta práce byla nějak zajímavá, tak vlastně porovnám, v čem se ty potřeby liší, v čem jsou stejné a tak. Takže jsem tu s prosbou, jestli bychom si mohli popovídat o lidských potřebách.

No, lidské potřeby... To je široké téma...

Je. Já jsem si samozřejmě o tom musela spoustu věcí načíst, tak mě nejvíc zaujaly potřeby, samozřejmě známé a takzvaně provařené jsou potřeby Abrahama Maslowa, který vytvořil takovou tu hierarchickou pyramidu potřeb. Od těch nejdůležitějších až po ty jakoby růstové, sekundární... (pán mě přerušil)

Já mám takovej dojem, že nejvyšší potřeba, kterou lidstvo by mělo mít, je nějaká solidarita.

Úplně největší potřebu, také o ní mluvilo několik lidí, a ten jeden řekl, že je to ta potřeba být člověkem a být uznáván za to, že jsem člověkem.

Ano, to je pravda, to je pravda. Ono je sice fakt, že jsme povstali z tý opice, ale člověk se vyvíjí. Jenomže já vidím jeden takovej, nevím jestli, ale tak jestli, je špatnej takovej faktor, že v dnešní společnosti se příliš rozmáhá virtuální realita. A že to odvádí lidi od toho normálního lidského života. Byl homo habilis, homo erectus, homo rhodesiensis a teď je homo sapiens.

A pak bude homo virtualis.

Ne, spíš si myslím, že tady začíná se vyvíjet homo debilis.

(smích)

Když ono, vrchol lidského života je láska, štěstí, spokojenost. Prostě ty naplněný... ty představy, který si člověk představuje a který by chtěl, aby mu život dal. Ono není potřeba, já nevím, když peníze jsou všeobecný ekvivalent hodnoty lidský práce obsažený ve zboží.

Ano, ano, hezká definice.

Ne, fakt. Takže já jsem nikdy smysl života nehledal v penězích.

A v čem?

Pro mě peníze sice byly potřebný, ale jenom aby jich člověk měl tolik, aby člověk mohl žít, aby si mohl koupit to, co potřebuje.

Smysl života

A v čem je tedy podle tebe smysl života?

Smysl života je žít spokojenej život, tak abych... až... jak mi vždycky můj táta říkal, až jednou budeš umírat, tak aby ses mohl sám sobě podívat do očí. Prostě žít tak, abych se nemusel stydět za to, jak jsem žil. Snažil jsem se. No, tak... taky jsem chodil s holkou a nechal jsem ji, bylo to blbý, ale to už tak život dal. Ale ve všem jsem se vždycky snažil mít nějaký takový určitý zásady chování, nebo morálky, a ty nepřekračovat. Čili třeba můj první průser bylo, když mi bylo devětadvacet let, tak ke mně přišel předseda strany a nabízel mi členství ve straně. A já jsem mu řekl nezlob se, ale byl to náhodou můj kamarád, takže jsem si to mohl dovolit, říkám, nezlob se, ale do partaje leze spousta takových ksindlů, kteří tam nemají vůbec co dělat, tak já do takový partaje nepůjdu. Taky se mi to vyplatilo, když jsem chtěl studovat na vysoký škole, tak přednost dostal straník přede mnou, ale to už. No... ale prostě určitý takový morální zásady by měl člověk mít, a hlavně se podle nich chovat.

Ano.

Rozumíš? Ne jenom v hubě, ale taky v tom, co dělám. U nás třeba musel bejt člověk poctivej, protože když udělám nějakou kravinu, tak se kluci zabijou, tak to prostě nešlo. Člověk musel dodržovat prostě přesně ty zásady, který byly. Já nenávidím lidi, kteří maj plnou hubu lidství a socialismu a já nevím čeho, a přitom kouká, kdy by mohl toho druhého okradnout. No, co na srdci, to na jazyku. Já se vždycky alespoň podle toho řídil. No, a někdy se mi to taky nevyplatilo. Dostal jsem přes hubu. Ale snažil jsem se vždycky, když něco tvrdím... když mám nějaké přesvědčení, mám nějakou vizi, tak se podle té vize chovat, no. To se v současné společnosti nenosí. Já vím dneska.

No to těžko, jde to těžko.

Já, když to vidím, jak se vztahy vytvářej místo toho, co máš tady nebo tady, ale co máš v kapse nebo v peněžence, tak to... to je přímo otřesný. No tak, co si chtěla?

Mám prostě osm okruhů takových otázek. Můžeme je procházet jakkoliv.

Dobře.

Jídlo, strava

Začněme u jedničky a dostaneme se k osmičce. Zajímá mě to základní, protože z toho vycházejí ty základní lidské potřeby, a to je jídlo, spánek, pití. Jestli prostě, jestli ti chutná.

To materiální zabezpečení není ale všechno.

No, určitě ne. K těm dalším se dostaneme, ale musíme u nějakých začít, tak jídlo. Je jídlo tady v domově v pohodě, je chutné, dá se to jíst?

Podívej se, já jsem vlastně většinu času vyrůstal za války a po válce, když byly lístky. Tehdy nebylo ani tak, co bude k obědu, ale jestli vůbec něco bude k obědu, takže já si jako v jídle nevybírám. Já jím to, co dostanu, a jsem šťastněj, takže tohleto není nějaká, jak bych to řekl, to pro mě není nějakým hodnocením života. Pokud mám ten chleba, teda to, co potřebuju, tak je to v pořádku. To samý peníze, já prostě peníze nepovažuju za smysl života, pokud mám, tak jsem v pořádku, když je nemám, tak je to blbý, ale není to nic kvůli čemu bych se vraždil nebo něco takovýho. Takže já se na to materiální zabezpečení dívám tak, že mi stačí to, abych byl živ.

A co spánek?

Spánek? Tak já jsem dělal, když byly dvacetičtyřhodinový směny, takže jsem byl každou třetí noc vzhůru, takže jako já chodím velmi pozdě spát. Já se třeba do jedenácti, do půlnoci dívám na televizi a ráno v šest hodin jsem už vzhůru, takže jako spánek není nic, co...ve spánku prostě nevidím smysl života. Spánek je určitě určitá fáze odpočinku, aby člověk nabral novějš sil.

A bolesti?

Bolesti. Bolesti... Jak víš, tak jsem měl tu bouračku. Byl jsem rok v sádře. Kolena bolí, nechce se to hejbat. Ale, ale bolest není něco, co by mě mohlo nějakým způsobem ovlivnit nebo něco. Bolí to, ale člověk musí to překonat. Každýho něco bolí. Babička třeba... poslední dva roky, když se jí rozsypal ten krček, takže se vždycky dobelhala z postele ke stolu a zpátky, takže jsem se o ní musel starat, uvařit, uklízet. Víím, že ji ta bolest ničila. Já, tak nějak to tělo mám až za tou hlavou. Nevím, možná ti to bude připadat pitomý, ale já prostě jsem spíš člověk, kterej, dokud mi to prostě myslí, Cum spiro, spero, víš...

Jasně, dokud dýchám, doufám....

Tak jsem šťastnej. Tak nějak tu tělesnou bolest se snažím upozadit, protože kdyby člověk myslel jenom na ty bolesti, tak by se musel zbláznit.

Rozumím.

Další, máš tam ještě něco?

Bezpečí

Mám, ještě spoustu. Tak další okruh otázek ohledně těch lidských potřeb se týká toho, jak vnímáš tu potřebu ochrany a bezpečí tady v domově. Jestli se tady cítíš jistě, v bezpečí, jestli je to všechno v pohodě.

Já jsem tady strašně spokojenej. Až kolikrát tady mám něco, co mi holky vyhodí, to mě taky štve. Ale jinak jsou tady strašně, hrozně fajn. Já nemůžu...když... my jsme... manželky teta byla v, já nevím, jestli jsem ti to neříkal, byla v Jindřichově Hradci, tam v domově důchodců. Nádhernej zámeček v nádherným parku. Měli tam takový obrovský sály, tam byla postel, stolek, postel, stolek, postel, stolek, uprostřed velký stůl, jedna židle vedle druhý. Měli jsme hrůzu z tohodletoho ustájení, víš, já jsem tomu říkal ustájení. Přišli jsme sem, dostali jsme nádhernej dvoupokojovej, teda dvoulůžkovej pokoj a babička mně během tří neděl... mi tady umřela. No, a tak, když si s někým šedesát let, tak ti schází, ale je blbost, jak lidi říkaj, že se chytaj za hlavu, tak to si lidi neuvědomí, protože k tomu nedojde, já jsem... kolikrát jsem se chtěl obrátit a zeptat se jí. Říkám, blbče, už tady není. No, a tehdá právě tady byla jedna taková blondřatá holčička. Janička, tys jí neznala, a já jsem říkal, že je stížená syndromem Matky Terezy,

protože ona měla přítele, ten její chlapec byl po úrazu ochrnutej od prsou až dolů. No, asi pětkrát, nebo šestkrát, tady sem za mnou byli s vozejkem. No, a chtěli se vzít a než se stačili vzít, tak jí ten kluk umřel. A ta holka, ta mě tehdá, takovým tím strašně krásným lidským způsobem... lidským přístupem, mě z toho svrabu dostala. Já jsem... tak ze srandy, říkal, kdyby byla starší, tak jí adoptuju jako dceru a takhle jí adoptuju jako vnučku. A vopravdu mezi náma byl krásnej vztah, jako mezi dědečkem a vnučkou. Takže já jsem tady hrozně spokojenej, opravdu, všechny ty děvčata a kluci se staraj. Když ono, jestli to dělají z lásky k lidem, nebo protože za to dostanou pár barevnejch papírků, za který si koupěj brambory nebo mlíko, tak to já nevidím... ale ten efekt je, že se tady mám opravdu dobře. Já jsem tady šťastnen, spokojenej. Je to tady prima.

Jak dlouho už jsi tady?

Pět let.

To to utíká.

Osmého listopadu pět let. To víš, mám devadesát. Osmého listopadu je to pět let, co jsem přišel sem, na mý narozeniny mě holky přivezly sem, na todle patro, a zůstal jsem tady. Už to bude pět let.

Láska, pocity, společenství

Tak to ti příští týden přijdu popřát. Tak, další okruh těch otázek týká lásky a pocitů a společenství. Toho, jak člověk žije s těmi ostatními lidmi. Jestli se třeba cítíš někdy osamělý?

Když já se řídím tím heslem, hledej mezi lidma přátele, nepřátelé si tě najdou sami. A tak se snažím, já jsem vždycky měl nějak... ohromný štěstí, že jsem měl okolo sebe spoustu přátel, takže já si nemůžu naříkat. Jistě láska... tak babička, měli jsme se strašně rádi, umřela mi, scházela mi, to je ... to je jasný. Ale přátel... mám to štěstí, že i tady mám i spoustu, měl jsem na vojně řadu přátel, takže já si na tohleto opravdu stěžovat nemohu, osud byl na mě vždycky milostivej. Už pět let sem chodí jeden kluk zezdola, Tonda, a, blbec taky, ožral se a upad, měl, tak měl obě fraktury claviculy, celej modrej, potlučenej, nemůže vůbec ležet, sedí v křesle dole, blbec, no. No tak, holt. No, tak prostě mám tady přátele a jsem tady velice spokojenej. Všechny ty Dášenky, děvčata, co jsou tady. Já jim říkám, že mám blbou paměť na jména, tak jim všem říkám drahoušku. Ne, ale opravdu mám se všemi velice krásný vztahy. Jsem tady rád, je mi tady opravdu dobře.

A máš nějaká přání?

Tak jediný přání mám, tak... abych pár těch kroků, který mi ještě zbyly, tak abych je dožil v takovým režimu, jako doteďka.

A plány? Plánuješ něco?

Děvče, v devadesáti letech.

No, dělala jsem rozhovor v tom Rakousku s paní, které bylo devadesát čtyři let.

A měla plány?

Ano, a já jsem se jí zeptala na tuhle otázku. A ona se takhle podívala, byla to opravdu hubená seschlá stará paní, a otočila se a měla tam takovou obrovskou knihovnu a říká, víte, já jsem ještě polovinu těch knížek nečetla, takže moje plány jsou, že to chci ještě dočíst.

Tak já měl knihovnu a tam jsem měl půl druhého tisíce svazku, četl jsem všechny, teda... některý jsem nedočtl, protože se to nedalo, ale četl jsem všechny, a kdyby mě nezlobily oči, tak mám támhle další knihu. Já luštím křížovky, vidíš, támhle mám štos těch křížovek, to jsou všechno vyluštěný křížovky. Prostě tak nějak se snažím udržovat aspoň v tom, v tom stavu homo sapiens.

Takže plány jsou jenom takové křížovky a být slušný.

No, dožít.

To je hezké.

Abych v nějakém takovém příjemném prostředí a podmínkách ještě mohl dožít, vzhledem k těm tělesným problémům, co člověk má, tak abych mohl ještě dožít.

To je hezké a chodíš také ven na procházky?

Já už nechodím, už mi to nejde. Já chodím o holích. Tak takhle, zúčastňuju se všech akcí, co jsou tady. Kino a nebo ty... besedy, co jsou tady, opékání buřtů nebo tak, chodím do dílny k Pavle. To je hrozně fajn holka. Ona mě, Janička, Olda H. (anonymizováno) a tyhle ty všichni... mi vrátili víru v lidi. Pavla byla jedinej člověk, kterej mi vrátil víru ve mně samotnýho.

Jak to? Můžu se zeptat, jak to?

Protože mně dala možnost myslet a vyrábět a vymejšlet, prostě tvořit něco. Řekne, že by potřebovala vyrobit ptačí budku. Tak přemejšlim, jak udělat dvířka, prostě... rozumíš, ještě cítím... třeba, chodil tam jeden kluk, seděl tam dvě hodiny a šmirgloval tam prkýnko, nevím, jestli vůbec na něco myslí, takže já prostě... teďka zrovna budu pro jednu tady dělat nějakou takovou dózu, dózu... na listiny A 4, prostě, nutí mě to tvořit něco, něco udělat, ještě něco vymyslet. Takže... jestli nějak dokazuju, že ještě nejsem komunální odpad? Ještě jsem užitečný člověk.

To je skvělé.

Právě proto mám Pavlítku tak rád, že mně to umožnila... rozumíš, že jsem schopen, já nevím, ty si viděla tu ptačí budku?

Viděla jsem, co jste tu dělali. Ano, ano.

Teďka jsem dělal ty... na dopisy... kaslíky. A teď mám, to jsem zvorál, to jsem zvorál.

Jak to?

Vymyslel jsem takovou blbinu. Udělat osmihranný krmítko pro ptáky.

Aha.

Jenomže jsem blbě nějak špatně spočítal a ta střecha mi vyšla menší než ten spodek, takže to musím předělat. Errare humanum est.

Ano, člověk se chybami učí.

Ano, ano.

Příště to dopadne lépe.

Ano, ano, však přece chybami se moudrá hlava učí a jednou chybou za druhou chybu se ručí, jak to zpíval Werich.

Tak to je skvělé.

Já říkám, já jsem hrozně rád. Tak takhle, když jsme byli s tou babičkou sami, tak ona... říkám, že už nemohla vůbec, já jsem taky s bídou lezl. Tak problém byl dělat ten oukrop a ty škusánky, nudle s mákem... A když jsem přišel sem, tak jsem teprve začal... zase se tak nějak rozvíjet.

Ano.

Já jim vděčím tady za to, že ze mě opět dělají člověka.

Což je krásné. To je úplně úžasné. Mám z toho husí kůže.

Tak já tě podržu.

Samostatnost, nezávislost

Určitě tady je brán ohled na to, co chceš dělat. Můžeš prostě se realizovat po svém, a když máš nějaká přání, tak je brán na to ohled. Všechny tvoje potřeby s tím spojené, tak když chceš něco, nebo když něco nechceš, tak to dělat nemusíš.

Já tady nemusím dělat nic, já tady dělám to, co chci dělat.

To je právě o tom, že člověk se chce realizovat, ale vychází to z něj a může, není to, že musí.

Ano. Já nechápu, tady některý, který nadávaj, támhleto se mi nelíbí a tohleto se mi nelíbí. Já, možná je to tím, že jsem... vyrůstal za tý války, kde opravdu nebylo nic, tak

si člověk váží i toho... Říkám, tam si četla, že táta byl obyčejnej policajt, máma byla doma, tak jsme byli rádi. Ale vždycky jsem měl co jíst a co na sebe. Nikdy jsem nemusel chodit nahatej. Člověk si pak nějak váží toho... že může žít jako člověk. I když třeba by si to představoval jinak, no, ale holt život přináší různý kotrmelce.

Vzlety a pády.

Ano, ano. Říkám, tak já měl tu smůlu, že jsem nastoupil do gymplu v třicátým devátým roce. V třicátým devátým roce zavřeli vysoký školy, čili potřeba maturity nebyla žádná, tak nás bylo tehdá, to tam bylo na Letný, tři střední školy... to byla v Posádkový ulici bylo gymnázium, na Strossmajeráku bylo dole gymnázium a dívčí gymnázium v Heřmance... tak to sloučili všechno do jednoho... tak tam bylo pět prim, z těch pěti prim byly čtyři sekundy, ze čtyř sekund byly tři tercie, z třech tercií byly dvě kvarty a z těch dvou kvart byla jedna kvinta, čili během čtyř let vyházeli osmdesát procent žáků. No, a my jsme měli tu smůlu, já jsem chodil do tercie do béčka a do kvarty jsem přišel do áčka a my jsme tam měli na latinu takovýho starýho dědu, my jsme mu říkali děda Machů, a on miloval literaturu, a tak, a antiku, takže... znáš písničku: Měl jsem tě holka rád a už tě má kamarád, měl jsem tě hrozně rád...

Ano, znám.

Amavi Te puella, iam Te habet collega, amavi Te puella, iam tam scimiam, in via reperiam, iaam tam scimiam, sicut es tu. Tak takovýhle blbiny nás učil. Tak takle prostě sme brali tu latinu. Tak jako to... a přišel jsem do kvarty a tam měli takovýho mladýho kantora... a on po nás chtěl takový nesmysly jako perfektum. My jsme vůbec nevěděli, že něco takovýho vůbec existuje. Tak když stavíš barák a nemáš základ, tak ti spadne. Tak i když jsme se snažili, on se svými žáky jel normálně, tak i když jsme se snažili, tak prostě. Tak něco podobného potkalo dceru, ona do druhýho ročníku gymplu chodila v Liberci, poté přišel šedesátej osmej rok a my jsme šli do Prahy, tak přešla do Prahy. V Liberci měli latinu od třetího ročníku, v Praze byla od druhýho ročníku. Takže ona musela za ten jeden rok zvládnout dva roky, tak ještě štěstí, že jsem si různý věci jako laudo... pamatoval, tak jsem jí s tím pomohl, takže ona musela za rok zvládnout dva roky, dva ročníky latiny. Tak holt to dopadlo tak, že jsem dostal consilium abeundi, to víš, co je, ne?

Tak consilium je... (pán mi skočil do řeči)

To je česky kopnutí do prdele.

Tak to nevím.

Tak consilium abeundi je rada k odchodu, consilium je rada, rada k odchodu čili: koukej zmizet. Tak jsem měl ted'ka širokou škálu možností. Mohl jsem si vybrat od lopaty, přes krumpáč až ke koštěti. Naštěstí se mi podařilo dostat se do učení... tak jsem se vyučil radiomechanikem. Když jsem šel do třetího ročníku, tak byl konec války, tak jsme založili svaz amatérů vysílačů, tak jsme si postavili krátkovlnný rádio a chytali jsme Morse a učili se how do you re... me? How, počkej... how... jak mě slyšíte?

How you hear me...

Jo, hear... I hear you fine. Prostě takovýhle blbiny. Pak jsem... si podal žádost na průmyslovku na čtyřletou, abych měl maturitu. Potkali jsme máminu bývalou přítelkyni, co spolu dělali, a její syn měl modrou uniformu leteckou, tady dva proužky, byl ve škole palubních telegrafistů a já dělал telegrafii, tak jsem se zbláznil, zažádal jsem si taky, no, tak mě zavolali, tehdá nás tam bylo tak tři tisíce...

No tedy.

A víš, kolik nás vzali? Třicet.

Wow.

Tam byl jeden kluk, on měl civilní šaty jako uniformu a vzduch jako moře a takovýhle hesla... brečel tam jako malej kluk. No tak... Bylo to prostě v podtlakový komoře,

zkoušky a na centrifuze nás roztočili, a tak teď jdi rovně. Bylo to zajímavý. Hlubkový vidění, dálkový vidění, noční vidění. No prostě, bylo to složitý. Pak ještě psychotechnický testy byly. Tak jsem nastoupil do toho učiliště, se mi podařilo. Právě nade mnou spal nákej Fanda Král. My sme měli postele nad sebou. A šel sem na první dovolenou... já tě tady tak votravuju, vid'...

Ne, povídej, je to zajímavé.

... na první dovolenou, na Vánoce v tom prvním ročníku a potkal jsem, den před tou bouračkou, jsem potkal mou první lásku, s kterou jsem ještě chodil na gymplu. Říkala, že je prvním rokem na medicíně, že už dělá medicínu. Ono se ani nevědělo, že to je moje první láska. To byla taková ta láska... o který se nevědělo...

Platonická.

První platonická láska. No, a pak jsem... jel... v Bubenči dávali Paní Miniverová, film, byl to anglickej film z války, tam ty letecký... bombardéry a posádky. No, a vystupoval sem... znáš to v Praze na Letný?

V Praze zrovna ne. Znáš spíš jenom centrum.

Jak je Letenská pláň, je tam ministerstvo vnitra a v tý ulici taky tunel, tak tam jsme bydleli. Tak jsem vystupoval z tramvaje... a vždycky bylo zvykem, že auta vždycky počkají, až lidi z tramvaje vystoupí, pak jedou. Tak jsem vystupoval a nějaký blbec mě autem nabral, tak jsem skončil až před ministerstvem vnitra, tak jsem se kutálel po vršku. Chtěl jsem vstát a ono to nešlo, jedna noha se mi nehejbala... a táta, jak byl policajt, tak se tam s těma policajtama znal, tak mu jako říkal, ať skočí k nám, vyřídít tam, aby... máma nespěchala s večerí, že se trochu zdržím. No, a... (smích) tak... odvezli mě na Bulovku... já tě tady takhle...

Vůbec ne, povídej...

A ještě ten den... v Praze byla jiná bouračka a ta dopadla blbě.

Aha.

A teď máma s tátou tam seděli na tý chodbě před tou ambulancí, teď otevřeli dveře a vezli někoho přikrytýho prostěradlem. S mámou to tam praštilo.

No, to muselo být strašné...

A za chvílku už vyvezli mě, já měl provrtanou patu drátem. Sedm neděl jsem ležel hlavou dolů a deset kilo...

Závaží, znám.

Deset kilo závaží. No, a tak prostě bylo v prdeli, škola byla v prdeli... Po těch sedmi nedělích, když mi to vytáhli, tak mě odvezli do vojenský nemocnice, a tam mě doktor Pitra, ten pak tady dělal primáře ve vojenský nemocnici na chirurgii. Ten říkal, je to blbý, máš to blbě srostlý, tak mi to třikrát lámali, operovali, no rok to trvalo, jedenáct měsíců jsem tam chodil, po půl roce mě pustili domů se sádrou. Tak sem vždycky jednou za měsíc jsem tam chodil na rentgen, tak jsem si vzal do tašky, do aktovky jsem si vzal botu a pak jsem si ji nosil v aktovce domu. To vim, tohleto bylo čtyřicátého listopadu, když mi udělal snímek a říkal, máš to srostlý... ten calus máš akorát na povrchu, vevnitřku ta kost srostlá není, tak mi dali jenom krátkou sádro pod koleno a říká, přijď za měsíc, a když to nesroste, tak holt bude nutná amputace. Ve dvaceti letech.

To je strašné!

Ve dvaceti letech řešit, jestli si nechat udělat dřevěnou nebo kovovou nebo jakou... jaká by byla... lepší. No, ten měsíc... stál... abych byl slušnej, vopravdu za hovno. Tak jsem to ještě ukecal, že přijdu až po novým roce, aby ta amputace nebyla pod stromeček. Tak... toho pátýho ledna jsem tam šel, no, a takle mi cvakal zadek, že kdybys tam strčila hřebík, tak vytáhneš staniol... nó, a udělal mi snímek. Přemýšlel jsem si, jestli si mám tu botu sebou brát. A udělal mi snímek a říkal, ty máš štěstí teda, ta noha ti srostla.

No tedy.

Tak jsem si vobul... konečně tu botu. Dobelhal jsem se domu. A pak sem ještě, no... Chodil jsem předtím s jedním děvčetem z Moravy, tam co pocházela máma, to byla dcera máminý kamarádky. My jsme se tak nějak poznali. Celou tu dobu, co jsem marodil, tak za mnou nepřijela, akorát jsme si psali. No a... pak někdy v únoru, vona končila zdravku, tak dělali ples, tak mě pozvala. No, to víš... Měl sem sundanou sádru. Tak sem tam jel sice... představovala mi ty svoje přátele, kamarády, spolužáky. Nějakej jeden, dva kousky jsme si zatancovali, jinak jsem seděl.

No jasně.

Pak jsem se vrátil, zavolali mě na vojnu sem do Budějovic. No a byli jsme... tehdá se plnil Tyršův odznak zdatnosti, a byli jsme tady na Sokoláku, trénovali jsme sto metrů plavání. No, a jak sem plaval, tak přede mnou nějakej blbec skočil z břehu do vody, jak jsem kopnul tou nohou, abych se mu vyhnul, tak jsem si vyhodil meniskus.

No, to snad ne!

No, tak sem měl nohu štajf... nemohl sem ji narovnat ani skrčit. Tak jsem se nějakým způsobem dobelhal na letiště, druhé den ráno mě odvezli do špitálu, tam byl nějakej takovej mladej doktor, šikovnej. Vzal tu nohu a šklubnul s ní nějak, nevím jak, já se teda musel převlíct...

Jasně, rozumím.

Ale koleno mi tam skočilo a mohl jsem chodit.

Ježíši, už dost.

Tak mě dali na pokoj. První den tehdá, nastupovala tam sestřička po škole, první den vůbec po diplomu a já jsem lempl línej, nerad vstávám, tak jsem ležel... a vona přišla, kdo nemůže chodit, tak říkám, když řeknu, že nemůžu chodit, tak dostanu vynadáno. Kluci mě přenesli na vedlejší postel, ustlala mi a přenesli mě zpátky. A přišla asi za hodinu a my jsme si s klukama udělali z hadrů mičudu z fuseklí. A tam, jak byl ten velikej sál, tam jsme hráli fotbal. Vynadáno jsme dostali. Takže jsem odcházel ze špitálu, že se s ní jdu rozloučit. Ona říká, počkejte, zrovna byla po noční, počkejte chvíli, já se oblíknou a půjdu vás vyprovodit. No, tak mě šla vyprovodit, já jsem pak šel vyprovodit jí.

A takhle jste se doprovázeli...

Doprovázeli pětadesát let.

To je krásné, to je nádherné.

Já tě tady zdržuju...

Estetika

Ne, vůbec ne. Já bych se tě ještě na něco zeptala, jestli můžu. Co je pro tebe hezké? Co považuješ za hezké? Co se ti líbí?

Tohleto je teda strašně těžká otázka. Hezké...

Je to nějaký hezký obraz, člověk?

Tady spousta, obrázek, tyhlety jsem si sebou přivezl. Tenhle ten velkej třeba, to jsem ti říkal, jak jsem si ho koupil?

To si nepamatuju. Nevím. Asi ne.

Jel jsem z Prahy na chalupu. To už jsem byl v důchodu. V Lišově byla výstava obrazů. Já mám strašně rád obrazy. Já jsem třeba měl od Mařákovy školy obrazy. No prostě, mám rád hezký věci. Tak jsem tam přišel a tenhleten obraz tam byl, svítily na něho reflektory. Tak jsem si řekl, že ho musím mít. Támhleten jsem koupil babičce, zimní krajinu. Měl jsem svoje prachy, tak jsem si ho koupil, když jsem šel sem, tak jsem si ho vzal s sebou.

Takže máš rád všechno, co je hezké, hezké věci, hezké knížky.

Takhle, nemusím mít přepych. Já si nepotrpím na přepych jako krásné oblečení, ale mám rád krásnou knížku nebo krásnou hudbu. Teď to bude rok, Katuška najednou za mnou přišla, jestli bych nejel do Prahy. Na koncert. Chumelenice byla. Přijeli jsme do Smetanky do Prahy, do reprezentáku... Já tam chodil. Asi jsem ti to neříkal. Když mi byl rok, tak jsem měl spálu, táta taky. A byli jsme spolu, leželi jsme na Bulovce a ležel tam s náma nějaký pán Hamáček a on hrál v český filharmonii. Tak jsem pak chodil k němu fídlat na housle. Chodil jsem, když byly nějaký koncerty filharmonie, tak jsem tam za ním chodil, chodil jsem na druhé balkón. Krásnej koncert symfonického orchestru. Třeba Čajkovský b moll?

Nevím, jestli znám.

(zpívá) Když bylo Dvořákovi smutno po vlasti, tak...

Tak tohle se ti líbí, to je hezký.

Ještě mám rád hezký věci. Nemám rád peníze. Mám rád něco, co člověka povznese, co mu něco dá?

Seberealizace

Je ještě něco, co bys chtěl zažít?

Ještě. Tady byl jeden fyzioterapeut, jmenoval se Olda H. (anonymizováno). Možná ho znáš. Velikej chlap s ještě větším srdcem.

Takový starší?

Jo, takovej starší. On byl, on sem chodil... ke mně na léčení. Jsme se bavili a říkal, že je z Chrudimi. Já jsem říkal, že jsme taky v Chrudimi byli, dcera se tam narodila. Tak jsme zjistili, že když jsme vozili v kočárku dceru, tak tam paní V. (anonymizováno) vozila v kočárku Oldříška, oni byli rok od sebe. Olda říká, chtěl by ses tam podívat... říkám, tak to bych chtěl... tak v sobotu si vemeš oběd a pojedem se tam podívat. Přijel s autem, naložil mě, zavezl mě do Pardubic, tam, co sme bydleli, do Chrudimi.

Ano.

Říkal jsem, že jsem lítal. On, jestli bych si chtěl ještě zalítat, tak mi přes nějakou známou zařídil hodinovej let na Hosíně, tak sme přišli na letiště, posadili nás dopředu do aeroplánu a lítali jsme, viděl jsem zase Hlubokou, Klet'... Křemži, Lipno. No, a když jsme to oblíkali všechno a přistávali jsme a já viděl před sebou tu runway, jak pomalu... tak sem slyšel (pán zpívá): „Končí ten čas, jenž byl plný, nejhezčích nocí a dní, poslouchej, jak tichý valčík, na rozloučenou nám zní.“ Byli jsme na zemi a já už od života nic nečekám... To, co sem chtěl ... od něj, to sem dostal. To, co dostávám teď, to беру jako zvláštní dáreček. Já prostě už nějaký přání od života nemám. Abych byl zdravěj, aby se moje, moje potřeby nesloučily na to ee ondle, pan baron v tom filmu, znáš to?

Který?

Fešák Hubert.

Znám.

Zatím jsem šťastný, že ten rozsah potřeb je větší.

Spiritualita

Pořád se smyslem pro humor. Je něco, co bys ve svém životě udělal jinak, kdybys mohl? Kdyby ses mohl otočit a něco změnit.

Tohleto je velice složitá otázka, protože nevíš, co by si, jak by si tím udělal jinak...

A jaký by to mělo následek, jistě...

Takže já ne... asi nevím. Možná bych udělal ještě větší kravinu, než, než sem dělal. Chtěl bych, aby se ten život, třeba, vyvíjel v tom okamžiku jinak, ale říkám, jak sem si udělal tu nohu, marodil sem, potom sem sloužil tady na letišti a dostal sem do ruky rozkaz, že ten Fanda K. (anonymizováno)... a eště těch dalších sedm kluků zemřelo při

letecký nehodě. Takže to, že sem si zlámal nohu, to, že sem trpěl... mi zachránilo vlastně život. Je to blbý, no... Je to osud.

Společensví

Ještě mi prosím tě řekni, jestli můžeš, jak vnímáš okolí? Jsi oceňovaný jako člověk? Máš pocit, že tě okolí, že tě naše společnost bere jako váženého člověka, že si tě cení?

Tady ti zase odpovím tím citátem lorda Chesterfielda: „Bud' moudřejší než jiní, ale neříkej jim to.“

Rozumím. (smích)

Spiritualita

Já sem... v životě... toho moc prožil a moc sem si toho vytrpěl. Řekl sem si, že jediná možnost, jak to všechno přežít, je dělat si ze všeho srandu. Já vim, je to blbý, ale je to jediná možnost, jak ty problémy vyhnat.

Ne, vůbec ne.

A všechno brát tak nějak... humorným způsobem.

Ano.

To jsem ti říkal, že dcera, no prostě ona má postavu po mně, a nějaký kluk jí řekl, že je tlustá nebo co, tak to do táhla ze 70 kil na 37...

Ježíši, to je...

Tak byla rok v blázinci...

Ne....

Dokonce byla po klinický smrti. Podařilo se na Františku restituci, že se vrátila. To bylo hrozný, to byl strašnej rok. To si nedovedeš představit, jak ti dítě umírá, jediný, pro co žiješ. No, a tak se člověk musel obrnit strašnou trpělivostí, strašným takovým nějakým pocitem, nevím, jak bych to vyjádřil. Prostě. Já musel spoustu věcí překousnout a smát se, dělat si z toho srandu. Možná je to tak trochu odpověď na tu tvoji otázku.

Je něco, k čemu se vztahuješ? Víra, bůh, příroda? Pomocí čeho zvládáš tyhle situace?

Právě tím, že si z nich dělám legraci.

Takže nemáš žádného boha, nebo tak, žádnou víru?

Ne, ne. Totiž takhle, svět zde existuje sedm set miliard let, spadl sem nějaký šutr, na kterém byly aminokyseliny, vznikly z toho viry a tak dále. Že tady byl nějaký pán bůh, který tady musel být předtím, než vzniklo Slunce. Tohle jsou pindy nějakýho starýho zbrojnoše, na který já nedám. Já sem materialista, nechci říct komunista, protože komunismus zkurvili a není to, co by to mělo bejt. Ale filosoficky jsem, uznávám prvotnost hmoty a předvědomí. Takže tohleto je můj filosofickej názor. Na pána boha nevěřím.

Ani na přírodu?

Příroda, jo, příroda no, přírodní zákony platěj. No víš, jak ten Moha..., no Moha...

Mojžíš.

Ježíš, Mojžíš, Mohamed byl ten... co se dožil devítiset let...

Ne, to byl Metuzalém.

Jo, máš pravdu, to si pletu, proto taky říkam každý holce drahoušku. No, tak přišel k tý řece a máv tou rukou, no, to je blbina. Jestli pak víš, jak to bylo?

Ne, nevím.

No právě...

Tvůj otrlý humor...

V tý době tam byla určitá silná tektonická činnost, jo... A na tom horním toku byl v Jordánu, ono to nebylo na Mrtvým moři, bylo to na Jordánu, tak tam došlo k závalu...

Ano.

Čili, než se ten zával naplnil, tak ta voda přestala týct. Vono to samozřejmě nebylo suchý, to byla kravina. Takže tohleto bylo proti přírodním zákonům, takže tomu

nevěřim. Nebo potopa světa, dovedeš si představit, já nevím, jak je vysokej Ararat, jestli tisíc metrů, nebo nevím jak, dovedeš si představit, tak strašnou spoustu vody, která by byla potřeba, aby se svět zatopil do sto metrů, takže to je taky blbina. Teďka blbina... ten Noe, se třema rukama, von postavil málem zaoceánskej parník, do kterýho se vešli všechny zvířata. To je... to je taky debilita. Mohl udělat tak maximálně vor, jako to tady měli ty vodaři, a to si paní Noeová vzala ty svoje dvě kozy.

Ne, tak každý se potřebuje o něco opřít. Někdo má toho boha, někdo má přírodu.

Já se opírám o přírodu, o přírodní zákony. To, co, že země se otáčí, že je tady Slunce okolo kterýho se točíme. Třeba proč postupujou meteriologický jevy od západu k východu. Víš proč?

Asi kvůli...

Protože se otáčí od západu k východu a vzduchový masy mají určitou, určité zpoždění. My se pohybujeme rychlostí nadzvukovýho letadla. My se pohybujeme asi 1600 kilometrů za hodinu, tak se otáčí zeměkoule, přitom to nepozorujeme.

Aha.

Když se na to člověk dívá takhle, když poznává opravdu zákony, tak se mu to vysvětluje. Třeba blesk, že jo, voni věděli prd, že tam je studená fronta, že to teda zvedá teplej vzduch do vejšky a třením vzniká elektrickej náboj a příroda nemá ráda nepřirozený stavy, tak se ten náboj vybíjí. No, ale objevil se tam někdo, kdo říkal, pán bůh nás trestá. Říkal to šikovně, on neřekl, to vím já, to pán bůh to řekl.

Zase to je tak, že je to pro ty lidi, kteří se potřebují o něco opřít; pro ty silné lidi, kteří se o to opírat nemusí, tak ti mají jiný pohled na svět.

No dobře, nezlob se, ale vopírat se o bludy, to mi nepřipadá dobrý. Lidi by se měli opírat o to, co existuje, o přírodní zákony, o poznávání objektivní zkušenosti.

Ale to je pro silné. To není pro všechny.

Já nevím, já se vždycky snažim pochopit podstatu. Prostě ztotožnit subjekt s objektem, jak se teda říká. Kdežto tohleto mi připomíná... pohádky pro děti. Já jsem právě... v baráku u nás, tak za války tam nad námi bydlel nějakej Němec, toho pak vyhnali a nastěhoval se tam náměstek primátora. Já jsem se s jeho paní, ta byla starší jak moje máma, mně bylo sedmnáct let, docela jsme se spřátelili a on měl úžasnou knihovnu, velikou, tak já jsem tam tehdá poprvé dostal do ruky třeba Podíl práce na polidštění opice, nebo O původu rodiny soukromého vlastnictví a státu, Komunistickej manifest. Četla si to?

Komunistický manifest jsem začala číst, ale nebyla jsem schopná to dočíst.

Tak si to přečti, to jsou strašně zajímavý věci. Třeba ten Podíl práce na polidštění opice, tam on právě popisuje, jak vůbec vzniklo lidstvo, jak ta první opice, která lezla po tom stromě a měla vyvinutej vratipalec, vzala do ruky klacek a začala mlátit do toho stromu, aby si srazila třeba to žrádlo. Takže tak vlastně vznikl homo erectus, člověk vzpřímený. Postupně tím vývojem. To jsou opravdu zajímavý věci. Právě prostřednictvím tihlectech knih jsem se propracovával k tomu pochopení. Nevěřim na pánbíčka, nevěřim na to, že Adam stvořil Evu a Adama, to je blbost, oni vznikli z opice. A zajímavý, uvažovala si někdy o budoucnosti lidstva?

Tak určitě, ale mám trochu obavy. Já si prostě myslím, že každá civilizace zanikne a zase to začne od začátku.

Víš, voni lidi si myslej, že jsou větší. Byli tady trilobiti, už nejsou, byli tady brontosauři, už nejsou, mamuti, nejsou. Každou chvíli slyšíš, že nějakej živočišnej druh vymřel a nevím proč by nacvičená opice... by měla mít nějakou výjimku. Zajímavá věc, jak sleduju schopnost mužských spermií oplodnit vejce, je zhruba poloviční, než byla dřív. Schopnost otěhotnět je asi tak hodně snížena. Takže tohle mi dává najevo určitou perspektivu přemejšlet, co přijde po nás. Jestli mravenci nebo lachtani.

Něco určitě, ale to už nebudeme vědět.

Takže já i o tom světě přemejšším, o takovejhle blbostech. Nehrozí nám ještě, neboj. To může trvat ještě sto nebo tisíce let. A právě ta schopnost oplodňování se mnou zatřásla, že to možná bude ještě dřív, než předpokládáme. Táta i máma byli každej z deseti dětí, já byl sám, dneska dcera má tři kluky, ale to je spíš výjimka, polovina manželství je bezdětných, polovina lidí vůbec nevstupuje do manželství. Teď mi tady jedno děvče říkalo, že potratila a že už nemůže mít děti. To je strašný. Představ si, že ve třiceti letech vědět, že si tady na nic.

Já bych neřekla, že tady je na nic. Akorát prostě ta její úloha je v něčem jiném.

No dobře, ale tou nejdůležitější úlohou člověka je zachovat to lidství. Já vim, ale prostě, chápeš tu perspektivu, že ta holka ví, že nemůže. To je na tom to hrozný. Pokud nechci, tak to je moje rozhodnutí, ale jestli nemůžu, ale takových případů je plno. Začínám se o tu budoucnost lidstva bát, ale mě to už nepotká, že jo. Je to hrůza.

Co se dá dělat.

Ještě tam máš nějakou otázku?

Nemám. Všechno jsme probrali. Mnohokrát děkuji.

Já děkuji tobě, že jsi přišla, že jsem prožil příjemné odpoledne.

Děkuju. Bylo to zase obohacující. Moc děkuju.

Já jsem šťastný, když si s někým můžu povídat. Mně to zajímá tyhle ty témata a já jsem vždycky byl takovej blbej, že jsem nad tím přemejšlel. Máš lidi, s kterými se můžeš tak akorát bavit o tom, co bude k obědu.

Rozloučení a poděkování.

Příloha XII Přepis rozhovoru s panem Františkem, Česká republika

František, 73

Právě těch lidských potřeb je velké množství a jsou různé druhy těch potřeb, takže bychom to vzali od těch základních až po ty nadstandartní, jestli Vám to nevadí. Takže bych se Vás nejdříve zeptala, jak ty základní potřeby – ty se týkají jídla, pití a spánku.

Jídlo, strava

Takže bych se vás zeptala, jestli vám chutná jídlo v domově?

Když jsem nastoupil sem, tak to bylo 2011. Tak jsem vážil 47 kg.

47 kg?

A víte, kolik vážím dneska?

Ne, to netuším.

Metrák.

To je hezké, opravdu 47 kg? To jste byl obrovský sportovec.

Ne, já byl po úrazu, byl jsem po operaci. Manželka mi umřela, kluk mi umřel.

To je mi líto.

Tak jsem zůstal sám.

Ano.

Tak mě dali sem. No, a já jsem tady spokojenej, všechna čest, vždyť to vidíte.

Já bych řekla, že každý senior – a každý chlap – by měl mít trochu pupíček.

Já byl hubenej.

Já znám samé trošku – ale možná to je tím, že jsem sama taky trošku rozsaditější, takže znám samé takové.

Ale zase máte výšku, ne?

Tak trošku, to je pravda. Takže s jídlem jste spokojený?

Já tady jo. Sestry taky, fakt, ředitelka výborná, dá se s ní mluvit. Pěkná... pěkná je, no, s ní se dá mluvit pěkně, jó a... rozumí vám, no, prostě je dobrá.

Vyslechne vás?

Vyslechne, to jó.

Láska, pocity, společenství

Takže když máte nějaká přání?

Tak se je snaží plnit.

Opravdu? No to je úžasné.

No, vždycky tady máme besedu, ona přijde. Tadydle na... na patře. A tak se ptá každého – kdo chce, může mluvit, kdo nechce tak je ticho. No, ale většinou je ticho, ale člověk jí musí taky poděkovat za tu starost.

To je pravda, samozřejmě.

Za tu starost, né.

To je pravda, to je skvělé. A můžete spát? Spíte dobře?

Bohatě, teď jo.

Tak to je dobré.

Žádné prášky v noci, nic.

To je skvělé. A bolesti máte nějaké?

No takhle...já jsem měl... no, jak se to jmenuje... točila se mi hlava...tak byli jsme... tam jak je třída... ne třída, jak je Metropol... To já nevím, jak se jmenuje. No, a tam mi... jako dělali... prostě... vyšetřovali mě. Jsem to měl tady nějaký zablokovaný. No, a teď už je to dobrý.

Ano? Povolilo to nějakými léky?

A trošku jako blbě slyším... ještě, ale to se ještě dá dohromady.

Takže bolesti to tedy nejsou žádné velké?

Ne, zaplat' pánbůh.

Zaopatření

To je skvělé. A řekněte mi, cítíte se tady dobře zaopatřený ve stáří?

Všechno tady mám, televizi, všechno...

Takže jste spokojen?

Sestry jsou dobrý, vždyť vám to říkám.

To je skvělé.

Paní ergoterapeutka je výborná. Pečeme spolu.

Opravdu? To je skvělé. Jako muž se nestydíte péct, to obdivuji.

No, je legrace. To je hlavní.

Takže vy jste to dělával i doma nebo...?

No, pomáhal jsem.

Potom to člověk má zažité a těší ho to.

Jistě. Z vojny taky. Vojna taky dost udělala. Protože, tyhlety kluci, co jsou, nejsou na vojně... jim to chybí. To potřebujou k životu jako sůl!

Jsem úplně stejného názoru.

Já nevím, proč to... proč to zrušili.

No já taky ne, aspoň kdyby dali třeba na ten půlrok tu náhradní vojenskou, někam aspoň do nemocnice, ať vidí utrpení.

Aby se uměl postarat.

A viděl i to utrpení a že není všechno zadarmo a že jsou lidé, kteří jsou nemocní. Taky mám na to úplně stejný názor. Zrušení vojny je naprostý nesmysl.

To jo. To byla blbost. No nic. (smích)

Bezpečí

A máte tady dostatek soukromí?

Taky no, jsem tu sám.

To ano, ale jde o to, že když k vám někdo přijde, tak zaklepu? Nelítají sem dovnitř?

Já ho nevyhodím. No tak vidíte. (smích) On se zeptá, co chce, nebo já se ho zeptám.

Jestli chce pomoci, tak přijdu... na pokoj... kde on bydlí, no tak mu pomůžem.

Většinou mu televize nejde ...tak to namačkáme...

Tak to je dobré. Takže tady máte i přátele? To je skvělé.

No, to víte, za sedm let.

No, sedm let je dlouho. To je dlouho. To už byste vlastně o tom mohl napsat knihu, o tom, jak to tady vypadá.

No, knihu, to by bylo... Jak bych to řekl, no... To ne, na to nejsem.

Ten můj další okruh otázek, ten se týká toho společenství, být s těmi ostatními lidmi, vnímat nějaké pocity, mít se dobře, nebo mít se špatně. Jak vlastně vnímáte?

Jak to myslíte? Jako že se tady se sousedem třeba hádám, jo?

No, třeba. Že prostě máte dobré vztahy.

To se mi ještě nestalo.

Takže máte dobré vztahy? Cítíte se dobře?

Jak dole jdeme do kantýny, ne... tam jsou úplně z jiných pater. No, a vidíte, nehádáme se, nic. Pozdravíme se slušně, všechno. Taky se zeptám, jak se mám, co zdravíčko a takhle, víte?

Takže spolu takhle komunikujete, povídáte si?

Přesně, ano, ano.

Dáte si spolu kafe, no to je výborné. Ještě bych se vás zeptala, můžete o tom životě, který teď vedete, rozhodovat sám?

No, tak... rozhodovat no...

Kreativita

Můžete si říct tohle chci dělat, nebo tohle dělat nechci?

No to jó... ano, třeba když já nevím... já nevím, jak bych to řekl. Třeba je film nějaký, kterej už jsem viděl, tak já nejdu. A oni se nezlobí.

Tak to je skvělé. Takže můžete říct...

No, oni tady dávají pěkný filmy, někdy to vopakujou, to je takový... To není vono. No, jinak je... je tu kultura, všechno. My taky jezdíme po těchhle... Soutěže jsou, no, mezi domovama.

Ano.

Tam se taky zúčastňujem. Nebo jsme byli tady... Křídla, Skřídla... nebo jak se to tam menuje, tam mají zvířata víte, jako... koně, no.

Jako nějakou farmu?

No, na těch koních jsem jezdil taky.

Vážně? No to je úžasné. Nespádl jste?

Ne.

To jste dobrý.

Ale měl sem strach! A když už jsem seděl, tak už to bylo dobrý.

A to nasednutí? To je dost těžké, není?

To vám pomůžou.

Ano?

No jo... To je taková... já nevím, jak bych to řekl, ne bedna, ale... To je jako ze železa... taková rampa, na tu vyjdete, víte, a oni najedou s koněm, pěkně...

Tak takhle.

A už na něm sedíte, no jo.

No, říká se, že nejkrásnější pohled na svět je z koňského hřbetu.

To máte pravdu.

A je to tak?

Fakt.

Ano.

A když je hezky, tam... jako na Šumavě, tam je to nádherný.

A vy jste ze Šumavy?

Ne, já jsem z Budějovic. Z Nerudovky.

Ano, to je kousek od Palačáku.

No, to jo.

Plus minus. Od Iggy tou další ulicí nahoru.

No, tam... jak byla ta vojenská pekárna.

Pekárnu? Tu neznám vojenskou.

No, Iggy.

Iggy? To byla vojenská pekárna?

Nó, to byla vojenská pekárna.

Tak to vůbec nevím.

Tam se pekl chleba, a dobrej chleba.

Tak to ano, vidíte to. To jste mi zase rozšířil obzory.

Já si pamatuju trolejbusy a jéje. Matně si vzpomínám, a to jsem byl malej kluk, s mamkou jsme chodili po městě... si matně vzpomínám, že jsme tady měli i elektriku... jako tramvaj.

To je pravda, to jsem četla.

Byl tam, ještě tady jak jsou ty lázně, tak tam máte zbytek... ještě kolejí. Viděla jste to tam?

Ne, vůbec. Ale vím, že tu byly tramvaje. A já si ještě pamatuji, když se jezdilo po Lanovce. Tam jezdily autobusy.

Autobusy a trolejbusy taky.

Trolejbusy si nepamatuji, pamatuji si autobusy, jak se nastupovalo zepředu, platilo se tam, nevím kolik.

A nebo čtyřka, to byl okruh ne? To jezdil trolejbus... No, jak to jezdil... sakra. Od nádraží, pak to vzal Pekárenskou, jó... potom zase nahoru... jako okolo starý polikliniky, Sadama. No, a takovej okruh zase do města jako Lanovkou zase zpátky na... k nádraží, nó. To bylo zajímavý taky.

A kde jste pracoval?

V Koh-i-nooru.

V Koh-i-nooru?

V Koh-i-nooru, celej život. Vyučil jsem se v pětadesátým, no a od té doby jsem... končil sem v roce 2007, no, a hotovo, šmitec. Pak jsem měl úraz no, víte.

Co se vám stalo?

Nohy, no. Spálenina.

Pracovní úraz?

No, tříselnou kýlu taky ještě do toho. Vono se to nakupilo. Potom manželka umřela... No... ale už je to dobrý.

Vy jste říkal, že jste tu sedm let, že?

Sedm let.

Estetika

Ale to je dobře, máte tady krásný výhled.

No, to jo. Ty pokoje jsou pěkný, ne?

Ano, ty jsou nádherné. Opravdu to tu máte krásné.

To je výsledek ředitelky... to jako jó. Všechna čest.

To je, opravdu. A ten výhled prostě. Já jsem tu byla včera, ale to nebylo vůbec nic vidět, byla mlha.

No jo, to víte. Ale to je zajímavý to počasí, to je takový divoký. Byla ráno zima?

Ne. Asi patnáct stupňů.

No vidíš, nó, jak je to možný? Přitom vítr, že jo.

Ano, vítr veliký. Včera byly tři stupně, a dneska patnáct. Takže jsem si říkala, to není možné.

Co to je za počasí.

Asi zase nějaký fén sem přišel z Afriky nebo já si to také neumím představit.

To budou Vánoce, co? Nebo takhle, co říkáte tomu létu, to bylo léto. Horko, ne?

Bylo, ale bylo krásně. Já jsem si to užívala. Sice bylo hodně sucho...

Vy jste jezdila, to víte. A... co my tady, chudáci...

To ano, ale nemáte tady náhodou klimatizaci?

No, jak se tady říká, vyhlídka, otevřete okno.

Oni právě říkají, že tady budou dělat všude klimatizaci. Na všech pokojích. Už to nahoře je.

To já nevím.

A že to budou dělat všude. Právě kvůli tomu, že je strašné teplo v létě.

No, právě no. Tak... vono se v tom nevyznáte, v tom počasí. Jednou je takový...

Já vám ale můžu říct, že my jsme měli letos po deseti letech úrodu jablek.

No to víte, jablka. Ale brambory jsou špatný.

Brambory jsou špatné, ano. Ale ta jablka, právě letos že nezmrzla, protože vždycky to na jaře zmrzne, že ano. V květnu.

Ale byly mrazy.

Byly, ale nezmrzly kvítky, takže se to letos opravdu urodilo. Letos mám tolik jablek, že je rozdávám.

Ale zase obilí.

Obilí je málo, brambor je málo, protože je sucho.

Ale zase, kde vemete... když není. Ve světě taky, tam jsou taky chudáci. Teď to zemětřesení taky, že jo, to je hrůza.

Zemědělská půda se ruší. Staví se domy, satelitní městečka... A co budeme jíst?

Já nevím.

Těžko říct.

No jo, vláda, vláda si s tím rozumí.

Spiritualita

No ano, ta rozumí jenom tomu, co si sama strčí do kapsy.

Ale taky skončí, taky... No a, jak se říká, boží mlýny melou pomalu, ale jistě.

Věříte, že melou jistě?

Vím.

Věříte na to, že každý dostane to, co si zaslouží?

No, vždyť si to sám zavíní, ne?

Ale to ano, ale jestli opravdu ta spravedlnost existuje.

No, to jsem nezažil. To vždycky se hádáme o tu spravedlivost. Protože každéj máme svojí pravdu. Je to neštěstí, no. Ale musíme se domluvit, no. Vo to jde.

To ano, to určitě. Ale jde o to, jestli prostě člověk opravdu, když udělá něco špatného, tak jestli ty boží mlýny budou fungovat. Jestli za to bude potrestaný.

Ono, ne že bych je pomlouval... ty lidi, ale když to vezmu, třeba že já, když udělám něco špatně, jo, tak třeba... nechtěně někomu ublížím řečí, pak mě to mrzí, jo, to je pravda. Ale nedám mu to najevo. To je chyba taky. Měl bych se mu omluvit a tak dále.

Přesně tak. To je pravda.

Teď mluvím jak kněz, no, ale je to houby platný. (smích)

Láska, pocit, společenství

Tak se vrátíme k tomu, řekněte mi, máte pocit, že Váš život a všechno co jste udělal, jsou vlastně vašim okolím oceňovány? Že si Vás váží za to, co jste vytvořil v životě?

Když to tak vezmu, jo... my tady... Pro nás tady nebyla práce, tak postavili fabriku, né... jako firmu, kde jsem celej život dělal, a vidíte... co se stalo. Nic. Prostě to zrušili, prostě to je... jako kdyby nic nebylo. Jako, já jsem tam byl přes čtyřicet let a je to pryč všechno. Ne, a že neřeknou ani slovo o tom, jo. Že tam se makalo. To teda jó... tam byla dřina. A to víte, v tom prachu, v tom smradu, no prostě... Jestli jste byla v tom Motoru, to je něco podobného, jo.

V Motoru jsem byla, u vás ne.

Né, tam ste nebyla?

Ne, nikdy.

No, někdy jo, někdy tam bylo hezky... jako, když nebyl vítr, tak se dalo dýchat, jo. Ale jak se votočilo, tak jste to měla v sobě všechno. To víte, když jste dělala dvanáctku, u pece, v zimě, víte, byly tam... když byly votevřené vrata, teď to na vás táhlo, jak jste byla zpocená zepředu... tak zezadu zase chlad. To taky hekám někdy, jo. Taky se to ozývá.

A co se tam všechno dělalo?

Odlitky, víte? Jako...

Jenom odlitky? Do motorů?

Tam byla modelárna, dřevomodelárna, tam se dělaly věci... Hlavně modely. Pak se to... Největší kus byl takovejch... nó, to bych lhal... Tak takhle, 32 tun to bylo... do pánve... víte, 32 tun. A to byla potvora velká.

To ano. A máte tedy pocit, že za to, co jste udělal ve svém životě, vás společnost cení?
Jo, to jo. Já jsem takhle... Když jsme skončili školu, tak jsme jeli na výběr do zemědělství, nebo na Ostravu a nebo do Plzně... a nebo, co ještě... jo, zedníci tady ještě v učilišti. Tak jsem řekl, pojedu do Plzně, tam nás jelo nejvíc. To byly čtyry, co to melu... ne, vlaky... počkejte... Tenkrát to byla sláva, dechovka.

To jste tam jeli jako do učení?

No, do učení, jo, jo.

Takže jste tam byl na internátu?

Na internátu, celý tři roky.

Aha, a jezdil jste na víkendy domu?

Domů, taky, no. Za deset korun. Sice courákem, rychlík byl za osmnáct, rychlík.

Ale to zase si člověk raději jel pomalu, že ano. Za těch deset, aby zase zbylo třeba na pivo.

My jsme jezdili, no, v noci. My jsme na intr přišli tak ve dvě hodiny ráno, to jsme mohli.

Vážně?

Ale musel si vstávat zase. Do práce. A jó, bylo to tam taky pěkný.

Kreativita

A chodíte tady ven?

Jo, jo. Chodím.

Chodíte na procházky? Nebo do města?

Když je pěkně, jako dneska, odpoledne půjdu, no.

A chodíte pravidelně? Nebo jenom občas?

Občas.

A jak trávíte svůj volný čas jinak? Co děláte? Prozrad'te mi to. Buďte tak laskav.

Tady ten Zoom nebo jak se to jmenuje, v televizi, tam jsou věci, jó... Mě baví jako ty pyramidy a tohle. Jak je tohle možný, co?

Ano, jak to udělali, takové velké kvádry, jak tam dopravili. Bez techniky.

A oni to zkouší, a kdepak.

Bez techniky to tam dostali.

No, lidi dneska maj techniku, no. Kdepak. Jo, já fakt nevím, jak to dělali.

A co děláte ještě jiného? Chodíte na aktivity, které jsou tady v domově?

No, taky.

Chodíte na všechno?

Na všechno ne, no...

Vybírate si? Takže děvčata vždycky přijdou, dají vám nabídku?

Přesně tak.

A vy si vyberete.

No.

Takže nemusíte jít, vy si řeknete... dneska mě to nebaví, dneska se mi nechce.

Ona je tu nástěnka, ale to víte. To se jenom podíváte a jdete dál, že jo.

Jasně, ale děvčata přijdou a pozvou.

No jo, to jo. Člověk na to spoléhá.

Zas je to hezké, že si s nimi můžete popovídat.

Tak si popovídám, no.

Přesně, tak to má být. Takže na něco chodíte, na něco nechodíte? A také ještě něco čtete? Nebo vás zajímají nějaké výstavy?

Odebírám časopis, tu Epochu.

Ten je skvělý.

Nějakej sponzor, já nevím, jak se jmenuje, no od ledna to odebírám. A je to dobrej časopis. Tam, je tam všechno.

Ano, tam je všechno, znám ho. A nějaké knížky čtete?

Ne, ne, to ne.

A křížovky?

Občas taky, no, křížovky... ale...

A co třeba nějaké koncerty nebo výstavy?

No, paní ergoterapeutka tady jako pořádá ty... prostě, ale to je z tohohle... je to z těch kotoučů... vážná hudba, víte?

Aha, tak tam chodíte?

To je dobrá věc. Tady do zimní zahrady. No, ona to tam pouští. To je dobrý, no.

Ano, to je hezké. A taky tady máte nějaké kavárny, co jsem slyšela?

Jo, počkejte, oni chodí... sem muzikanti. Ale teď... minule tady byli, ale mordyje, to byl řev... Já teda, když to má pěkně udělaný, jako seštelovaný všechno, tak je to požitek. Ale von to byl, jako kdyby přiletěli Mart'ani. To byl rachot, pane bože. No, nic ve zlym, nic ve zlym.

Člověk přece může říct svůj názor.

Jo.

Estetika

Přesně tak. A ještě. Můžete mi říct, co je pro vás hezké? Co se vám líbí? Je něco takového?

Tamhle kaktusy. (smích)

Jo, kaktusy, no, to je krása.

Jsou pěkný?

Ty jsou krásné.

A kvetou. Tenhleten kvete.

Jak často je zaléváte?

Aha, počkej... jo, jednou měsíčně.

Aha, jednou za měsíc. Ale jsou krásné. Můj tatínek je taky pěstuje.

Ono to vyleze, paní terapeutka říká, abych to ustříh. Tak jsem to ustříhnul a zalívám to teď a prej o Vánocích to vyleze, tak jsem zvědavej. Móc jsem zvědavej.

No, to věřím. Takže se vám líbí kyticky. To je hezké. Hezké věci. A líbí se vám tady domov?

No jáje, kdepak si říkám, někam utíkat? Na co.

Tak máte krásný pokoj, velký.

No jistě. Vám říkám, tady je klid prostě... Sestry dobrý, kuchaři taky dobrý, ne.

Jste chlap, tak to má být. Musíte mít trošku bříško.

No jo, ale, když potom... ty ponožky... No já je teď nemám. No, ale když jsem musel ponožky... to je věda.

To je pravda, že to potom jde trochu těžko.

A člověk má chuť, to je ono. Aspoň kousíček.

A ještě, můžete mi říct, co vás zajímá, čím se zaobíráte?

No, tak... tamhleto... Co bych řekl. No, vesmír, víte? Taky zajímavý, no. Jako je to v útlumu, ale jsem zvědavej na ten Mars, no. To má být v roce 2037 nebo tak nějak, to už tady nebudu. No jo.

Takže sledujete Prima Zoom?

No, jak to dopadne?

Jistě. To kdyby si člověk řekl, jak to všechno dopadne, co bude.

Nejlepší je, oni teď dávají, jak byli na Měsíci... vzpomínali. To bylo taky pěkný. A teď s téma Rusákama, taky... Rusákům se taky nedaří, taky měli nějaké karambol. Museli přistát nouzově. No, mohli taky. Nedaří se, no.

Jestli už to nejsou příliš velké zásahy do vesmíru, co děláme. My, jako lidé. Že tam pořád vysíláme nějaké rakety a družice.

No, spíš by to chtělo lepší techniku. Jako, jak se říká, na koleně. Všecko, i když je moderní, ale to by chtělo... prostě... My se dostaneme jenom na ten Měsíc teďka, dál těžko. Protože ty raketový motory jsou špatný, to by chtělo, jak se to říká... jako to světlo. Teda, tu rychlost světla. Rozumíte mi, jo? Vono to má jiný názvy. A nebo, jak se to říká. To převtělování? Víte jako, jste na bodu A a teď vstoupíte do toho prostoru.

Myslíte, že vstoupíte do toho časoprostoru a dostanete se někam jinam? To myslíte?

No, a možný to je třeba, že jo. No, ještě to nevíme.

To nevíme, ale já si myslím, že třeba se historicky prokázalo, že všechno existuje.

No, vemte si to. Začátek devatenáctýho století, litaly letadla. A jak to rychle... A přišel rok 1960 a letěli jsme do vesmíru. No jistě, jo...

Všechno sci-fi, které kdy kdo napsal, se vlastně uskutečnilo. Když si vezmete Julese Verna, který napsal o tom, že poletí lidi balonem, nebo že se dostanou na kometu.

A zase, lítáme do vesmíru, ale zase nemáme prostudováno pořádně oceány. Takže tam jdete hloubš, ale tak už nemůžete, protože je tam tlak jako blázen, to vás tam rozdrťí, no to. I když máte pořádnou ponorku, všechno, tak vás to zničí.

A máte nějaké plány? Plánujete něco?

Ne

Vůbec nic?

Ne

Ani žádné pro Vás jako... Chtěl byste se třeba ještě něco učit?

Ne, no... chtěl jsem, tady dole jak je kantýna, nebo recepce, tak tam je, tam je počítač. Ale to je taky. To chvilku baví, jo, a pak vás to přestane bavit.

Ano? Ono na internetu se člověk podívá na spoustu věcí.

Jistě, to máte pravdu. No, ale zase druhý to chce. Třeba chce hrát šachy, jo, tak ho musíš pustit.

Seberealizace

A chtěl byste ještě něco zažít? Něco prostě... Máte nějaké přání?

No, chtěl bych, až bude splavnost, jakože bude... do Prahy... víte? Parníkem, tady z Budějovic.

Tak to je hezké.

To bych chtěl prožít. To je sen, co?

To je krásné přání, to se... (pán mi skočil do řeči)

No, dejme tomu tak za deset let, ne?

To já bych řekla, že dřív, vždyť ta splavnost už je teď. Kam teď se dá jet... Ted' už se dá jet přece někam...

Purkarec, ne?

Ano, ano, přesně tak.

No a dál? Nic.

Já myslím, že to... (pán mi skočil do řeči)

Tou malou lodičkou, že jo. No, to jo, ale...

Parníkem ne.

Jako je na Lipně že, něco takovýho.

Tak to je ale hezké přání, úžasné. A ještě bych se vás zeptala, jaké hodnoty jsou pro vás důležité? Je to třeba to, že jsou lidé spravedliví, nebo to že...

No, že právě se s ním dá komunikovat... s tím člověkem... cítíte, že si vás váží a prostě tyhle ty hodnoty mě berou. Ale abych se s někým hádal nebo tohleto, přesvědčovat ho o své pravdě, to já ne.

Takže jde o uznání toho člověka?

To jo. V podstatě, jsme na jedný lodi.

Spiritualita

To určitě, v té společnosti, přesně tak, to máte naprostou pravdu. A můžu se vás zeptat, když se ohlédnete za svým životem, otočíte se zpátky, co vidíte? Jste spokojený, je něco, co byste změnil? Nebo byste ho žil úplně stejně?

Co bych změnil? No, teď už nezměním nic, ale...

No, kdybyste mohl.

No, to je těžký, já nevím, no. Dvakrát se žít nedá.

To je pravda, nedá se dvakrát vstoupit do stejné řeky.

No vidíte.

A co cítíte, když se na něj podíváte? Byl ten život hezký?

Když to vezmu takle, když jsem ještě mohl chodit, jó... tak když to město, jak se měnilo... jako teď, zrovna teď, ty domy ty svítí tma ... no víte... to je nádhera, ne? Člověk je na to hrdej, když to vidíte, aspoň v tý televizi to ukazují, co se mění všechno... k lepšímu. Teď i ty paneláky, jak tomu říká Havel králíkárně, všechno. Je to... jiná doba.

Doba jiná je, to ano. Takže vidíte to zlepšení, a to se vám líbí?

Ano, ano. Jo, jo, jo, jo, jo.

To je hezké, to je pěkné. A ještě se vás můžu zeptat... (pán mi skočil do řeči)

Akorát by nemělo být tak draho.

To je pravda, to máte naprostou pravdu.

Na co je drahý, no na co?

A jak vás vnímá společnost jako seniora? Máte nějaké problémy, nebo vás oceňují za to, co jste prožil, udělal, za to, jaký jste?

No, jak vám říkám. Já jsem vlastně byl slévačem celý život, no, ale už si na mně nevzpomněli, no. Mně to není líto... mě to nemrzí. To je doba. To je tou dobou.

Myslíte, že je to tou dobou?

Já spíš nadávám na toho Dlouhého, tenkrát jsme měli v tom... jak byl Mountfield, víte? Jako u Škodovky, tam byla místnost, to byla jídelna, a tenkrát jsme tam měli s nima schůzi, s těma papalášema, a Dlouhý dělal... Víte, jak on je v tý komoře, víte kterej to je?

Vím, ano.

On byl mladej taky tenkrát.

On byl tenkrát mladý a teď se někde zaháčkoval.

Ten mě zl... no, co si na něm koupim. Nic. On se má dobře, já mu to přeju. Ať si trhne nohou.

Ano, to je pravda.

A takový lidi jsou, jo, jak se chytanou koryta, tak...

A můžete mi říct, v čem vidíte smysl života? Co to je pro vás?

Smysl života no... No... Já bych to třeba otočil, co myslíte, narodíte se ještě někdy? Třeba za pět set let?

To je otázka. Já doufám, ale nevím.

Jako takhle, to je energie, jo. Ta z vás vyjde, no, ale co s tím, kam jde, jo.

No, určitě se zase musí do něčeho transformovat, ta nemůže zmizet.

Já jsem měl tady souseda, pan R. (anonymizováno) se jmenoval, taky umřel, víte? On chudák se udusil, no, to bylo špatný na tom. A von umřel. A já říkám, ještě než umřel,

tak jsem ho poškádlil. Říkám, on se vrátil z nemocnice a během tří dnů umřel, víte? A já ještě blbec mu říkám. Počkej, musíš se dát dohromady, jinak se narodíš jako černoušek.

A věříte vy, že se ještě znovu narodíte?

Já ne.

Nevěříte? A nebo nevíte?

No, nevím taky, no.

Myslíte spíš že ne? Nebo spíš že ano?

Nebo budu ženská. (smích)

To se taky může stát, to víte, že ano.

Nebo brontosaurus. (smích)

A v čem tedy je smysl života? V tom žít dobře?

No, takhle... Smysl... Láska, to dělá láska, ne? Když máte rád, tak máte pro co žít, ne?

Ano, to je pravda.

No, tak vidíte.

To je krásné.

To je ten smysl. Že se... ta soudržnost... Zároveň pomoc...

To je hezké. A ještě, jestli se vás mohu zeptat. Máte něco, je něco, co vám pomáhá zvládat současnou situaci? Je něco?

No, ještě jsem takhle teda stres neměl, aby mě někdo vytočil nebo... Ne, to ne.

A je něco, co vám to prostě pomáhá zvládnout? Je něco, k čemu se nějakým způsobem obracíte, vztahujete? Nevím, příroda, víra, bůh?

No, tady je kaple. Tak tam občas zajdu, ale občas. Teď budou Vánoce, tak tam zajdu.

Zapalujete svíčky za manželku?

No, no. To jo.

Takže to vám pomáhá? Že tam zajdete a v klidu prostě zapálíte svíčku a nějakým způsobem tam vzpomínáte?

No, jo.

To je krásné. Aha.

Taky jsme měli spolu mraky, jo, a bylo taky dobře.

To je jasné, žádné manželství není jenom na obláčku.

Představte si, já jsem měl ženu, no... Jak je Ledenice, Ohrazeníčko, Srubec.

Tam odsud?

No, protože já jsem sloužil na vojně v Hůrce. Tam jsme stavěli bunkry, víte?

Na Hůrce u Lipna? Nebo na které?

Ne, tady na tý Hůrce, víte? No, jako ze Srubce dete pěšky jako do kopce, tam vejdete...

No, už si to nepamatuju pořádně. Jo, ale dostanete se tam na tu Hůrku. Tam je vojenský...jestli to tam ještě dneska je, já nevím... a my jsme to tam stavěli, tenkrát. Tenkrát tam přijeli Rusáci. Měli kulometry a ježíš, no, my měli lopaty. No, co udělali. Měli hlad, no... to víte. Tak jim dáte. Mladý klucí. Bůh ví, jak by to dneska... to už jsou dědkové jako já.

Tak pokud nebyli zlí, když měli kulometry.

Ne, nebyli, dalo se s nima mluvit. Doopravdy.

Tak to je skvělé, že aspoň nebyli konfliktní.

To, to bylo vidět hned. Nalítat ty Anduly, jo. To byly metry. Okolo toho stožáru tam byl maják, kvůli letadlům. A voni vokolo toho. Já říkám, ty vado, jestli narazí, tak jsme v čoudu. (smích)

A tam jste poznal svoji manželku?

Tam jsem poznal no. Se chodilo tancovat, víte? Za pětikorunu, jéje. Vojáčku a jedem.

Tak to je hezké.

No, bylo dobře. Oni nám pomáhali, nějaký Voldánů se jmenovali, my jsme jako jezdili pro vodu a na vaření, víte? My jsme měli maringotku a tam jsme vařili. Kuchaře jsme měli svýho. No jo. Jsme byli jak lordi.

To je hezké. A jak jste byl dlouho s manželkou?

Počkejte, no. Zemřela v roce 2006. No, a v šedesátým devátým jsem se ženil. No, po vojně.

A kolik vám bylo, když jste se ženil?

Dvacet tři.

Aha, aha.

Kluk se mi narodil v sedmdesátým, no. A umřel teď 2014.

To mě mrzí, to je mi líto.

Tak jsem sám. Ale jo, dobrý.

To je osud.

To nejhorší je za mnou a...

A ještě se vás zeptám, jestli můžu, zaobíráte se smrtí?

Ne. Na co?

Takže, říkáte si... až to přijde, tak to přijde? Je to prostě...?

Hm, já nevím jak bych to řekl. To člověk neví, že jo.

No jistě, přesně tak.

Teď, co si povídáme, a najednou udělám kikirikí a hotovo. No, a jakej jsem byl, že jo, no.

To samé se může stát mně.

No, to...

To člověk nikdy neví, co se stane.

No jo... A vy se máte... taky dobře? No, starosti, starosti že jo?

To vždycky, to musí jít, každý den, kterého se člověk dožije, je vítězství. Ano, já tak vidím, že každý den je krásný, když se člověk probudí a řekne si: Ještě tu jsem.

A večer? Co děláte večer, když jdete spát?

Tak si říkám děkuju za ten den, že jsem ho mohla prožít.

Že jo, vidíte. I když je ticho tady, tak pomyslně říkám díky, díky za ten den....

Ano, ano, přesně.

A nemusí se modlit.

Ne, ne, ne, vůbec ne. Ale prostě je to takové rozloučení s tím dnem a že mi byl dán, že jsem ho mohla prožít, a ráno jsem zase ráda, že jsem se probudila a že mohu ještě nějaké věci udělat.

Ale vždycky, když... jo... jsem přeleželej nebo, já nevím, tak to bolí. Kristova noho, krucifix, to nadávám!

Jasně, trochu si zasakrujete, to znám. Já myslím, že to máme všichni stejně. To je takové, no... Takže tím prostě člověk... to musí nějakým způsobem zvládnout tu situaci. To je prostě o tom ten život, o té bolesti a o občasném hudrování. Ale pak zase si říkám, sice mě to bolí, ale zase je dneska tak krásně, zase vidím to slunko dneska.

Prý... jsem slyšel, že už tady je stanice autobusu jo? Já nevím, no, jako, nevíte?

Tady přímo u vás?

No, u kostela to jezdí, ne?

Ano, u kostela to jezdí.

A potom to jezdí jako tady nebo já nevím?

Ano, tady po té hlavní to jezdí, tam jezdí autobus. Ale jako kousek, musíte na tu hlavní.

Já stejně nemůžu, jo.

Nemůžete? Aha.

Já se jenom tak ptám.

Ale po té hlavní jezdí.

Jeden čas tady o tom mluvili, že tady udělaj zastávku, no, protože jezdí návštěvy sem, tak aby to měli blíž.

A kde jste bydlel v Budějovicích?

Tadyhle ve Čtyráku, Vítězný únor.

Aha, aha.

Jak je ta... panebože, jak se to říká... No, ten supermarket, ten... Víte?

Myslíte, jak je Cinestar a jak je Albert?

No, tam, tam. Albert, že jo?

Ano, Albert je tam.

No, tak tam hned.

Ale to bylo hezké místo na bydlení.

No, ve třetím patře jsem byl.

To je někde i Emma Destinová, je tam ta ulice?

Tak, Vítězný únor, Sokolská, nebo Sokolovská, teď nevím. Ale to jde jako ze Čtyráku.

Ale tam to bylo dřív hezké, když už tam nic nebylo, že ano, tam to končilo. A teď člověk tam vyšel na tu zahrádku.

Tam byly zahrádky. Tam jsme jeli taky. Další strejda, ten tam měl zahrádku, a to jsme tam dělali táboráky. Pekli jsme si párky.

On tam byl prostor, ne? Nějaký vojenský. Takže tam vedle vlastně nic nemohlo stát. No, to bylo hezké. No, pane Františku, já Vám strašně moc děkuju že jste se mi věnoval, moc děkuju za Váš čas.

No, děkuju taky.

Že jste se mnou prošel ty moje otázky, vymyšlené. Ale jste moc laskav.

Já měl vztek.

Jak to?

Ty volby, já jsem si to možná zavinil sám, protože oni prej chodili, kdo půjde volit, no dělají si pořádek. Já myslel, že zajdou za mnou, tak jsem tady čekal, všechno... Jo, prdlajs. Nepřišli. Nebo přišli a já jsem tady nebyl nebo byl na záchodě já už nevím. Tak a byly volby a on nikdo nepřišel. Já říkám a ježišmarja. Co jsem to zase vyvedl. Ona mi říkala ta ze sociálky. My jsme za vámi byli, ale vy jste někde lítal. A já říkám, no to není možný, vždyť jsem tady dřepěl. No, jo, ale...

Jestli jste zrovna někam odběhl...

No, třicetdevět procent, je to možný? To bylo nejslabší.

Myslíte účast?

Účast, tak třicetdevět procent. To je, ježišmarja.

Já Vám strašně děkuju, pane Františku, že jste si na mě udělal čas.

Jsme lidi.

A že jste si takhle krásně se mnou popovídal.

Příloha XIII Přepis rozhovoru s paní Janou

Jana, 85 let

Paní... já bych vás velice ráda požádala o pomoc. Já studuji na pedagogické fakultě.

Jo, takže paní učitelka.

Učitelka přímo ne, ale takový nějaký pedagog. To je trošku malinko něco jiného, ale učit děti nebudu, spíš dospělé, takže pedagog a ne učitel, protože u dospělých se tomu už nemůže říkat učitel, ale pedagog. A já dělám diplomovou práci. V té diplomové práci dělám výzkum, který se týká lidských potřeb ve stáří, jakým způsobem se ty potřeby ve stáří mění, jestli prostě některé potřeby vystupují do popředí, jestli jsou stejné, jako byly v mládí, a pokud ne, tak které jsou důležitější ve stáří. A jestli bychom mohly spolu projít, já jsem si udělala takový dotazník.

Otázky nějaký.

Jenom několik otázek bych se zeptala, prošly bychom to spolu a Vy byste mi na ně odpověděla.

No, když budu vědět jak, tak jo.

Jídlo, pití, spánek

Určitě to budete vědět. U každého to je něco jiného, každý člověk to vnímá jinak. Tak jestli můžeme? Tak já bych se Vás zeptala. První okruh otázek se týká toho základního zaopatření, jídla, pití a spánku. To jsou takové ty základní lidské potřeby, které člověk má. Jako najíst se, že ano, vyspat se.

Potřebuje.

Přesně to potřebuje, protože by jinak vlastně nebyl schopen fungovat, tak by mě jenom zajímalo, jestli Vám chutná jídlo v domově, jestli Vám to tu chutná, jestli máte dobré jídlo, pochutnáte si?

No, tak chutná jídlo. Můžu mluvit tedy?

Určitě, mluvte.

No, tak někdy je to výborný, no a někdy je to horší. To víte, uvařit pro tolika lidí, aby každému chutnalo, to asi nejde... Taky maj ty svoje kalorie. No, ale když si to člověk spraví, takže to asi není taky tak svatý.

Takže to je jak kdy.

Jak kdy.

Není to jako doma, že ano, určitě?

No, ale no tak doma jsme si tak nevyvařovali.

Ne, ne?

Doma jsme měli z čeho, ale časově mi bylo vždycky líto času na vaření, že to je zbytečný čas.

Já jsem to taky vždycky říkala, že když něco trvá v kuchyni déle než dvacet minut, tak je to ztráta času.

No, tak v nejlepším jsem to dala vždycky na kastrůlek nebo do trouby... zapla a šla sušit seno. To víte, práce byla hromada.

Jistě.

Tak toho vaření, ten čas, bylo mi ho líto.

Vy jste měli hospodářství?

No, tak zahradu, záhumenkovou krávu.

Zahradu, ano.

Krávu, prasata.

Tak to je práce více než dost.

Kachny, husy... slepice.

Bezpečí, zaopatření

To je jasné. A jste tu dobře zaopatřená v domově? Máte tady všechno, co potřebujete?

No, tak já myslím, že jo, že to všechno odpovídá, co je třeba. To hlavní je. To víte, někdy takový nadřazený věci, nebo jak bych to nazvala, to nebudou taky dělat. Oni taky mají svou dobu, do který se s tou prací musí vejít. No, ráno přebalují, dají snídani. No, pak nás zas ukládají... no, a pak je svačina. Někdy ji nosí hned ráno... jako před snídani. No, a někdy to nosí třeba až v jedenáct. Oni choděj koupat. Vždycky koupaj čtyři lidi. Ty dvě sestřičky, co jsou tady. Onehdy taky dělaj doprovod do nemocnice, tak je tu jenom jedna a ta koupat nesmí.

To je jasné.

Nebo vykoupá jenom takový ty chodící. Ty ležáky by sama nenaložila... Takže tu se jedná vždycky o to, že je třeba aby byli dvě... aby museli se doplňovat s tou silou taky.

To je pochopitelné.

Voni mužský jsou silnější, no, a ty ženský... taky už někdy mají toho dost, hlavně večír. Vždycky říkám, už jste vlaštovičky dolítaly.

Takže takhle je to. Záleží na těch, na těch sestřičkách.

No, jak jsou pevný v kramflekách, jak se řekne.

A můžete dobře spát? Spí se Vám dobře, nebo ne?

No, tak já do půlnoci toho moc nespím, většinou nespím, až potom. Oni chodí o půlnoci přebalovat... a když to tělo si tak jako uleví, nebo jak to mám nazvat, odpočinek... no, tak potom se usne, no. Já jsem nikdy moc v životě nespala. Já byla zvyklá brzy vstávat a mám ten problém... No, ale teďka jako jsem se naučila trošku do těch pěti, nebo čtyřech, abych spala.

A daří se Vám to?

No, tak teď už jo.

Ted' už ano, tak to je dobře. A jak jste tu dlouho v domově?

Čtvrtej rok. Já jsem sem přišla dvanáctého února, tak v únoru to budou čtyři roky.

A kolik Vám bylo, když jste sem přišla?

No, teď je mi osmdesát.

Takže Vám bylo sedmdesát šest.

No, tak dokad' to šlo... Jezdili ke mně, ještě když jsem doma byla, z Třeboně ty sestřičky, pečovatelky. Ty tam chodily. Jezdily teda každěj den... No, a potom jsem říkala toto je neúnosný... ty by si nás uhonila... To víte, on jezdí do práce. Taky záhy ráno, tak v pět hodin taky přišel už mě vzbudit, aby mě dostal z postele, když jsem to, snídani a zatopit. Takový, no, ty domácí práce. Aby to zvládnul, když von taky dělal všelijak a večír měl taky směny... dlouho, oni jako neměli žádnou pracovní dobu. On dělal na betonárce a tam museli.

Jistě.

Dělat jenom když byla práce, jak se řekne.

Od nevidím do nevidím.

No a tak... požádali jsme o ten domov důchodců v lednu a hned v únoru jsem mohla nastoupit... No, tak jsem byla ráda, že jsem se sem dostala, abych je tak netrápila. To víte, mladý se taky vždycky taky změní, takže to nejde. Tak jak to bylo naplánovaný asi mělo by to být, aby to bylo v zastání.

A jste tu spokojená?

No, tak vcelku jo... Zázraky nemůže dělat nikdo. Nikdo nám stáří nevezme, nemožnost taky ne. Když já sama nechodím, já se nevotočím na posteli, čekám na každěj pohyb, kterej se mnou něco udělá.

Ano. Tak to...

Jsem velká zátěž pro ně i pro...

Zátěž určitě nejste. To v žádném případě.

No, já si zase myslím, že jo.

Vůbec.

Když jsou vedle takový ty, který chodí, tak ty nemaj žádnou práci s nima.

Tak to je. Prostě někdo toho potřebuje víc a někdo toho potřebuje méně.

No, tak zadarmo to není. Oni dostanou od toho kraje příplatek.

Ano, přesně. A prostě každý má dostat to, co potřebuje. U Vás je toho potřeba víc a u někoho míň, ale to je přece naprosto v pořádku.

No, jak si to člověk myslí, no.

Bezpečí

Ano určitě. A řekněte mi, je brán ohled na Vaše soukromí? Máte tady svoje soukromí?

No, mám tu svoje rádio... A televize je tu teď už společná jako. Napřed to tu nebylo...

Když jsem sem přišla, tak tu televize nebyla... Ta tu bude asi dva roky teďka. Nějak na podzim nebo v létě.

A cítíte se tady bezpečně? V domově?

No, ale tak já... žádněj nás snad nezastřelí.

A zeptám se Vás paní... cítíte se někdy sama? Osamocená?

No, tak můj milovníček bylo rádio, že jsem deset let vdova, já jsem stejně byla sama...

No, a tak to je takovej můj takovej společník.

Takže nejste sama, protože si pustíte rádio, když...

No, tak jsme ho nepouštěli, protože jsem tu taky nebyla... No a když někdo má přijít, tak si to vypne, no. Když oni to nemají sousedé rádi.

Aha.

My tu máme jako velkej problém se sluchem. Oni neslyší. Nebo zase slyší moc.

Ano, tak to je v domově, že ano.

Někomu to vadí teda, takhle jsem to asi měla říkat.

Jistě. Tomu rozumím. To se vždycky lidé musejí nějak domluvit, že ano.

No, tak musíme vždycky někdo ustoupit.

Přesně, přesně.

Tak už jsem si tak jako na to začala jako zvykat, říkám, no. Když se jde, tady paní je hluchá, tak si pustí televizi, tak to je zemětřesení.

Aha, jistě.

Ona neslyší... Tak sem hodně nahlas, chodí zavírat dveře, že to moc hraje... To víte, každěj máme ty uši jinak.

Jistě, přesně, každý to máme jinak nastavené, to je jasné. A cítíte se dobře? Nebo?

No, tak já hlavně ne, oni mě strašně bolí nohy... i když ležím teda... To se zdá možná někomu divné, ale je to tak.

Takže máte bolesti. Máte bolesti pořád?

Skoro pořád.

A berete na to nějaké léky?

Ne, jenom na vysokěj tlak a na vodu.

Na odvodnění.

A ještě na žaloudek. Já říkám, proč mi to dávají, abych jedla. Takže takhle bych to asi normálně nesnědla, víte, ty porce. Takhle se přeci nutím, abych trochu snědla.

A jak se tady cítíte v tom domově? Byla to velká změna odejít z Vašeho vlastního bytu sem?

No, tak já byla zvyklá na ty kluky, oni tam ke mně chodili každěj den. Když podle práce, tak podle směn, se taky střídali, no a. No, je to tak pořád... Teď má asi na ranní tenhle tejden, ten jeden, a ten druhej, ten má dvanáctky, ten má i soboty i neděle... Ten dělá tady... v teplárně v Budějčích.

Takže máte dva syny, ano?

Tři.

Tři máte. To je úžasné.

No, já měla čtyři. Ten nejstarší špatně zapadnul. No, tak jsou tři.

Tak ti Vám dělají radost.

No, tak včera tu byl jeden... V neděli tu byl taky jeden. Zase s manželkama tu byli...

No, a tak říkali, že jdou zítra na pohřeb. Zítra je středa.

Samostatnost

Přesně tak. A můžu se Vás zeptat, můžete o svém životě rozhodovat sama?

Můžu.

Můžete. Je brán ohled na Vaše přání, co Vy chcete, nebo co nechcete dělat, můžete si o tom všem rozhodnout sama?

Já už jsem jim všechno předala.

Co jste jim předala?

No, jak to mají se mnou udělat, až umřu.

Aha. Máte svoje přání, jak byste to chtěla mít?

No, tak jsem jim to jako zopakovala, aby věděli, co mají dělat.

To je hezké.

Protože už jim radit nebudu. Když oni měli vždycky za to, že jim poradím. Víte, co mi povídal ten nejmladší syn? Když mám u tebe, musel jsem se postarat, tu tvoji hlavu jsme si měli nechat doma.

Kreativita

To je hezké. To je krásné, to je milé. A chodíte ven někdy? Dostanete se ven?

No, tak to nás musí někdo naložit a odvézt.

Ale když Vás někdo naloží, tak můžete.

Jo, tak jedu.

Ano, jezdíte někam. A co podnikáte třeba?

Já už nic nedělám.

Třeba se jedete podívat na nějaké trhy nebo do města?

No, tak to já nechodím, na takový, ne.

Ne, ne?

Jenom tady... kolem toho baráku.

Ven tady po okolí.

Jo... Na nějakou lavičku si sednu a povídáme.

A co děláte ráda?

Já už nic.

Jako třeba jste teď říkala, že chodíte ven a povídáte si.

No, v pondělí máme písničky, to bylo včera. Chodím zpívat. No, už se mi taky asi třese ten hlas, čím dál víc, ale nechci opustit tu naši partu.

To určitě, to je skvělé. Aha. A ještě děláte něco jiného? Protože tady se dělá cvičení různé, že ano.

Cvičení paměti.

To je skvělé. Také chodíte?

Chodím. Vždycky si vzpomeneme, co jsme se učili ve škole.

To je výborné. A do ergo dílny taky?

Tam nechodím.

Tam nechodíte.

Dřív jsem taky chodívala, když jsme pekli cmundu.

A na nějaké koncerty, co tady jsou?

To taky, chodím na všechno.

Ano, chodíte na všechno? A když, když jste říkala, že zpíváte, tak to si určitě prozpěvujete.

Zaspívám si, proto tam chodím.

Tak to je skvělé.

Abych nikoho nerušila, jestli to je kvalitně nebo nekvalitně... Tam se to vytratí, když je nás hodně.

Takže když jsou tady nějaké aktivity, tak děvčata přijdou a řeknou dneska je tohle a...

Byla v pátek, nebo už to bylo tejdén, to vidíte, už mám tu palici blbou už. No, nedá se nic dělat...V pátek to bylo...Tak tu byla harmonika s paní, která tu povídala, ale ta harmonikářka, teda ta muzikantka, pocházíme z jedné vesnice, tak já ji znám.

Tak to bylo hezké, ne?

No, ona měla takovou hezkou halenku, tak jsem měla na co koukat. Ona velice krásně zpívá.

A odkud jste, z jaké vesnice pocházíte?

Adamov.

Adamov?

No, u Rudolfova.

To vůbec neznám. U Rudolfova znám pouze Libnič.

Ten je na druhou stranu.

Aha, aha. Takže Adamov...

Tohle je na Lišov, jak se jede, tak je tam pěkná asfaltka, tak jezdívali na ten Adamov a do Lišova.

Aha, tak Adamov. To si vůbec nevybavuju, ale cestu na Lišov znám.

Lomnice, to víte, kde je?

Lomnice?

No.

Hm. A to je kousek od toho?

No, pak jsou Slovanice šest kilometrů.

Aha, tak to...

A tohle je ještě jednou šest.

Láska, přání, společenství

Tak to se tam budu muset někdy vypravit. To mi ani jméno vůbec nic neříká. A mohu se Vás zeptat... Když máte, máte nějaká přání, co byste ještě chtěla dělat?

Já všechno, já jsem se práce nikdy nevyhýbala.

Ale je něco, nějaké přání? Něco, co byste ještě chtěla zažít, nebo uskutečnit, přečíst, vidět?

To já nevidím, na čtení nevidím... To sem chodí paní R. (anonymizováno) a ta nám čte z knížky.

To je pěkné. A nějaké plány máte? Třeba plánujete něco?

No, kdybych mohla chodit, tak bych šla tancovat.

To je hezké!

Tuhle mi taky nabízela sestřička... na nějaký tance, ale na vozíku, já povídám, to si nemohu vůbec představit.

To je hezké. To je pěkné. To zkuste. To stojí za to. Opravdu. Zkuste to. No, když tam už jednou zajdete, tak zjistíte, jaké to je.

To nevím teda. Já si to nedovedu představit, jak bych na vozíku mohla tancovat, když sotva chodím.

Prostě budete mít někoho, kdo může chodit a ten Vám pomůže ten vozík ovládat.

Já neumím vozík ovládat.

No, právě že, právě ten někdo, ten partner Vám pomůže, že bude řídit ten vozík a Vás a bude s tím vlastně točit. To je bezvadná zábava. Zkuste to! Dojeďte se aspoň na to podívat. Je u toho spousta legrace.

Estetika, seberealizace

A ještě Vás zajímá nějaká kultura? Něco třeba, nějaké koncerty třeba, kromě toho zpívání? Nebo co děláte v tom volném čase? Koukáte na televizi?

Koukáme na strop.

Na strop, aha. Televizi nepouštíte?

Ne.

Ne.

Až na večír... Tam je Cestománie, tak se dívám ráda na ty jiný státy, teda... Tak různý tam bejvaj programy. Teda na večír ve čtyři, v pět.

A taky si chodíte povídat s někým?

No, tak já nemám s kým.

Nemáte, aha.

S tou se povídat nedá, protože je hluchá a ona mi nerozumí, co povídám. Já mluvím špatně, to já si přiznávám, tak.

Ne, vůbec. Je Vám krásně rozumět. Krásně. Opravdu krásně. Já Vám rozumím každé slovo.

No jo, tak vy máte mladý uši.

Tak mladé nejsou. To v žádném případě. Řekněte mi, co je pro Vás hezké, co považujete Vy za hezké?

No, tu zábavu.

Zábavu, aha. Chodila jste dřív na tancovačky? Vytáčela jste se v kole?

Jo, s tátou, on byl velkej tanečník a zpěvák. No a potom, když už taky šel do důchodu, tak si koupil harmoniku, tak hrál na tu harmoniku. Tak seděl na zahradě a hrál na harmoniku.

A Vy jste zpívala?

No, tak já jsem taky zpívala, ale on byl umělec, jinej zpěvák než já. To já musím do háje.

To je pěkné.

No nic, tak to víte... nemoc a přišel o nohu a měl cukrovku, tak se to všechno tak utlumovalo, utlumovalo, že mi akorát zbylo rádio v kapse. On měl takový malinký rádio, tak já jsem si ho dávala do zástěry, i když jsem třeba sušila seno, vobracela, tak jsem měla rádio.

Tak jste poslouchala.

On dělal na zahradě vždycky. Dívala jsem se na elektriku, na sporák.

To je pěkné.

Práce bylo víc než dost.

Kdo chce, tak si vždycky najde dostatek práce, že?

Ano, ano.

Přesně tak to je.

A mě práce bavila. Já jsem jako nebyla na tu práci rozlobená, i když někdy se ale zdálo, že to skřípe zubama.

A líbí se Vám tady domov, kde žijete? Považujete ho za pěkný?

No, tak myslím, že je to v mezích normálu.

Prosím?

Že je to v mezích normálu.

Takže není to nic převratného, ale dá se to přežít.

Dá se to přežít, ano tak. Když to lepší nebude, to víte, mladší už nebudeme. Dělat taky nemůžeme.

A ještě byste se něco učila? Chtělo by se Vám ještě se něco učit?

No, ráda jsem taky pletla... no, a háčkovala jsem taky, ale to ještě jsem byla jako mladší. Teď už ne.

Takže už byste se nechtěla nic učit nového?

Oni ty ruky se mi klepaj. Já se klepám celá, když se takhle pustím, tak se budu klepat celá, tak já nejsem schopná s rukama nic dělat.

Nic dělat, jasně, rozumím.

S bídou se najím. Někdy mě to tak popadne, že se nemůžu ani najíst.

A jsou nějaké hodnoty, které jsou pro Vás důležitější než nějaké jiné? Nebo, co je pro Vás důležité? Které hodnoty? Lásku, zdraví, rodina, práce, domov?

No, tak syny mám tři a všechny mám ráda. Nedělám mezi nima žádný mrzutosti, bych nechtěla, abych se takovýho něčeho dočkala, aby se neměli mít rádi. No, stýkají se, navštěvují se... No, tak já myslím, že to je tak v pořádku, než včera mi povídal Vláďa, támhle mám pravnoučata, jestli to tam vidíte.

Ano, ano.

Já povídám mají děti prázdniny, tak já myslela, že jste doma, a on povídal, že už je vyhodili, že už jich mají dost... To víte, pět dětí. Ta chodí spát do druhého baráku. S těma většíma chodí von a s těma malejma spí babička.

To je hezké. Takže rodina je pro Vás důležitá hodnota, ti synové.

Ano.

To je hezké.

Děti si psaly Ježíškovi, co chtějí za hračky a... Toho, co napsali, to by musel mít Ježíšek milion.

Spiritualita, společenství

A můžu se Vás zeptat paní ... co cítíte, když se podíváte zpátky, když se ohlédnete na svůj život? Jak to vnímáte? Byl dobrý?

Byl dobřej, určitě. Ale neměla jsem si tý práce tolik brát. To si říkám dneska. Když člověk takhle zůstane... Když mě třeba v pětáosmdesátém říkali, že chodit nebudu, tak jsem říkala tátovi, než umřel. Přišel tenkrát z nemocnice v pátek, jsme sedli a povídali jsme a já mu říkám, tak jsem ti dosloužila, ale kdo bude sloužit mně. Dobře se to nevyplnilo, že když říkali, že nebudu chodit... takže jsem ti posloužila, že jsem chodila... No, ale už jsem ty hole po jeho smrti začala, ty francouzský hole, používat.

To je jasné. A udělala byste něco jinak? Kdybyste mohla, když se podíváte zpátky.

No, tak já se Vám přiznám, já jsem chtěla jít študovat, no, ale to mi nebylo z kádrových důvodů dovoleno... Padesátý léta byly od komunistů na nás zlý. No, a tak jsem zůstala doma. Bratr zemřel, ten měl zhoubnej nádor. Ten zemřel... v červnu a v srpnu jsem měla nastoupit potom do Škodovky. Já jsem se měla učit dřevomodelářkou, no, a tam mi říkali, proč jsem nešla študovat, že je škoda tam toho vysvědčení, že jako. Mně dali potom v roce učení jako na tu školu průmyslovku... No a já jsem to vodepsala, že nenastoupím, že budu doma, tak jsem se smílovala nad rodičema a nad jejich hektarama, no, tak jsem sedlačila od patnácti let. No, všechna práce...

Bylo na Vás.

Bylo na mně, protože rodiče to měli až kam.

Tak to jste měla těžký život.

No, život jsem lehkej neměla, ale asi jsem si z toho něco vzala, aspoň to tancování, a to, když jsme byli s tátou, když Vám řeknu, my jsme ten bál šli zahájit, to by byl nikdo nešel začít tancovat, když nepůjdeme my.

To je krásné.

A zase jsme skončili, když basu složili... Tak jsme šli domů, já šla z bálu rovnou do kravína.

Tak to byly tedy dlouhé zábavy.

Tak do půl čtvrtý se hrávalo, tak to bylo akorát, než jsme se dostali domů. Do kravína a tam jsem si musela zpívat abych neusnula.

Abyste neusnula. A co myslíte? Jste oceňována Vaším okolí a společností za to všechno, co jste ve svém životě dosáhla? Chovají se k Vám dobře a poctivě?

Myslím, že jo.

Ano? To je skvělé. To je výborné.

Já jsem taky něco platila, víte, jako když přijede prezident.

A ještě se Vás můžu zeptat, má život smysl? Myslíte? Co myslíte? Nebo v čem ho vidíte Vy?

Z dobře vykonanej práce, ale musíte si taky na to umět zajít.

Aha, aha.

Hlavně si nechat poradit od těch starejch. Víte, že jsem si nejdůležitějc popovídala s mojí tátou, otec teda, bylo mu pětadvadesát; a když jsem si ho musela k nám nastěhovat, už se nemohl obsluhovat. Tak tam byl u nás rok. Tak mi jednou povídal, proč tam sedím, tak nechtěla jsem mu říct, abychom si povídali, protože taky už jsem myslela, že ho to unavuje, a tak, co jsem chtěla teďka říkat nevím. Tak jsme si popovídali o takových věcech, o kterejch jsme si nikdy v životě nepovídali. No, já jsem se ve dvaceti vdávala, tak jsem z rodiny jako odešla, ale ve styku jsme s rodiči byli pořád... A tak jako jsem říkala, on má přeci jenom tu hlavu dobře pohromadě, on taky nebyl žádněj blbej, no... On byl hodně na tehdejší dobu vzdělanej, on říkal, že měl tři školy, jako tři měšťanky. To bylo něco jako gymnázium a taky byl v tej první světový válce... Tak teď jsem se teprve dověděla z rádia až teďka, na starý kolena, že už se v září střílelo tady na jižních Čechách, na tej Šumavě. No, on byl ve Vídni. On udělal taky chytristiku, on o tom vždycky vyprávíval, že když měl jít na tu vojnu do tý první války, ne, tak říkal, že to nafilmoval ten doktor, řekněme, já nevím, kdo to byl, hodil krabičku se sirkama a ten, co tam byl s ním, ten jí sebral a on mu říkal, že jí nevidí, tak on na tej vojně krmil prasata.

Aha, aha.

Vždycky říkal, jak jezdil na jatky pro krev a co měli s bídou čtvrt kila chleba na den. Jako hladu měli dost. On říkal tomu, že to byla červená řípa, asi. Podle toho, jak si to tak myslím.

A řekněte mi, je něco, co Vám pomáhá zvládat současnou situaci? Být prostě.

Když si někam vyrazim, popovídáme s někým, když na mě někdo promluví z těch mladších. To mám velkej vděk.

To je hezké.

To vidíte sami, ty starý ubožáky.

A je něco, co Vám pomáhá? Třeba víra?

No, do kaple chodím taky, odpoledne.

Chodíte?

Jo, to chodím každej tejdén.

Takže Vám to pomáhá, dojít si tam posedět, zavzpomínat.

No, ono je tam mše, jezdí tam polskej děkan. Napřed tu byl českej, to bylo lepší, protože ten taky někdy zdrhává a musí se dávat velkej pozor, abych mu rozuměla, nebo slyšela, rozuměla.

Jistě, takže to Vám ale pomáhá, že tam prostě chodíte...

No, chodím. Já vždycky říkám, zas někdo vypadnul, podle jména něktrý lidi znám, podle jména. No, tak což může dělat, no. Jsme tu na to, abysme odešli. Přišli jsme na svět proto, abysme odešli.

Takže také přemýšlíte nad smrtí?

No, tak si to nějak nepřipouštím, ale až přijde, bude tady.

Jistě, určitě. Jak jste teď řekla, přišli jsme na svět proto, abychom z něj zase odešli.

No, tak takový jsou moje slova. To já nejsem žádnéj študovanej člověk. V tomhle mi nebylo dopřáno.

Ale řekla jste to krásně.

No, ráda bych se ještě možná vzdělávala, ještě mě to neopustilo, ale není s kým.

A co by Vás zajímalo? Co byste chtěla dělat? Co kdybyste... teď Vám dávám nabídku.

V čem se chcete vzdělávat? Nějakou řeč se učit?

Umím rusky.

Umíte rusky? No to je výborné.

я говорю на русском. *Я не понимаю. Я понимаю.* Jestli umíte ruštinu, no, teď se učí anglina.

Přesně tak, ale ruštinu jsem zapomněla. Já už si ji vůbec nepamatuji.

Já už taky moc ne. No, takhle když něco řeknou v tej televizi, tak leccos vím, o čem to mluví, ale jako...

To jste dobrá.

V tej rychlosti překládat, to bych neuměla.

Já teda, opravdu, když mluví, tak nerozumím nic. Takhle jako občas něco bych jako třeba řekla nějakou frází, ale když by na mě někdo promluvil, tak vůbec.

No, taky u nás dělá, ještě jsem, no tak v Slovenicích teda... ruská delegace a asi pět nebo šest těch studentek bylo, tak uměly česky, ale jenom jedna uměla s námi jako bavit víc, víte. No, tak jsem jí naznačila, že umím taky rusky, takže jsem byla mladá, tak jsem to ještě ovládala víc.

Paní.... tak já se s Vámi rozloučím. Moc Vám děkuji za to, že jste si na mě udělala čas.

Udělalala.

A že jste se mnou prošla mé otázky.

Děkuju.

Dobře, tak Vám mnohokrát děkuju. Mějte se hezky. Na shledanou.

Na shledanou.

A moc děkuji za Vaši pomoc.

No, hlavně aby Vám to pomohlo.

Pomohlo, díky moc.

To byl můj úděl vždycky, abych někomu pomohla.

Tak se mějte hezky a nechte si chutnat. Na shledanou.

Příloha XIV Přepis rozhovor s paní Hanou

Hana, 85 let

Paní Hano, mockrát Vám děkuju, že jste si na mě udělala čas.

Času mám dost.

Já Vám řeknu, o co mi jde. Já jsem studovala tady na teologické fakultě a napsala jsem diplomovou práci, která se týká života seniorů v domovech, v zařízeních rezidenční péče. Jaké mají potřeby, jak se jim žije, jak jsou spokojeni. Ale psala jsem to o Rakousku, psala jsem to o rakouských seniorech. A v rámci svého pokračujícího studia bych chtěla ten výzkum rozšířit právě i o Českou republiku. To znamená, že bych chtěla úplně stejný rozhovor, který jsem dělala s těmi rakouskými seniory, udělat s českými.

To jste studovala v Rakousku?

Ne, studovala jsem v Čechách, ale jenom ten výzkum jsem tam udělala. A právě bych to chtěla rozšířit o ty české seniory a potom to v té práci nějakým způsobem porovnat, v čem se ty potřeby těch lidí liší. Pokud byste byla tak laskavá a věnovala mi čas?

To budu, určitě.

Určitě to není o tom, co víte, co nevíte. To je o Vašich vlastních potřebách a pocitech. Ještě bych měla jednu prosbu, jestli to pro Vás není problém, že bych to nahrávala. Nahrávala bych to jenom pro sebe, jenom proto, abych to mohla potom přepsat, protože já ten rozhovor musím přepsat, pak se to určitým způsobem kóduje a hledají se tam nějaké společné rysy. Ale pokud bych to musela psát tužkou...

To dá moc práce, to já vím.

A moc bychom si spolu nepopovídaly. Takže pokud by Vám to nevadilo, jestli bych to mohla nahrávat.

Už jsem taky něco dělala s někým takhle na mobil.

Jídlo, pití

Je to opravdu anonymní, nikdo jiný o tom nebude vědět a já to hned potom vymažu, samozřejmě. Takže jestli to půjde, tak já bych to zapnula. Já jsem samozřejmě čekala na Vaše svolení, jestli to vůbec půjde. Takže, já jsem si připravila takových osm okruhů otázek, které vycházejí z nějakých hierarchií potřeb, které vyzkoumali nějakí šikovní pánové už daleko přede mnou... A teď jestli bychom to mohly spolu projít. První ten okruh se týká jídla, pití a spánku. Jestli byste mi mohla říct, jak jste tady v domově zaopatřená.

Já myslím, že dobře.

Ano?

Co můžu chtít jinýho? Já bych si to s tím, kdybych teď měla bejt sama, neudělala, protože já byla v pečovateláku a kvůli tomu jsem tam zpátky nemohla už. Já pak byla v nemocnici. Já od tuhle dolů neměla nohy no, nevím, co se mi stalo. No, ale tak jsem se dostala sem. No, takže tady já mám všechno, a když to nemám, tak si o to řeknu.

Výborně, a dostanete všechno, o co si řeknete?

Nom co tu mají, když potřebuju něco tak...

Jistě. To je skvělé.

Takhle... pití dostanem, svačiny dostanem, odpoledne je nechci, protože to nikdy nestálo za moc a zase jsem stejně nikdy neměla hlad moc, a tak. Dopoledne jo, ty si beru.

A to jídlo, co je tady v domově, to vám chutná?

Jako všude v jídelnách. Jednou to chutná, podruhý to nechutná. Záleží, co to je a jak to udělají. Buď je to jednou... no... hodně slaná... tady není, buďto není slaná, nebo je to tak akorát, což to je dobře. No... ale mně na tom záleží, na tom jídle, jaký je.

Spánek

Jistě, a můžete spát, spíte dobře?

Ne, to už mám léta letoucí. Beru prášky. Já spím, teď bych bejvala začínala dřímat. No, ale je to tak těch dvacet minut... půl hodiny nanejvíc. No, a to se prospím a je to dobrý, ale v noci nemůžu spát a prášky беру na spaní a nemůžu. To je třeba, do 12 hodin jsem vzhůru. Potom třeba usnu na hodinu, pak jsem zase půl hodiny nebo víc vzhůru a zas tak kolem dokola. Já jako na spánek já nikdy moc nebyla. Ale teď kon vůbec.

A máte bolesti? Trpíte také bolestmi? Bolí vás něco?

Tak jako... to bolí každý ho asi.

A dá se to vydržet, dá se to?

Ale jo, když by se to nedalo, tak... Teď mě bolí pata pořád a já nevím proč, když řeknu, tak řeknou, že je to, mám tvrdý, mám nějakou padlinu, já říkám vždyť tam žádnou nemám, tak se tu dohaduju. Potom mě to zas přestane bolet, tak to nechám bejt a ono to zase začne. No, teď mě to bolelo dost a teď se to zase zdá, že to zas povoluje. Se na to vykašlu. Něco tam musí bejt v tej patě, ale co. Na vrch nic vidět není. No, a to potom, jak ležim dlouho, takhle jak mám tu nohu na tej patě. Ona mě nebolí ze spoda. Chodit to mi nevádí. No, ale...

Jakoby zezadu?

No.

To je určitě nepříjemné.

Je, no. Tak potom strkám takhle nohu z postele. No, já si poradím.

Tak to je skvělé.

No, když jsem měla bércové vředy tak jsem spát taky nemohla. To je vůbec bolest škaredá. Teď mi z ní tekla třeba voda a já nevěděla, co... kerá. To mívala jsem na téhle. Takhle jsem si dala dolů deku starou nějakou, na to dala ještě nějaký hadry. Nohu takhle položila, že jsem ji měla tak v tej vejšce, takhle. No, a tak jsem spala. Jednou nohou na zemi a jednou tak. No, nespada jsem, protože já jsem těžká, ale jsem zvyklá spát na zádech.

Aha, jasně.

Já se nevotočím na boky, na žádněj. I když bych se otočila, tak mě bolí kyčle zase... takže.

Jasně, A ty máte zahojené, ty bércové vředy? To se Vám podařilo vyléčit?

Ano, zahojilo.

Tak to je skvělé, protože to se léčí těžko.

No, mám zahojený.

To trvá dlouho, ne?

Já jsem měla dycky, že se mně to zahojilo a pak zase za nějaký čas udělalo a tak... Ale až po tej šedesátce mě to začalo zlobit.

Dřív ne?

Dřív ne, jako. To bylo dobrý.

A to máte asi cukrovku, že? Ne. Ne? Nemáte, tak...

Zaplať pán bůh. Ani cholesterol, ten taky ne.

Tak to je skvělé.

Akorát vysokej tlak, ale ten nemám ani teď. Teď kon co mi ho měřili, tak nevím... za jak dlouho mě měří, tak jsem mívala sto třicet tak, potom sto dvacet. Teď už jsem měla sto deset a naposled co mi ho měřili, tak jsem měla sto na osmdesát.

To už je až málo, to už je nízký, ano.

Tak nevím, až budou měřit další.

Jistě, jak to bude vypadat, a léky na to berete, na tlak nebo...?

Na tlak beru.

Na tlak berete.

Na bolení, na tlak, na ředění krve, nebo na co to je, ten Warfarin.

Bezpečí

A můžu se vás zeptat, jak vnímáte bezpečí tady v domově, jste tady dobře zabezpečená? Nemáte strach, že...?

Že mě někdo ukradne? Kdo by mě ukradl. On by se se mnou nedřel a takový bohatý tady nejsme už. Když to tady všechno zaplatíte, tak což Vám zbyde.

Jistě. To je pravda, že ten poplatek je dost vysoký, že.

Je. A něco, co zbyde, tak je to buď na tom účtu svým, že mi z toho platí léky nebo když se někam jede. No, a pár korun co mám tady... to by si nepomohl.

Takže vnímáte to, že jste tady ochráněná, v bezpečí?

Pořád lepší, protože tady... než by sem došli... nahoru, nějaký zloděj. To už bylo v tom pečovateláku horší.

Ano?

Tam jsem byla dole úplně v přízemí, rovnou z chodníku... jako do baráku jak jdete.

Jistě.

A tam Vám vlezl, zazvonil, zaklepal. Jednou přišel elektrikář, jednou přišel pán... mi... to... něco. No, už to bylo. Tam už to bylo horší. Tak už jsem si říkala, to je takový okno do rány.

Tak to je dobré ale, že ta výška je pro něco dobrá, že.

To by musel, já nevím, někudy po střeše.

T určitě. A ještě mi řekněte, jestli se mohu zeptat, cítíte se zde spokojená?

No... asi jo. Já bych řekla, že jo. Já jinde nebyla, teda v důchod'áku. Jenom na exkurzi jsem byla jednou, asi tři tejdny, co jsme byli někde v Chýnově. Tam to bylo v zámečku. Tak to tam měli taky hezký.

A měnila byste?

No, nevím. Tam jestli měli... jo říkali... že tam taky mají samostatný. My tady máme samostatný, akorát máme tu koupelnu dohromady, to sociální.

To je vynikající, že. Že to takhle máte jen pro sebe. Nebo byste raději byla na dvoulůžkovém?

Ne, já jsem právě chtěla jednolůžko. A vono... většinou tady se to prej povede, že se dostanou na dvoulůžkové a potom... jakoby za čas... na jednolůžko. A já jsem se dostala hned. Rovnou z té nemocnice, protože tam jsem jít nemohla, tam jsem to měla udělaný, že to zkusím...a když to nepude, tak že se mám vrátit do nemocnice, že mě tam naši mají přivezt, tak jsem to měla s panem primářem domluvený. Zatím přišlo, než jsem se z nemocnice dostala, přišlo, že je tady místo, tak jsem šla sem.

Tak to je skvělé, že jste to měla takhle krásně do jednolůžkového pokoje. Ale je krásný ten pokojík.

Tenle jo, tenle je malej. Já původně přišla na tenle. Tady ta paní... ta umřela, tak jsem se ptala sestry staniční, jestli by to šlo. A ona povídala, že abych počkala, že ty paní něco je, ta byla dóle... někde. Nevím, v kterým patře. No, a ona jim řekla, že jim stačí malej, no, tak já jsem šla z toho malého do toho většího. Kdyby bejvala řekla, že chce větší, tak bych tam bejvala zbyla... no.

Tenhle je opravdu krásný.

No, tendle je hezkej. Máte tu ledničku jejich, televizi. Taky nemusím mít svoji. No, tohle je všechno, všechnen nábytek tady. Jo, mám akorát támhle polštářek a tamhle něco na zdi, no, takový nějaký drobnosti... hrneček a lžičku.

A už jste tu dlouho?

Dva roky... v září to bylo.

Ale doma je doma že, asi, nebo... Když už to doma nejde, že ano, tak potom...

Když už jsem tam nebyla tak dlouho... vždyť to už je...v roce 2004 jsem šla do toho... pečovateláku, no, to už máte 14 let.

To už je hodně dlouho.

Tam jsem si jako těžko zvykala, protože v těch Ledenicích... jestli to tam znáte?

Ne, nebyla jsem tam.

Já, u nás, co jsem bydlela ve Strážově, tak jsme byli trošku jako vejš a viděli jsme tůdle na Klet' a takhle trošku po tej Šumavě, když se vyšlo trošku ven a tak... a tam jsem přišla... a tam jsem koukala... takhle z okna naproti... jako... kdyby sme bydleli... jako ve sklepě mi to připadalo, takový dole a potom za kousek. Kousek tam byla zahrada a za kousek byla silnice, to bylo samý fr, fr... a to jsem si nemohla nějak zvyknout, ale pak už jsem si na to zvykla.

To musí být nepříjemné.

Ale když jsem přišla sem, tuhle takhle, když zapadá to slunce. To u nás bylo vidět, ale ne zas tak pěkně jako tady z tej vejšky.

Vy jste byla v tom Strážově u Ledenic?

Ano.

Tam je to taky pěkné, protože opravdu vidíte už ten jih a ty lesy a Stropnici nebo co tam teče?

Jo, dole.

Tam je to hezké.

Chýnovice, ty už jsou moc dole.

Ty už jsou zase strašně zastrčené.

No, ty Komarice jsou zas trošku na vršičku, ale jó, de to tam.

Je to na té straně, vlastně jakoby na ten jihozápad že ano, takhle nějak se tam jede z těch Budějovic.

No, tuhle přes Rožnov na Hodějovice, ono se tam dá dojet více směry.

Zaopatření, společenství

A můžu se zeptat, jak se cítíte tady v domově? Nic Vám nechybí?

Ne...Vykoupat, to se nevykoupám sama, protože tady je koupelnička... ta sprcha... asi tak veliká jako tendle stolek... asi o kousek větší. Ve stoje by to šlo, ale to nemůžu, to bych nevydržela a dát si tam nějakou stoličku a sednout si a sprchovat se, to nejde. Tak jednou za tejdén... mě osprchujou. Dneska jsem byla, jinak chodím v útery. Tak mi to udělali dneska, protože zejtra jedu na...ultrazvuk, a tak mě vykoupali dneska... a takže... jako... nevím.

A cítíte se někdy osamělá nebo na to nemáte vůbec čas myslet na takové věci, protože neustále někam chodíte?

Ne, to ne, to zase nechodím, protože musím jedině s tímhle chodítkem... a to když venku, tak to není chození... to má takovýhle kolečka... to je tak převrátit se s tím, ale takhle dojet někam... tady... kam potřebuju, do sálu... po dlažbě... po rovném, to jo, ale takhle nechodím a když tak mám kamaráda knížky, křížovky a televizi a tak.

Kreativita, estetika

Takže se věnujete spíš tomu, že luštíte? A čtete také nějaké knihy?

No říkám, knížky.

Nějaké výstavy, kultura, koncerty?

Když je tady něco, tak taky, no.

Tak chodíte na různé aktivity tady v domově, které tady dělají? A na trénování paměti také chodíte?

To nechodím, ale je to tu.

To Vás nezajímá, to ještě nepotřebujete, ne?

Hmmm, chodím do dílny, dámská dílna. Tak tam chodím dvakrát tejdně... tak tam chodím.

Ta je výborná ta dílna, že, tam je myslím Alena?

Ano.

Tak to je hezké.

Tam jo, to se mi líbí, i když mám už ty prsty taky takový trošku chromý, ale... a přeci jenom ještě něco...

Seberealizace

A máte nějaká přání, něco, co byste chtěla ještě zažít, podniknout, co by se Vám líbilo?

Zažít, podniknout? Já nevím, když vám to nejde moc chodit, tak nemáte ten zájem takovej... někam. To aby mě naložili na vozík a odvezli a... to už se mi zase nechce. Co... maj se se mnou tahat...? No, ale v tom Chýnově, když jsme byli, tak jsem jela, takhle.

Takže jste se aspoň na něco podívala někam trošku.

Zase jinde drobek.

A plánujete něco? Máte nějaký plány osobní malé, nějaké malé radosti, něco, co byste ještě chtěla sama pro sebe udělat nebo zrealizovat, něco se učit?

Uhm, ještě to. Na to já nejsem... na učení. Já vim, že to dělaj, ale mě už je hodně, to už zase ne.

A můžu se zeptat, kolik je vám let? (paní mi skočila do řeči)

To dělaj ty po té šedesátce do té sedmdesátky. Já byla v tom pečovateláku, tak byla taky jedna inženýrka, ta si dělala teologickou taky, a ještě něco předtím, co já vim, něco sociálního. No, a na což je jí to.

No, asi to dělala pro sebe.

No jen tak, no, a pak nám to tam vykládala, jak je chytrá, no.

Tak to zas není úplně správné.

Né, no právě. My jsme z toho měli legraci akorát, ale to je jedno. Když to chtěla. Ona se tam dobře najedla, ona se dobře oblékla, něco koupila, aby byla hezká. No, takovýhle věci.

Takže ven vůbec nechodíte, jenom občas takhle, když je nějaké...? (paní mi skočila do řeči)

Protože já bych ven šla, když by bylo hezky, jenomže... tady jsou lavičky, židle jsou takový... takhle sklopený dozadu... jako. Jako jsou v parku všudy takhle a já se z toho nemůžu zvednout. Nemam se za co chytit, jako.

Ano, takže konstrukce je špatná.

A když mám říkat sestřám, aby tam pro mě přišly...? To já nevím.

Ale to by nebyl problém.

No, nebyl. Taky už mě vyvezli, někdy... ale to je moc málo... to je jednou, dvakrát a potom zase nic.

Jistě.

Já jako na to vstávání... já nemůžu na ty kolena... se zapřít. Voni říkají, že mám zadek těžkej. No, ten taky mám těžkej, ale mě bolí víc kolena, když se mam zvednout. Já je mám operovaný, ale bolí mě jako blázen. A vono už je to taky pomalu 20 let... to bude.

No tak to už ... (paní mi skočila do řeči)

No... v roce 2000 jsem měla první pravý koleno operovaný.

Opravdu?

No, a za rok druhý.

A kolik Vám je, jestli se můžu zeptat?

Osmdesát čtyři.

No, to je požehnaný věk.

Stará dost už...

To je krásný věk. To je úžasné. Kdo se ho dožije.

No právě. Já jsem říkala, já tu budu do dvaosmdesáti, protože vždycky mi říkali, když jsem byla jako holka, ty si celá bába a co si ji pamatuju, babičku jako, tak umřela nějak dvaosmdesát. Tak já jsem říkala, tak já tu budu. Já to přežila, říkam, tak to není pravda. (smích)

VČ aktivity

Takže to, jak trávíte svůj volný čas, kromě těch křížovek a knížek děláte ještě něco jiného?

Teď takhle nic. Pletení už jsem přestala, to už mě moc bolí tahle ruka. To jsem dělala, když jsem přišla do toho... a dřív taky ještě pletení. Teď už s bídou navleču... se mi zdá, že i ta jehla se těžko udrží v těch prstech, když potřebuju něco sešít.

A to trénujete, když jste říkala, že chodíte do té ergoterapeutické dílny aspoň dvakrát týdně, ne, tak tam občas něco trénujete s rukama, ne?

Ne. Tam jsem šila taky... i na stroji, ale to... když na něj nejsem zvyklá, tak mi to moc nejde. Ale jinak děláme... tudleto jsem dělala... ten košíček. To tam děláme.

Ten je krásný.

Tak to byl můj výrobek... první. Tak jsem si ho hned taky koupila.

Ten je úžasný. To bych nezvládla.

Ale zvládla.

Ne, ne.

Když to zvládnu já, takovej...

Já ne, já na tohleto nejsem.

Dělaj se oválný, dohranata takhle, všelijaký. Tuhle jsem udělala takovejhle... jako... podnos je to skoro, takhle vysoký. Pak se tam dělaj takový koberečky... taky, jak bych vám to řekla... to se plete řetízek... ze čtyřech nebo třech vln... ňákejch. No, a pak se to na takovým špalíčku, kolem toho se to proplítá... takhle... jako...

Tak tohle jste dělávala?

No. To jsem taky dělala, to se tam dělá pořád, tyhle košíčky.

No teď se dělaly, ale to dělá většinou paní ergoterapeutka, protože my už máme všechny ty prsty... co jsme tam, takový, no, něco se ji pomůže nebo tak, z toho šustí... ty panenky.

To je hezké, tak to toho děláte spoustu?

No, vždycky se něco takhle...

Něco tahle vyrábíte, to je pěkné.

Nebo když tu byla to... letní olympiáda... nebo jak se to jmenovalo, tak jsme tam zase to... někdo vyšil takový srdíčka, vycpávali takovou vatou nějakou. Takový dárky to byly... a všelicos se dělá, no.

A ty aktivity, které Vám tady nabízí, to si můžete rozhodovat, na které půjdete nebo musíte je dělat?

Ty kulturní a takový?

Všechny, i tu ergodílnu, to si rozhodnete sama, chcete jít, nechcete jít, oni přijdou s nabídkou, a vy řeknete ano, dnes nejdu, dnes mě to nezajímá.

Když jsem tu byla jako po novu, tak mě tady paní ergoterapeutka právě provázela. Já říkam, kudy mě vezla, to nevím, to bych nenašla ani dneska, protože to nevím. Vždycky

nějakým výtahem někde. Tak právě že mě zavezla i do té dílny a oni tam zrovna měli nějaký zpívání, bylo to před Vánoci, tak jestli bych tam chtěla. Já říkam, ne, na zpívání, na to já nejsem, mně to nejde. Dřív jo, ale pak mi to v tom krku jako nejde. Tak jsem tam zbyla... no, a tím právě mi paní ergoterapeutka nabídla, jestli bych nechtěla na ty dílny... tak jsem kývla, že jo a jsem tam od té doby.

No, to je výborné.

Když jsou teda, tak jdu. Vedle toho je ta zimní zahrada.

Ta je nádherná.

Takže...

A tam můžete jít kdykoliv, ne? Sednout si.

Jo, je to tam pěkný... takový jiný vzduch je tam taky.

To je pravda.

Estetika, vč aktivity

Můžete mi říct ještě, co je pro Vás hezké, co se Vám líbí, co vás nějakým způsobem naplňuje?

Co bych na tohle měla říct...?

Líbí se Vám třeba příroda, nebo když vám sem přijdou děti zazpívat nebo, jak se dělají... (paní mi skočila do řeči)

To už nejdou žádný.

Jak jsou ty děti z té mateřské školky, tady jsou nějaké společné... (paní mi skočila do řeči)

Jo, jako taky. Tam už jsem byla taky.

Ano, a bylo to hezké?

Je to pěkný, no. Všelijaký, no. Větší hudby... dvě zpěvačky tu byly, to není moc dlouho. Takový... nebo je tu... dvakrát, třikrát, třikrát určitě kavárnička. Tak jednou je venku na tej velké terase v létě. Jináč to bejvá v tom sále. Posledně, co byla, tak byla v sále, a to se mi líbilo, protože ty sestřičky... všechny, co to obsluhovaly, tak byly v černým a bílý zástěrky, takhle tu čelenku.

Jako servírky.

No, jako v kavárně. Tak to bylo takový jiný zase. No, a teď máme mít zase to setkání... rodičů nebo já nevím, jak je to... s dětma.

Uživatelů?

No, s dětma našima jako... jako když je rodičovský sdružení.

Jistě, takže setkání uživatelů s rodinami. Tak to je pěkné.

To je v neděli. Takže budeme, mi právě říkala sestřička, že se v pátek bude něco pect... na to. Místo do dílny půjdu pect, zase. To pečeme nahoře. Oni sem přivezou troubu.

To máte skvělé.

Na Vánoce se taky peklo. Na Velikonoce se taky něco... Vždycky se takhle něco...

K těm příležitostem, které jsou.

Nebo štrůdl nebo švestkovej koláč se upeče, když je ta sezóna toho. Takový, to jo.

Takže tady se hledí na roční období a na to, co příroda nabízí a z toho tady něco děláte, vyrábíte, to je hezké.

Teď jsme na to dělali tuhle už... už asi čtrnáct dní takový obyčejný skleničky, jak se do toho dávají ty svícny, ty kalíšky takový, tak jsme je polepovali listím, barevným listím. Tak, je to hezký... když to bylo takhle z vrchu kolem pěkně zvenku polepený.

Ano, to musí vypadat hezky.

A že to půjde na ty stoly na to setkání.

To je pěkné.

Až tam bude to svítit, takže ono to bude hezký, asi.

Takové intimní.

Takovýho leccos dělám.

Také jsem někde četla, že se promítají filmy jednou za čas.

Taky taky. To se mi...ne že ty filmy... mně se nelíbí, jak je to... takový je to zrnitý, jako na tom, jak to přetáčí nějak nebo co, já nevím. Tak to se mi na tom moc nelíbí a ten zvuk je taky jinej, no ale taky občas...

Taky občas se na to člověk podívá rád, aby zase viděl něco jiného.

Taky jsme byli i v kině v Budějovicích.

A na čem jste byli, jestli se můžu zeptat?

To se mě moc ptáte. Jednou jsme tam byli, to byl nějaký soukromej, cestoval. Jo, to já nevím, jak se jmenoval, to já zase v hlavě nenosím. Pak jsme tam byli ještě jednou, ale na čem, to já nevím.

To je ale hezké, že můžete vyjet takhle do kina. To děláte spoustu věcí. To jste říkala, že neděláte nic. Pak takhle.

No ne, nic... děláme...ale, že už nemůžu já jako všude bejt Jak jsme...to hráli v... ROH... Metropol, tak tam byli pražský herci a ty druhý nevím, jsem akorát znala toho Revaje... takovou nákou... ono to měla bejt, teď je to jako muzikál, dřív to byly opery... tak na tom taky, no.

Tak to máte společenský život veliký.

Ale jo, víc, než kdybych byla doma.

To asi ano.

Z vesnice se nedostanete, večír nic nejede a kdo by tam s vámi jezdil. A tady mají tři auta většinou, když jedou. To jedno mají... co já vim, jak se to menuje... i s plošinou, jak vyjede takhle nahoru s tím vozíkem. Tak s tím jsem taky jednou jela, jinak, teď už taky ví, co se mnou, tak mě strčí k šoferovi dopředu. Tak tam já vlezu. Když mě dají dozadu, tak tam já se nevlezu. Tam není tolika místa a já nemůžu dostat ty kolena pod sebe.

Láska, společenství

Ano. A líbí se Vám tady ten Váš domov?

No, když jsem sem přišla, tak já byla hned jak ve vidění. Mě tu provezli, říkám... takový chodby...bílý. To když se tuhle jede, tamhle jede. A ty podlahy, někde lino, světlý... Na mě to teda udělalo dojem, pěkněj.

Mně se to taky líbí.

I když bydlíme na půdě. Letos to šlo, ale když je ty hicc... to horko, tady na tu stranu to svítí až do půl devátej, než to slunce zajde večer. Jéžiš, tu byl hic.

A ani nepomohou ty rolety?

Ty vůbec ne. Táhle to pomůže...

Klimatizace.

Klimatizace. Tohle to je taky klimatizace, ale to řve jako blázen. Ta už je stará, ještě ji nevyhodili, nevím, jestli ji tu nechaj, nebo... Ale tadle nová, ta de dobře.

Tak to je skvělé.

Z týdle strany už to udělali celý. Já jsem slyšela, že říkali, že budou dělat i po celým...

Ono je to třeba tím, jak se otepluje. Ale za ten západ slunce to stojí to horko ne?

No, pěkný. Já u nás viděla taky západ slunce, protože k nám jde pěkně vidět, třeba na Klet'. My tam trošku byli jako na kopečku, ale takový pěkný jsem to ještě neviděla jako tady, když jste úplně nahoře.

Mohla bych se vás zeptat, jaké hodnoty jsou pro vás důležité? Jestli je pro vás důležité, když se k vám společnost nebo lidé prostě chovají dobře? Když vás oceňují, když vám uvolní třeba místo, když jsou prostě slušní, jak se říká?

Tak já už dávno nejezdim nikde. To už je několik let, co jsem přestala jezdit. Jezdila jsem s hůlkama, to jo, to se mi nestalo nikdy, že by mě někdo nepustili. Protivnej šofer,

to jo, abych mu nevodřela autobus. Jo, tak to jsou lidi různý, ne? Ale jo, to já si z toho nic nedělám. Ale jinač, já nevím, co bych na to...

Spiritualita

A co cítíte, když se ohlédnéte zpět na svůj život, jak ho vnímáte?

To nevím, jak bych to řekla...

Byl těžký, hezký, měnila byste něco, kdybyste se mohla ohlédnout zpět a něco změnit, změnila byste něco nebo byste ho žila stejně?

Asi bych ho žila... ten už by byl okoukanej. Takže jako nevím... ale zase jsem ho takovej krásnej neměla.

Nebyl krásný, bylo to nahoru, dolů?

No, to víte, že jo.

To má asi málokdo jen krásný, že. Vždycky je tam něco dobře a něco špatně.

Ale jinač... to nemůžu říct, že bych... Lehkou práci jsem žádnou neměla, samou dřinu, když se to vezme. Zase z malý vesnice jsem byla, tak jsme museli chodit hodně daleko... po svejch. Tenkrát nás nikdo nevozil. Tenkrát to nebylo jako dneska, když odvezou děti až před vchod. No, tak takový jsme to neměli.

Mně to maminka taky vyprávěla, jak vždycky chodila šest kilometrů na autobusovou zastávku, aby mohla jet třicet kilometrů do Budějovic, kde chodila do školy. Takže každé ráno šest kilometrů pěšky a zase večer zpátky.

Do obecný sme chodili do Strížova, no, tak v jedenácti letech jsem začala jezdit vlakem do Budějce do měšťanky. No, a byly to takový přes tři kilometry přes les, ne po žádný cestě, jen přes pěšinky prošlapaný. Tam a zase vodpoledne zpátky a pak jsem chodila ještě do práce. A potom později, když zlevnili autobusy a začal tam jezdit, víc pravidelně do Strížova. Tak jsme začali jezdit autobusem. Tak to je taky kilometr tak. Pěšky přes ty cesty, v zimě. Tak jsme chodili do zaměstnání, tak ty mužský šli před náma a my měly prošlapanou cestu, no. A když jsem jela sama, ze školy nebo ze zaměstnání, nevím už, odpoledne, k večeru, tak jsem si říkala, kdyby tu někdo vylezl a dal mi facku, tak ani nevím, odkud přilítla. Pak jsem jednou taky takhle šla a někdo se tam pohyboval a když jsem přišla trochu blíž, tak jsem poznala, že to byl takovej namotaněj drobet a motal se mezi těma stromama. Byl to ze vsi vod nás, takže... Tak to bylo dobrý potom. Tak jsem ho předešla a šla jsem pořád. A byli to všelijaký, no.

Ještě mi můžete říct, v čem je smysl života? Má život smysl? Včem to vězí?

Tak takovoudle filosofii, to já nevím. Nevím.

Nevíte? Je to v tom prostě dobře pracovat, dobře žít, být slušný?

No, od všeho drobet já říkám. To je nejlepší. Jako od všeho jíst. Jíst jenom tohle a nejíst támhle to. Já říkám od všeho trochu.

Ale prostě skromně.

Ano. Proto taky tak vypadam. (smích) Dneska, když mi tam povídala ta sestřička, když jsme měli tělocvik. Tak povídala, že v pátek budeme péct a já povídám dobře. Jedna paní povídala, vy potřebujete péct? Vy jste tlustá dost.

No, to je škaredé.

Já povídám, no, víte že jo. Já to peču pro sebe. Cožpak já to peču pro sebe... Ona tak rejpla. Tak já sem taky rejpla.

Člověk se nesmí nechat, že ano.

Né, ale vono se taky někomu nemůže říct. Někdo to přijme, protože si rejpane, tak si nechá líbit to rejpnutí a někdo ne. Se urazí.

Ano. Každý jsme jiný.

Jo.

A ještě se Vás mohu zeptat, pomáhá Vám třeba v téhle životní etapě víra nebo to, že se můžete vztahovat k něčemu nadpozemskému, k bohu nebo nevím, pro někoho je to bůh, pro někoho příroda, pro někoho rodina. Pomáhá Vám něco takhle ve stáří?

Já bych řekla, že ani ne. Já jsem takovej věřící, nevěřící Tomáš, takže já kor v nějakýho boha... Nejsem pro a nejsem proti, ale že bych... Já to vim, jak to bylo, když jsem měla ve Střížově sousedku, ta by, jak se říká, pánbičkovi paty ulízala a přitom... a to říkali ještě naši taky. Takový jsou prej nejhorší. Já bych tomu skoro i věřila. Ty, co jsou kor přehnaný, že to taky není dobře. Proto říkám, všeho s mírou, a když není ten míra, tak s kým to máte potom?

Takže je tedy něco, co vám pomáhá, když prostě je ten den černý a všechno vypadá špatně a máte pocit, že vlastně...?

Ale vono to přejde. Já jsem takhle vonehá volala synovi, mám dva, a taky tak na mě vyjel... a tak jsem mu řekla: víš co, já se s tebou bavit nebudu, sem mu řekla, ahoj a položila sem telefon. Něco jsme si řekli a říkala jsem si, že nepřijde, že se urazil a von tu dneska byl, ale nezmínil se nic. Nezačal, já taky ne. Nezačal nic, ale přišel. Tak jsem řekla, tak je to dobrý.

Tak ještě, že to tak dopadlo. Člověk občas řekne něco, co říct nechtěl.

Má vztek na něco a odnese to ten druhý, nevinej. Tak je to, no.

Přesně. A ještě se Vás mohu zeptat na jednu věc, zaobíráte se třeba tím, že vlastně už je to ta závěrečná etapa života a že přijde smrt, připravujete se na ni, připouštíte si to, nepřipouštíte si to?

Připouštím, no, a podruhé zase nepřipouštím. Když to řeknu, tak mi ten druhý řekne, hele, ty máš starosti, nech to bejt. No tak jako, že bych kor tak....

Nemyslíte na to.

Hm, horší je, když vám umře vnučka, kterej je třiatřicet let.

To je katastrofa.

Tak to bylo letos. Pětiletou holčičku.

To je strašné, to je mi líto.

A co můžete dělat, nic. No, a ta moje smrt ta už... Je to zlý, no, ale co můžete taky dělat.

Nic, prostě to tak. Jak to přijde, tak to přijde.

Jo.

Člověk nikdy neví, co ho potká za minutu, hodinu. Takže, ale jsou lidé, kteří o tom přemýšlí. Kterí si říkají, jaké to bude.

Já jim ani neříkám, až umřu, dělejte todleto nebo támdleto. Je mi to fuk. Co si udělají, mají. Já neradila ani jednomu, ani druhýmu, když se oženili a ten starší, právě co tu dneska byl, tak mi jednou potom řek, nákej rok byl ženatej, no víš: No víš, vono už to není takový, jako když jsme spolu chodili. Já povídám, no to víš, že ne. To nikdy nebylo a už nebude. Ten druhý zase, to mi snacha povídala, vy to děláte nejlepsi. Vy se mezi nás nemícháte. Já povídám – a proč.

Ano jistě.

Říkávali vždycky, já to slyšivala, když mají manželé něco mezi sebou... postel to spraví. Tak se toho držím.

Musí si to vyřešit sami bez toho, aby se do toho pletla ta starší generace.

No, když sem to viděla, když máma se vo dceru, tohle nemůžeš a tohle musíš... furt. No, voni si dají něco do ledničky a vona přijde, sebere maso z ledničky, upeče ho a voni z toho chtěli dělat řízky. To je taky jako, to bych nedělala. Takový věci jsem nedělala a ani bych to někomu neradila.

To je určitě správné. Jsou to jejich životy, ať si je žijí po svém i s těmi problémy i s těmi hádkami, radostmi.

To všechno musí bejt.

Přesně.

Já vím, že to bylo, když jsem se já vdala, tak jeho maminka byla taky s náma. No, on byl sám a to bylo, tuhle máš a takhle máš a já jsem na to nebyla zvyklá z domova. My sme byli dva, ale já byla zvyklá, tamhle si to vem, tohle udělej, a ne tudle máš... Potom ona umřela, já říkala, tuhle máš skříň, vem si, co potřebuješ. Já ti vysluhovat nebudu. Taky to tak platilo.

Ano, správně. Tak to má být. Člověk se má taky přičinit sám. To jste to dobře udělala. Určitě i synové jsou Vám za to vděční.

Snad jo, já nevím. Oni si taky stěžovat nejdou. To víte, že mezi nima určitě taky něco je.

To je samozřejmé. Kdo by to popřel, tak ten by lhal. To je jasné.

Teď se pohádají třeba kvůli dětem.

To si musí každý sám tím projít a vymyslet, jakým způsobem to vyřeší. Paní... já Vám mockrát děkuji, že jste mi věnovala tolik Vašeho času a že jste byla ochotná se mnou projít ty otázky. Moc jste mi tím pomohla.

To určitě.

To každopádně. A ještě se Vás zeptám, jestli byste chtěla, až tu práci napíšu a pokud se mi podaří tu práci obhájit, že bych Vám přišla říct, jak to dopadlo?

Jasně.

Tak to je skvělé. Já ráda přijdu, ale když mi řeknete, že Vás to vůbec nezajímá, je Vám to jedno, tak se na Vás zlobit nebudu.

Já jsem dělala nějakou takovou práci, jestli to bylo to samý s rehabilitační sestrou v nemocnici, když jsem byla s pravým kolenem. Ta dělala taky nějaký takový, tak si mě vybrala. Tak vím, že takovýhle nějaký otázky mi tak říkala. Se mi zdá, že mi to taky přinesla potom. Nevím, to už nevím. Byla taková příjemná, povídává.

Tak tohle bude také trvat rok ještě, ale určitě se ráda za Vámi zastavím, pokud s tím budete souhlasit.

Jasně. Přijmu Vás.

Děkuji. Děkuji.

Příloha XV Přepis rozhovoru s paní Boženou

Božena, 75 let

Jídlo, pití, spánek

Jestli to tedy půjde, tak to spolu projdeme. Takže první, co by mě zajímalo, jsou ty nezákladnější potřeby, jako je jídlo a spánek, tak se zeptám, jestli vám chutná jídlo v domově?

Není to dobré... prostě, víte, já mám problémy s jídlem. S jídlem jako takovým. Tak nějak ... většině lidí to chutná, já prostě nemůžu omáčky a knedlíky a hovězí maso a s tím mám problém... je to jako horší, jinak to jde.

A jak spíte?

Teď už dobře. Nemohla jsem si zvyknout, co jsem vždycky... protože to přišlo všechno tak strašně náhle. Takže prostě to byl pro celou rodinu hrozný šok.

Ale vy už jste tady nějakou dobu s manželem, že, čtyři roky?

Čtyři a půl roku.

Čtyři a půl roku? To už je teda doba.

Prostě... Mně se rozjel jako Parkinson, trošičku víc, manžel do toho přišel vo nohu, takže... No, a dcera má čtyři děti, syn dvě a každé svojí firmu, takže toho mají hodně.

Tomu rozumím.

To všechno přišlo během půl roku. Takže to bylo vopravdu dost takový drsný, no. Takže jsme prostě museli najít... tuhle cestu.

Tak to ano. Ale už jste si tu zvykli?

Manžel, ten je teda... asi dost nešťastný, protože vloni na podzim přišel o tu nohu. Takže je to... No, a čím dál... Ze začátku byl úplně špatnej, a čím dál tím, jako jak se mu vrací asi trošku myšlení, tak je to horší.

Jak se říká, že neštěstí nechodí po horách ale po lidech, že ano.

Co se dá dělat. My jsme si dali do pořádku chalupu, jsme si zrychtovali, že tam budeme bydlet. My jsme si dali jako... můj syn udělal bezbariérově... byt, takže taky... No, stálo nás to samozřejmě spoustu peněz, a teď je to všechno pryč. Předseda tam má svoje bydlení, syn taky, ty mají každé svůj baráček. Takže není třeba. Tak se to muselo prodat, a v tu ránu zjistíte, že vám peníze nejsou vůbec nic platný. Že zdraví a domov vám nikdo nevrátí.

To je pravda.

Já se za chvíli zklidním.

To je úplně v pořádku

Je toho dost.

Prostě, jak říkám, choroby si nevybírají. A spíte dobře, můžete vůbec spát?

Jo. Takhle, jsem ze začátku, já jsem si sem vzala to svoje křeslo a ono je polohovací.

Tak to je úžasné.

Takže jsem si těžko zvykala na tu postel. Protože si uvědomíte, co lidí tu už asi umřelo. Takže jsem ze začátku spala na tomhle křesle. Pak mi vrchní přemluvila, abych to zkusila. No, tak jsem si časem zvykla, a teďko jak mi vyndali ty zuby, a já jsem z těch injekcí začla špatně dechat, tak už druhéj tejdén spím. Ale je to v pohodě. Ono se takhle zaklopíte, ono se to vyklopí. A nejsou žádný problémy. A spím vopravdu dobře.

A jak jste na tom s bolestmi? Asi špatně, že?

Ne, není to vůbec tak... nějak.... Bolí mě vobčas kolena a nohy, protože mám bércák. Ale to se teďkon docela podařilo dát do pořádku, protože mi pan doktor prostě napsal mastičku. Ona je jako škaredá... všechno je vod ní špinavý.

Takže pomáhá, že ano?

Ano, mi neotýkají nohy, akorát bolí občas ty kolena... Jinak to nic... de to...

Potřeby jistoty a bezpečí

A můžu se vás zeptat, jak se cítíte tady v domově? Cítíte se tady v bezpečí, zaopatřená?
Můžu vám říct... je to asi tři roky zpátky, asi jsem měla infarkt mozku... najednou jsem o sobě vůbec nevěděla, že jsem si sedla a řekla jsem, že je mi špatně. Viděla jsem šedivý světlo... takže jsem se probudila asi druhý den... v nemocnici. Měla jsem asi halucinace, a protože to bylo ... Měla jsem to v těch nohách. Bylo to zajímavý, protože jsem se probudila, vůbec nic mě nebolelo, nic mi nebylo... Přišel takovej pan doktor, jako malá hora... takový ty dětský velký modrý voči, dredy, fakt pěkněj. Takže mě to tak nabudilo a on mi křičí do ucha: A víte, kde jste? A já říkala, nevím. A víte, jak se jmenujete? A já říkala, jo, to vím. A já jsem teda prakticky všechno věděla a on říkal: Hurá, tak to máme vyhráno, přece jenom jste se z toho dostala. Ale není to už tak, jak to bývalo... člověk občas něco zapomene...pak si zase připomene, tak... takže tak. Ale nic... já jsem byla úplně dobrá. Rozčiluje mě tadydeto... že to se mnou takle mlátí... Dneska je to horší.

A nedělá vám potíže dýchat? Jestli nechcete mluvit někdy jindy, že bych přišla jindy? Aby to pro vás nebylo moc.

Ne. Zeťák ten mi říká, že jsem špatně vychovala děti. Že jsem je vychovala na studenej odchov... A všechny jsou zvyklý takhle bejt.

Mně to taky vůbec nevadí, to já naopak jsem ráda, když je čerstvý vzduch.

Na chalupě, vůbec... krásně už není... My jsme se smáli, protože jak byli teďkon oslavy toho stýho výročí, tak tam mluvili o Kramářovi a naši chalupu koupil nějakej pan Kramář z Prahy. Tak jsem říkala, máme Kramářku.

To je hezké. Ještě mi řekněte, je brán ohled na vaše soukromí? Máte nějaké soukromí? Můžete o sobě rozhodovat sama, můžete si říkat, co chcete?

To určitě. Ale jako já jsem si koupila ten elektrický skútrík, čtyřkolovej. Takže když je takhle hezky, tak si vyjedu. Nikdo mi nebrání. Je to všechno... prostě s dětma někam. Prostě tohleto je tu absolutně v pořádku. Třeba je to trošku jiný, když je někdo sám na pokoji, ale já jsem s manželem, kterej teda takhle nemocnej, takže tam pořád někdo je... Musí chodit. Přebalovat.

Musí ho kontrolovat. To je jasné. Tomu rozumím.

No... Něco jsem chtěla říct... ale ztratila jsem...

To nevadí, tak se k tomu vrátíme, ono to naskočí. Já jsem se chtěla zeptat, jestli jste prostě nějakým způsobem spokojená s tím životem tady?

No, už jsem si zvykla. Vono opravdu, když si to potom máte takhle v noci, třeba nespíte, a přemýšlíte vo tom. prostě... Ty děti bych... protože dcera má nejstarší šestadvacetiletou a nejmladší pětiletýho a svojí firmu, takže toho mají vopravdu dost. A oni jsou oba dva takový, prostě, já říkám workoholici. Furt se něco přestavuje, furt se něco dělá, já říkám Jarmilo, už si dej pokoj, už taky nejsi nejmladší. Prostě, když se ti něco stane, tak to zůstane za tebou jenom katastrofa. Jenže to je jako zbytečný.

To ano, každé dítě má svoji hlavu.

Ona už není dítě, ona má už...

Vaše dítě myslím, jako že Vaše dítě bude pořád.

To už není žádný malý dítě, že jo.

Ne malý dítě, ale Vaše dítě, jako že je to Vaše dítě.

Děti jsou až do smrti. Syn ten je elektrikář a jezdí, prostě... Taky říkal, že by se moh udělat k smrti. Že prostě dneska je těch řemesníků bude asi docela málo.

Práce je víc než dost, je na roztrhání. To je jasné.

Mám kluky, který taky hrajou fotbal, takovýhle nějaký... Snacha, ta dělá na tý oční optice tady v Budějčích jako na sále, takže taky je tam. Má pracovní dobu třeba do tří, ale přijde domu v šest, protože když má rozdělanou práci, tak se to musí dodělat. Ty holky... Dcera má ty holky a klučíka, ta nejstarší ta už je z domova. Prostřední hraje na housle, na píšťalu, na bubny... Prostě jsou příšery, zpívají...

No, to je úžasné.

No, a ta máma bydlí v Třeboni a musí je vozit do Krumlova.

To je dálka.

Né Třebon, Třebonín...

Pardon, no stejně...

A ještě mi řekněte, je brán ohled na vaše soukromí? Máte soukromí, můžete o sobě rozhodovat sama?

Jo, určitě můžu, já jsem si koupila ten elektrickej vozík. Takže když je takhle hezky, tak si vyjedu, nikdo mi nebrání, všechno můžu... s dětmi někam. Jo, a absolutně je všechno v pořádku. No tak... tak... tak... jsem chtěla něco říct. Ztratila jsem to... to vůbec nevadí, tak se k tomu vrátíme.

A ještě jsem se chtěla zeptat, jestli jste spokojená s životem, už jste si zvykla?

Už jsem si zvykla, jenom ty... když potom v noci nespíte a přemýšlíte o to co ty prostě ty děti, protože dcera má nejstarší 26 let a nejmladšího pětiletého kluka a svoji firmu takže toho mají opravdu hodně, oni jsou oba takoví workoholici a furt se něco děje. A představuje a furt se něco dělá. A já říkám, už si dej pokoj, už nejsi nejmladší. Když se ti něco stane, tak zůstane za tebou jenom katastrofa. Jenže to je jako zbytečné... ona už není dítě. Ono je jí přes čtyřicet, už není žádné dítě ... a syn, ten je řemeslník. Ten by mohl dělat od rána do večera, ono dneska těch řemeslníků je strašně málo. Takže by se mohl ucestovat k smrti a kluci... ty taky hrajou fotbal a takový nějaký voloviny... snacha taky pracuje... jako ty holky. Dcera má čtyři holky a kluka Ty dvě střední hrají na housle a na violu a na píšťalu ... jsou to příšery, zpívají a hrají a máma je musí pořád vozit na hodiny. Řekla jsem tý nejstarší, musíš si udělat řidičák, protože byste tu mámu jinak utahali.

Uznání

Můžu se zeptat? Máte pocit, že to všechno, co jste v životě udělala, je oceňováno vašim okolím a lidmi, s kterými se stýkáte? Že si vás cení za to, co jste dokázala ve svém životě?

Já nevím, já jsem o tomhle nepřemýšlela, ale je fakt... ale ... takže ona sem za mnou chodila jedna holčička, no holčička... vono už jí taky bylo pětadvacet... vona byla vždycky... takový ty samý korále... šamanka... Můžu vás poprosit, přinesete mi trošku vody, vono mě to snad trošku zklidní.

Máte to někde v pokoji nebo v kuchyňce?

V kuchyňce. (pauza)

... a vona říká, nezlob se, já už sem nemůžu... já tu ztrácím strašně moc energie... a je pravda, že strašně moc známých sem ze začátku chodilo, ale potom, jak se zhoršil manželovo stav, tak už nemají sílu... je to pro ně těžké a tak nějak... a když sem přišla takhle holčička, tak, když jsem jí vyprávěla o té nemocnici, a že to je divný, že jsem šla přes vodu tím tunelem, světlo... normálně tak, jak se to asi říká a vona říkala: Hele, ty ses musela vrátit, ty musíš ještě pro někoho něco udělat, a já jsem říkala, co já můžu ještě pro někoho... něco udělat a pak se stalo to, že jsem musela odjet do nemocnice na vyšetření a manžel zkolaboval, dostal epileptickej záchvat... takže jsem volala... tady okamžitě máte pomoc, což je teda úžasné, protože kdybych neměla já nebo manžel tu pomoc, tak už jsme tu třeba nebyli.

Ano.

Takže přijela záchranka. A jak přijeli, tak pan doktor říkal, abych už s ničím nepočítala, že je to velice špatný a já říkám, tak mi ho tu nechte... tak oni odjeli pryč a já jsem dva dni seděla, hladila jsem ho, držela jsem ho... a on byl mrtvola a pak najednou udělal takhle a zase se vrátil, takže to bylo takový docela hezký.

Takže cítíte spokojenost, že jste mu takhle pomohla

Že jsem ho vrátila zpátky.

Samota

A cítíte se někdy osamělá?

To víte, že jo, po tý dlouhý společný době. Takže... ale tady je spousta takových lidí, který jsou o kousek starší než já. A umíraj, odcházej...

Prosím, jestli se někdy cítíte... (paní mi skočila do řeči)

To víte, protože von prakticky skoro pořád spí a když nespí, tak mě furt volá. Takže já vyjdu a on furt... je tu člověk sám... tady dřív byla spousta takových těch manželských párů... byli většinou o kousek starší než já... takže tam teď... nemůžu... teď když odcházím, tak volá, volá.

Kreativita, smysl, sebeuvědomění

A máte nějaká přání?

To, co by si člověk přál, to se nedá vrátit... zdraví... zdraví... a domov, hm... děti... jedna vnučka... ta sem jezdí dost často, s tou jsem jako nejvíc... a to už bylo od malička, tu jsem měla od malička dost často u sebe... a děda ten pro ní udělal úplně všechno, takže teď v září se bude vdávat.

Tak to je hezké. Takže to je vlastně takový plán do budoucna – svatba. To je krásné.

To mě docela drží.

To jsou hezké plány. Člověk by měl pořád plánovat. Nemusí to být nic velkého, ale že udělám někomu radost. Tak to je pro vás obrovská radost.

No, jak sem si koupila ten vozík, tak to mam opravdu velkou radost, no a ta nejstarší je zdravotní sestra.

Já také.

Tak to vámurčitě něco říká levá hemisféra, pravá hemisféra...

Ano, jistě...

No, dělala v Praze... dělala tam nějaký zkoušky a vidíte ten obraz?

Ano.

Ten taky dělala, voni sou holky strašně šikovný. To víte, ale chytré dítě... když přijde do puberty. To je strašnej nářez... to si vůbec nedovedete představit, prostě si myslí, že vás můžou oblbnout. (smích)

A syn, ten má klučíky. A ti naši kluci... ten menší je takovej pořizek a on má energii a sílu.

Ano.

Já jsem přinesla letadýlko... jak se natáhne a lítá, a ten starší to pustil u garáže a tomu mladšímu to rozbilo hlavu a teď má vyholenou hlavu a zelené vlasy... tomu se to líbilo, nemusí do školy... no, a já jsem říkala holce, ptala jsem se, jak to celý... jak to zvládá, ona říká: co mám dělat, jsou to kluci. (smích)

Ano.

Tak mě to až překvapilo. Takže ta se s nimi rozhodně nenudí... když tam přijedu, tak mi vlepí pusu a už mastí.

Tak to máte krásnou rodinu.

Jo, je to fajn, akorát že máme na sebe málo času, a to je dneska, když chcete mít práci a tu rodinu, aby ty děti něco uměly... Tak to je síla...

Seberealizace

A už jste si tu zvykla?

No, manžel byl asi dost nešťastný, jak se mu to stalo... Tak a bylo to čím dál horší ze začátku byl úplně špatný a pak se to zlepšilo, ale tak, jak se mu to zase všechno začalo vracet... ty myšlenky... tak to bylo zase horší. Jak se říká, neštěstí nechodí po horách.... My jsme si dali do pořádku chalupu, úplně jsme ji zrychtovali, že tam budeme bydlet, syn udělal všechno bezbariérový... takže taky stálo nás to samozřejmě spoustu peněz a teď je to všechno pryč. Dcera tam má svoje bydlení, syn taky, oni tam mají oba dva svůj baráček, a tak se to muselo prodat a v tu ránu zjistíte, že vám peníze nejsou vůbec nic platné, protože zdraví a domov vám nikdo nevrátí. Je to hrozné... prostě jak říkám... choroby si nevybírají... je to tak.

Volný čas

Chodíte ven, jak trávíte volný čas?

Jezdím ráda po okolí, tam kolem kostela, ke hřbitovu... tam je nádherný hřbitov... tam jsou kolem, jako jsou všude hrobky, myslím, že jsou tam Myslbekovy sochy, tak tam zastavíte, pokoukáte, teď je to všechno uklizený, osvěcený a ty sochy jsou úžasné a těch na ty zdi jsou pěkné a ty pomníky.

Ano.

Já jsem jeden čas dělala na hřbitově v kanceláři, to bylo u technických služeb a pan farář, ten tady měl farnost, tak mně vyprávěl o okolí, protože my jsme bydleli tady kousek. Tak sme se tam šli podívat. Takže ono mi to zůstalo v hlavě, tady když vyjedete nahoru na kopec tak jedete do krásných vesnic.

Ano.

Tam je rybník a posledně, jak jsem tam byla, tak tam byly děti, pouštěly draky... psi tam lítali. Já jsem na to koukala... a koukala jsem na vodu. To jsou takové hezké zážitky a pak když jedete kolem toho statku zpátky, tam byli takový malinkatí kozlíci a ovečky.

Takže děláte, co chcete, jezdíte, kam chcete...

Jo, vždycky řeknu, kam du...aby vo mně věděli...

Ano, to je jasné...

A také se účastníte aktivit v domově?

Jo, určitě chodím, teď mi třeba těch 14 dní nebylo dobře, bolely mě zuby. Já musím totiž mít vždycky něco extra.

Ano?

Takže mi to na chirurgii museli spravovat a řešit, takže jsem si užila, takže jsem tolik nechodila, ale... ale jinak chodím. Holky přijdou, nabídnou, není to žádná povinnost, ale mě to baví.

Estetika, kultura

Libí se vám domov, kde žijete?

Já si myslím, že to je jeden z nejlepších domovů v jižních Čechách, třeba byli jsme v Chýnově. Tam je krásně touhle dobou, je tam fantasticky, protože je všechno barevný, spousta stromů, zámeček je v parku.

Ano.

Takže ten chýnovský taky. Taky nám tam ukázali velblouda, ale my tady jezdíme třeba nakupovat do města, na trhy, třeba jsme byli v kině... nějaký pán tam přednášel

o Švýcarsku. To bylo úžasný, já jsem se bála, jaký to bude, ale opravdu to bylo tak krásný promítání, opravdu vyprávěl moc hezky a promítal.

Takže vás zajímá kultura a výstavy?

Já teď jedu v pátek... mám objednaného taxíka a děti hrají v Týně, je to nějaká vernisáž... nějaká známá tam má něco menšího, výstavu, a prosila mě, jestli by tam holky nezahrály, holky řekly, že jo, a tak se tam jedu podívat.

To je krásné! Takže, o kulturu se pořád zajímáte?

To vás ty děti k tomu nutí.

Je ještě něco, čím se zaobíráte, co Vás baví a zajímá?

Jo, holky chodí zpívat do velikého velkého sboru, je to vod školy, od lidušky. Tam když jsme byli poprvé, tak jsem z toho byla úplně vedle...tam jsou od úplně malinkatých tříletých až po osmnáctileté a ty malinkaté, ty mají, ty jsou lentilky, mají naražený barevný barety na hlavách... a pak přišel dirigent, sbormistr. Postavil se do pozoru... ty děti okamžitě stály jak svíčky.

Ano.

Ticho bylo, já jsem tam koukala, to snad není možný, tak ukázněný a bylo to fakt krásný a pak jsme byli v Krumlově a tam zpívali, už měli takový rozlučkový večer, a to bylo taky moc krásný, prostě ten chlap má v sobě nějakou tu energii, že ty děti takhle hezky ukázní a ty děti tam chodí rády. Je jim tam dobře.

Ano.

Oni se kamarádí i daleko potom... a chodí, jezdí společně na dovolené. No, a jezdí společně na ty soutěže a vždycky jsou na prvních místech. Byli v Anglii, v Řecku a pořád vyhrávají.

Řekněte mi, ještě byste se chtěla něco učit? Ještě by vás něco bavilo nebo zajímalo? Kromě toho že se chystáte na svatbu.

Takhle... Chtěla bych se ještě třeba podívat k moři, ale to už nepřipadá v úvahu nebo někam autem, já už sama prostě nemůžu... aby mě někam děti vzaly.

To je krásné.

Ale třeba my jsme jezdili... my tam byli mockrát... jezdili jsme autobusem... jezdila taková stará parta, takže ta jedna holčina, ta uměla anglicky, italsky a znala to tam. Takže... takže to bylo dobré, ale to už... asi... nejde. No, jezdili jsme do Caorle.

Tam je to krásné.

Tam je to pro babičky... pro dědečky a babičky, tam jsme měli vždycky zázemí, jezdili jsme do Benátek.

No, to je opravdu hezké.

Tam se mi to strašně líbilo a jezdili jsme za Benátky... za Benátkami... jezdíte tam lodí jako autobusem. A Morano...v tom Moranu dělají to sklo... to černý... a krajky... a památky. Taky tam přestali pouštět lidi, protože tam bylo hodně lidí... tak se jim to začalo prý propadat... ale to bylo fantastické jezdit tam... tam se mi to strašně líbilo.

Ano.

Líbila se mi Padova... ta je moc krásná... tam třeba mají kulaté kostely... Kostel svatého Antonína, a když takovéhle věci máte za sebou, krásný vzpomínky... když člověk potom rozjímá... tak se mu to všechno vybaví, ty krásné chvíle.

To máte pravdu, že když pak člověk přemýšlí, tak se mu všechny tyhle nádherné chvíle vybaví...

Hodnoty

Mohla bych se vás ještě zeptat, které hodnoty jsou pro vás důležité?

Zdraví, zdraví a rodina, protože když nemáte zdraví, nemáte nic... a když nemáte rodinu, tak ste na světě sám.

A můžu se zeptat, co cítíte, když se ohlédnete zpátky na svůj život?

Děti jsou hodný... všechno ta jedna vnučka, ta sem jezdí dost často, to je takové moje zlatíčko... Tu už jsem jako nejvíc, tu jsem od malička měla dost často u sebe, no, a děda ten jí dovolil úplně všechno. Teď by se měla v září vdávat. Takže se mám na co těšit, takže to je takový plán... i ty kluci jsou taky fajn. To jsou hezké plány. Já jsem si koupila ještě ten vozík, a to jsem si udělala fakt tu radost a teď ta, co se bude vdávat... dcera je taky zdravotní sestra a teď dostali nějaké nové počítačové programy, všechno se úplně překlátilo, takže ta nejstarší, ta byla v Praze, vám to určitě něco říká: levá a pravá hemisféra, dělala tam nějaké zkoušky. No a vidíte ten strom života, tak ten malovala. Takže ony jsou všechny ty holky takhle nějak nadané. Tak to je obrovská radost. Ale to víte, chytré dítě, když přijde do puberty... tak to je strašný nářez, to si vůbec nedovedete představit. Oni si myslí, že vás můžou oblbnout. Takže ona mi říkala, kdyby byli blbý, že se z toho zblázníš. A já říkám ne, vůbec by ti to nevadilo. Měla by si klid... a tamta má ty dva kluky... ten malý, to je takový pořízek. On má takovou energii a sílu a je tam rivalita mezi těmi bratry, ten starší brácha ten je takový jemnější. Já jsem jim tam jednou přivezla takové to letadýlko, jak se natáhne a ono lítá a ono jim vletělo na střechu u garáže a oni ho chtěli sundat koštětem a tomu většímu to koště vypadlo a rozbilo mladému hlavu... ale on neřikal že ne... nestěžoval si, že ho to bolí, ale říkal, že má vyholenou hlavu a zelené vlasy a já říkám, jak tohle to zvládáš, ona je taková pečlivá a mě to až překvapilo, protože když je s nimi, tak se rozhodně nenudí a ten mladší, když tam přijedu, tak příběhne, vlepí pusy a už mastí a pak přijde s knížkou: Hele babi budeme číst... tak to je.

A je něco, co byste udělala jinak, kdybyste mohla nebo byste svůj život žila stejně?

S těmi rozličnými znalostmi by člověk žil jinak, jinak by jedl, jinak by vařil... prostě prostě... my to máme v rodině... takovýhle problémy

A váží si vás společnost? Jak to vnímáte?

Já myslím, že jsou na mě docela hodný.

Tak to je skvělé.

No, takhle my jsme spolu s manželem padesát tři let, celkem to všechno bylo v pohodě, i mládí... mám sestru... starší.

Kolik vám je let, jestli se můžu zeptat?

Sedmdesát pět.

A je něco, co byste udělala jinak, kdybyste mohla?

Jako, s dnešními znalostmi by člověk jinak jedl, jinak vařil, prostě... my to máme v rodině... tyhle problémy a manžel taky.

A ještě mi řekněte, myslíte, že jste jako člověk, jako bytost, jako senior ceněná společnost a že se k vám chovají správně?

Zraněná společnost, jak jste to myslela?

Jestli vás ta společnost oceňuje, že jste senior se svojí historií, že jste vychovala děti...

Máme postaveno a všechno ... a je hrozná škoda, že děda nestihnul to, co jsme po něm chtěli, aby napsal svoji životní historii.

Ano?

Dělal celý život jednu práci, zařídil si jí docela dobře A tak nějak furt jsme si říkali, dědo... no, a furt byl čas. No, a děti z něj tahaly rozumy a zaznamenávaly si to, protože opravdu to jsou věci, který už se nebudou v životě opakovat, protože on dělal vlastní... dostal u jedné firmy nástupní razítko a výstupní. Dělal tam celý život.

A váží si vás společnost?

Já myslím, že jsou na mě docela hodný.

Tak to je skvělé.

Hodně toho tady už taky umřelo. Měli jsme spoustu kamarádů... teď je to těžké. Manžel, akorát manžel, když ještě žil měl problém... nemohl pochopit, že jsme prodali byt. Já mám takový pocit, že jsem ho prodala jemu, je fakt, že jsme do něj nacpali spoustu peněz... Dali jsme i nové zařízení, aby tam měl pohodlí... ale takový je život.

Spiritualita

A ještě mi můžete říct, myslíte si, že má život smysl?

Určitě.

A v čem ho vidíte?

Máte hmotu a máte duši... ta duše... by měla... ta duše, když nejste prevít... tak ta nezahyne...

To je krásné, co na to říct.

Protože jako třeba, můžeme tady diskutovat o pohřbu.... Já nechci mít pohřeb... já chci spálit... když mě děti provedou skrz tu hranici... tak chci do moře a tam se budu houpat na vlnách a budu si máchat nohy ve vlnkách.

Ano.

Někde hnit... Do země... pohřbít... to nechci. Takže jsem řekla, jestli chcete udělat pohřeb, tak mě rozprašte někam kolem chalupy nebo někde do moře, pozvěte si všechny známý do hospody a... zapijte to...

Takže se smrtí zaobíráte a přemýšlíte nad smrtí?

To víte, že jo. To víte, jako... nevidím v tom žádný neštěstí, je to... všechno přirozené, jako přirozený běh věcí...

Je něco, co vám pomáhá zvládat současnou situaci?

No, já se snažím dost číst... třeba naproti paní, to je úžasná ženská... Tej je taky přes psmdesát, skvělá zpěvačka. Ona je úžasná, chytrá... s tou se dobře povídá... a vždycky prostě sedím s někým... s kým je mi dobře.

A můžu se vás ještě zeptat, pomáhá vám víra nebo příroda... vztahujete se třeba k něčemu?

Mám strašně ráda podzim. Příroda, příroda je krásná... k tomu se vztahuji. Než jsem měla ten vozík, tak jsem se nikam nemohla dostat, takže teď... teď to je fajn.

To je skvělé, to je neuvěřitelné, jak to všechno berete.

Skvělé je, že ty moje... dcera... a to ten můj vnuk, to jsem pak zjistila... pak z něho vylezlo, že tady ty všechny moje akce, že někam píše na internet, já jsem říkala: To nemyslíš vážně... a to nevíte, co lidé tomu nevěřilo, kolik, že... že ten to všechno píše někde na internet.

To je úžasné, kolik máte energie.

Kolik... že mám energie, já si připadám jak chcíplá myš...

To tedy v žádném případě nejste!

On je těžký dyslektik a pracuje s mobilem, takže s ním jsem se nadřela, měli jsme takhle velkého budíka a tam jsme měli... a já mu řekla: tady odsud tady od tak se budeme učit a pak si budeme hrát.

Ano.

Mě to stálo spoustu energie, ale toho kluka... to nemůžu přece tak nechat. Takže jsme... takže jsme se z toho dostali a v páté třídě... nevím, jestli na fotbal... a šli jsme k psychologovi a psychiatrovi a ten doktor říkal: On je absolutně zdravý, jestli s ním budete takhle dělat, tak se z toho dostane a do druhého ročníku učiliště se dostal... a vyučil se... je pravda že do dneška neumí napsat zprávu správně, ale má počítač... takže... takže ty chyby počítač za něj spraví. Takže když píše holce, píše přes počítač... takže jsme ho z toho dostali a dneska je vyhledávaný řemeslník.

Vy jste úžasná!

Nejsem úžasná, ale děti sem si hrozně těžko... Já jsem měla problémy s těhotenstvím, takže... takže jsou to moje zlatíčka. A je fakt, že když něco potřebuji, tak se vždycky domluvíme na nějakém termínu, že mi pomůžou.

No, to je skvělé. Moc vám děkuji.

Poděkování, rozloučení

Abstrakt

KŘIŽKOVÁ, Petra. *Subjektivní vnímání potřeb seniorů žijících v zařízeních rezidenční péče v České republice*. Olomouc 2021. Rigorózní práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Pedagogická fakulta. Ústav pedagogiky a sociálních studií.

Klíčová slova: stárnutí, stáří, senior, kvalita života, adaptace, aktivita, aktivizace, lidská důstojnost, lidské potřeby.

Práce se zabývá subjektivním vnímáním potřeb samotnými seniory, žijícími v zařízení české rezidenční péče. Navazuje na shodný výzkum uskutečněný v rámci diplomové práce v Rakousku. Cílem je po představení důležitých pojmů spojených s problematikou seniorů, zrealizovat kvalitativní výzkumné šetření v běžném českém domově seniorů, zaměřené na vnímání potřeb samotnými klienty. Práce je rozdělena na přehledovou a výzkumnou část. V přehledové části jsou charakterizovány pojmy: stárnutí, stáří, senior, kvalita života, adaptace, aktivizace, lidská důstojnost a lidské potřeby. Výzkumná část se snaží najít odpověď na vytyčené výzkumné otázky. Prostřednictvím kvalitativního výzkumu byly uskutečněny rozhovory s klienty rezidenčního zařízení v České republice a představeny zjištěné výsledky. Práce prezentuje způsoby a priority při naplňování potřeb a jejich možnou hierarchizaci u klientů v konkrétním českém rezidenčním domově. V diskusi jsou představeny některé zajímavé aspekty zjištěné realizací obou výzkumů.

Abstract

KŘIŽKOVÁ, Petra. *Subjective perception of needs by elderly people in residential care facilities in the Czech Republic*. Olomouc 2021. Rigorous thesis. Palacký University in Olomouc. Faculty of Education and Social Studies.

Keywords: aging, old age, senior/elderly person, adaptation, human dignity, life quality, activity, activation, human needs.

The thesis deals with subjective perception of needs as perceived by senior persons living in residential care facilities in the Czech Republic. The subject research followed on research in Austrian residential care facilities. The objective is to introduce key concepts related to senior people lives and to perform qualitative research in a Czech senior residential facility focused on perception of own needs by senior persons themselves. The thesis is divided into overview and research part. The overview part defines the concepts of ageing, age, senior person, quality of life, adaptation, activation, human dignity and human needs. The research part endeavours to find response to the research questions set out in the thesis. By means of qualitative research there were performed interviews with clients of residential facilities for senior people in the Czech Republic and presented the results of those interviews. The work presents the ways and priorities for fulfilling the needs of senior people and establishing a potential hierarchy of needs of senior people in a Czech senior home. In the discussion are presented some interesting aspects identified in the process of both researches.