

Česká zemědělská univerzita v Praze

Institut vzdělávání a poradenství

Katedra profesního a personálního rozvoje



**Česká zemědělská
univerzita v Praze**

Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké

Bakalářská práce

Autor: **Ivana Šátková**

Vedoucí práce: Mgr. Jiří Votava, Ph.D.

2023

ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Institut vzdělávání a poradenství

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Ivana Šátková

Kariérové poradenství a vzdělávání

Název práce

Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké

Název anglicky

Career counseling for clients who are taking care of close persons.

Cíle práce

Cílem bakalářské práce je zjistit, jak mohou lidé, kteří pečují o své blízké, sladit tuto péči s pracovním životem. Budou popsány potřeby pečujících osob v oblasti jejich pracovního uplatnění a navržena vhodná opatření a podpora ze strany kariérového poradenství.

Metodika

V teoretické části bude vysvětleno, co je kariérové poradenství, kdo je pečující osoba a jaké možnosti podpory může kariérové poradenství pro pečující osoby nabízet. V praktické části autorka nejprve vybere respondenty mezi lidmi, kteří pečují doma o osoby blízké. Pomocí rozhovorů a dotazníků autorka zjistí jejich potřeby v oblasti pracovního uplatnění a popíše možné překážky při hledání souladu mezi domácí péčí a prací. Nakonec budou navržena možná opatření a podpora pečujících osob ze strany kariérového poradenství.

Harmonogram zpracování: schválena osnova práce 30.6.2022, teoretická část práce 30.9.2022, schválení návrhu praktické části 31.10.2022, odevzdání celé práce 31.1.2023.

Doporučený rozsah práce

Dle pravidel pro psaní bakalářské práce

Klíčová slova

Kariérové poradenství, pečující osoby, domácí péče

Doporučené zdroje informací

BICKOVÁ, Lucie. Pečovatelská služba v České republice. Tábor: Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky, 2010. ISBN isbn978-80-904668-0-7.

ČERVENÁ, Eva. Dopisy Janě: publikace s informacemi pro všechny lidi pečující o osoby s mentálním postižením. Praha: SPMP, 2004. ISBN 80-239-4593-9.

FRYČ, Vladislav, Martina CHMELOVÁ a Petra ADÁMKOVÁ, ed. Neformální péče v teorii a praxi: sborník odborných statí. V Praze: pro Alfa Human Service, z.s. vydala Pasparta Publishing, 2021. ISBN 978-80-88290-85-8.

NOVOSAD, Libor. Poradenství pro osoby se zdravotním a sociálním znevýhodněním: základy a předpoklady dobré poradenské praxe. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-509-7.

Pečujeme doma: odborně, prakticky, s citem a s námi: noviny pro pečující laiky. Brno: Moravskoslezský kruh z.s., 2020- . ISSN 2694-9261.

Zákon o sociálních službách. In: Sběrka zákonů. 2006, částka 108. Dostupné také z:

https://www.mpsv.cz/files/clanky/31234/Zakon_o_socialnich_sluzbach-stav_k_1._10._2017.pdf

Předběžný termín obhajoby

2022/23 LS – IVP

Vedoucí práce

Mgr. Jiří Votava, Ph.D.

Garantující pracoviště

Katedra profesního a personálního rozvoje

Elektronicky schváleno dne 21. 4. 2022

Mgr. Jiří Votava, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 7. 6. 2022

Ing. Karel Němejč, Ph.D.

Pověřený ředitel

V Praze dne 15. 03. 2023

ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma:

Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké

vypracovala samostatně a citovala jsem všechny informační zdroje, které jsem v práci použila a které jsem rovněž uvedla na konci práce v seznamu použitých informačních zdrojů.

Jsem si vědoma, že na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, především ustanovení § 35 odst. 3 tohoto zákona, tj. o užití tohoto díla.

Jsem si vědoma, že odevzdáním bakalářské práce souhlasím s jejím zveřejněním podle zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a to i bez ohledu na výsledek její obhajoby.

Svým podpisem rovněž prohlašuji, že elektronická verze práce je totožná s verzí tištěnou a že s údaji uvedenými v práci bylo nakládáno v souvislosti s GDPR.

V Praze dne 29.03.2023

.....
Ivana Šátková

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji panu Mgr. Jiřímu Votavovi Ph.D. za vedení mé bakalářské práce, za ochotu, vstřícnost a konzultace. Také bych ráda poděkovala všem respondentům, kteří se podíleli na mém výzkumu a byli jeho součástí, mé rodině a přátelům, kteří mi byli oporou.

Abstrakt

Cílem bakalářské práce na téma „Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké“ bylo zjistit, jak lidé dokáží skloubit péči o osobu blízko se svým pracovním životem.

V teoretické části bylo vysvětleno kariérové poradenství a jaké metody a formy v kariérovém poradenství lze využít. Druhá kapitola se zabývala péčí o osobu blízkou, kde byl definován pojem, kdo je osoba blízká. Dále v této kapitole byly objasněny sociální služby, jaké jsou formy služeb, jaké existují zařízení, co jsou sociální poradenské služby a co poskytují. Druhá část teoretické části se zabývala pracovními právními podmínkami pro péči o osobu blízkou a vhodnými pracovními smlouvami a dohodami, které mohou lidé, kteří pečují o osobu blízkou využít. Poslední kapitola se věnovala roli poradenství a možnostech kariérového poradenství v uplatnění.

V praktické části bakalářské práce bylo zjištěno pomocí dotazníkového šetření, že převážná část respondentů pečuje o osoby blízké dlouhodobě a je časově náročná, kdy skloubit péči o osobu blízkou a pracovní život je velmi obtížné. Praktická část se zaměřovala na výhody, které zaměstnavatel poskytuje a zda je osoby, kteří neformálně pečují o osoby blízké využívají.

V závěru bakalářské práce na základě zjištěných výsledků byla navržena možná doporučení.

Klíčová slova

kariérové poradenství, pečující osoby, domácí péče

Abstract

The aim of the bachelor thesis on "Career counselling for clients caring for loved ones" was to find out how people manage to combine caring for a loved one with their working life.

The theoretical part explained career counselling and what methods and forms can be used in career counselling. The second chapter dealt with the care of a close person, where the concept of who is a close person was defined. Furthermore, in this chapter social services and what they provide were explained. The second part of the theoretical section dealt with the employment law conditions for caring for a loved one and suitable employment contracts and agreements that people who care for a loved one can use. The last chapter dealt with the role of counselling and the possibilities of career counselling in caregiving.

In the practical part of the bachelor thesis it was found by means of a questionnaire survey that the majority of the respondents take care of their loved ones for a long time and it is time-consuming when it is very difficult to combine caring for a loved one and working life. The practical part focused on the benefits provided by the employer and whether the informal carers use them.

In the conclusion of the bachelor thesis, based on the results, possible recommendations were proposed.

Keywords

career counselling, carers, home care

Obsah

ÚVOD.....	10
Cíl a metodika	11
1 Kariérové poradenství.....	12
1.1 Pojem kariérové poradenství	12
1.1.1 Metody a formy poradenství.....	13
2 Péče o osobu blízkou	16
2.1 Osoba blízká	16
2.1.1 Sociální služby	17
2.1.2 Formy služeb a zařízení.....	18
2.1.3 Sociální poradenské služby	21
3 Pracovně právní podmínky	23
3.1 Pracovně právní podmínky pro péči o osobu blízkou	23
3.2 Pracovní smlouvy a dohody.....	24
4 Role poradenství a možnosti kariérového poradce v uplatnění	26
4.1 Role poradenství	26
4.2 Možnosti kariérového poradce v uplatnění	28
5 Praktická část.....	31
5.1 Cíl výzkumu.....	31
5.2 Výzkumné otázky dotazníkového šetření.....	31
5.3 Výzkumné otázky individuálních rozhovorů.....	31
6 Dotazníkové šetření	32
7 Výsledky dotazníkového šetření	33
7.1 Zhodnocení výsledků dotazníkového šetření.....	44
8 Výzkumné otázky dotazníkového šetření	46
8.1 Výsledky výzkumných otázek	46

9	Individuální rozhovory	49
9.1	Jednotlivé rozhovory	49
9.2	Zhodnocení výsledků individuálních rozhovorů	52
10	Výzkumné otázky individuálních rozhovorů	54
10.1	Výsledky výzkumných otázek	54
11	Závěr a doporučení	56
12	Seznam použitých zdrojů	58
13	Seznam obrázků, tabulek a grafů	61
14	Seznam příloh.....	62

ÚVOD

Žijeme v době, kdy zdraví není samozřejmostí. Ve společnosti s námi žijí lidé, kteří v důsledku zdravotní indispozice potřebují sociální a finanční podporu. Toto téma je pro osoby, které se nachází v této složité životní situaci velmi citlivé. Téma mé bakalářské práce „Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké“ jsem si zvolila, protože tato problematika se čistě nedotýká mě, ale dotýká se lidí v mém blízkém okolí. Pečovat o blízkou osobu je v jistých směrech náročné, co se týče skloubení péče se svou vlastní kariérou. Kariérové poradenství může být pro zvolenou cílovou skupinu velmi užitečné. V rámci získávání informací o problematice a z rozhovorů s lidmi z blízkého okolí jsem se zaměřila na instituce, které poskytují specifické služby této sociální skupině. Jednou z největších institucí, která se zabývá těmito službami je Ministerstvo práce a sociálních věcí. Osoby, které ze zdravotních důvodů nejsou schopni vykonávat zaměstnání a osoby, které se neformálně starají o své blízké, mají zákonem stanovené příspěvky na péči, ošetrovné, odborná školení pro pečovatele a služby sociální péče.

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, a to na teoretickou a praktickou. V teoretické části se zaměřuji na pojem kariérové poradenství a jaké formy a metody kariérového poradenství se nabízejí v České republice. Dále je definován pojem, kdo je osoba blízká, jaké sociální služby jsou poskytovány, jaké formy a zařízení lze využít a definice sociálně poradenských služeb. V poslední kapitole teoretické části se bakalářská práce zaměřuje na pracovní právní podmínky, které se týkají péče o osobu blízkou a jaké jsou vhodné pracovní smlouvy a dohody. Poslední kapitola také pojednává o pojmu role poradenství a možnosti kariérového poradce v uplatnění.

Praktická část obsahuje zpracované dotazníkové šetření, rozhovorové otázky a vlastní doporučení v rámci tohoto tématu.

Cíl a metodika

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, jak mohou lidé, kteří pečují o své blízké, sladit tuto péči s pracovním životem. Budou zde popsány potřeby pečujících osob v oblasti jejich pracovního uplatnění a navržena vhodná opatření a podpora ze strany kariérového poradenství.

V teoretické části bude vysvětleno, co je kariérové poradenství, kdo je pečující osoba a jaké možnosti podpory může kariérové poradenství pro pečující osoby nabízet. V praktické části byli nejprve vybráni respondenti, kteří pečují doma o osoby blízké. Pomocí rozhovorů a dotazníků autorka zjistí jejich potřeby v oblasti pracovního uplatnění a popíše možné překážky při hledání souladu mezi domácí péčí a prací. Nakonec budou navržena možná opatření a podpora pečujících osob ze strany kariérového poradenství.

1 Kariérové poradenství

1.1 Pojem kariérové poradenství

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy definuje kariérové poradenství jako „proces v rámci, kterého mají lidé v průběhu celého života možnost poznat a rozvíjet své schopnosti, dovednosti a zájmy. Umožňuje lidem řídit jejich individuální dráhu ve vzdělávání a odborné přípravě, v práci i v jiných oblastech, a využívat k tomu schopnosti a dovednosti, které mají“ (MŠMT, 2023).

Dle OECD (Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj) popisuje kariérové poradenství jako službu, která pomáhá lidem s kariérou. Pomáhá i se vzdělávacími a profesními volbami, která lidem poskytuje kariérní oporu a pomoc. Mimo to poskytuje lidem pomoc při vzdělávací nebo profesní volbě, na základě jejich věku a fázi života, v níž se zrovna nachází. Umožňuje lidem se zamyslet nad svými zájmy, kompetencemi, ambicemi, talentem a jejím spojení s využitím na trhu práce. Kariérové poradenství zahrnuje poskytování informací o kariéře, individuálním poradenství, hodnocení dovedností. Lze ho poskytovat v různých formách, např. „z očí do očí“ při osobní konzultaci, online formou nebo telefonickou formou. Kariérové poradenství je nepřetržitý proces, který je zásadní pro mladé lidi, kteří se nachází v životní fázi, kdy se rozhodují o možnosti pokračovat ve vzdělávání nebo zapojení se na trh práce. Je možné ho poskytovat ve školách a vzdělávacích centrech, institucích terciárního a vysokoškolského vzdělávání, ve službách zaměstnanosti a na pracovištích (OECD, 2023).

Dle EQAVET se kariérové poradenství definuje jako rozsáhlý okruh aktivit, který je zaměřený na poskytování informací a rozvíjení aktivit studentů při volbě vlastní kariéry nebo profesní dráhy. EQAVET poskytuje kariérové poradenství ve školských institucích podle typů škol a v návaznosti na oboru lze pak rozvíjet své kompetence a spolupráce se zaměstnavateli. Tímto přispívá k částečné nezaměstnanosti absolventů škol. Nedílnou součástí kariérového poradenství ve školách jsou kariérní centra, která jsou spojená s poradenstvím pro mládež nebo s dalším profesním růstem pro dospělé (EQAVET, 2023).

Kariérové poradenství poskytuje poradenské služby ve formě individuální nebo skupinové s posláním podpořit jednotlivce. Poradci podporují své klienty v jakémkoli věku a jakékoli fázi života, kdy se klienti zaměřují na rozhodování při volbě vzdělávání, zaměstnání nebo rozvoje kariéry. V rámci podpory kariérového poradenství zahrnují přípravu na změnu zaměstnání nebo vzdělávání. Z pohledu kariérového poradenství je možné se zaměřit na mnoho oblastí, z nichž se například jedná o výběr vzdělávací a profesní dráhy. V rámci tématu zaměstnanosti se můžeme zaměřovat na první volbu zaměstnání, ale i případnou změnu aktuálního zaměstnání. Vzdělávání a zaměstnání je v jistých směrech propojené, kdy je potřeba se v rámci kariérového poradenství zaměřit na případné další vzdělávání (Impuls pro kariéru, 2023).

V současnosti se pojetí kariéry odlišuje od kariéry vnímané v minulých letech. Dnes je kariéra vnímána jako „dráha životem, a to hlavně profesionálním, na níž člověk získává nové zkušenosti a realizuje svůj osobní potenciál“ (Bělohávek, 1996, s. 11). V oblasti výběru povolání a kariérního rozvoje lze rozdělit služby do tří částí (Mezera, 2002):

- a) na výchovu k volbě povolání
- b) na kariérní orientaci
- c) na kariérní poradenství

Výchova k povolání je dlouhodobý proces probíhající v rámci všeobecné výchovy a vzdělávání žáků. Profesní (kariérní) orientace oproti výchově k povolání je krátkodobá a až jednorázová pomoc mladým lidem při výběru školy nebo povolání. Profesní (kariérní) poradenství je odborná pomoc a činnost, která se využívá během života člověka, zaměstnání a povolání. Toto poradenství nachází uplatnění i ve školství a na Úřadu práce (Vendel, 2008).

1.1.1 Metody a formy poradenství

„Kariérové poradenství může mít formu individuální i skupinové činnosti zaměřené na volbu vzdělávací a profesní dráhy, na volbu prvního zaměstnání, na změnu zaměstnání, na další vzdělávání (vzdělávání dospělých, celoživotní učení), na návrat

do pracovního procesu, případně i na změnu původní kvalifikace a původního povolání“ (MŠMT, 2023).

V kariérovém poradenství můžeme využívat metody, které se (podle Paulíka, 1994) rozdělují do tří kategorií. Jsou to metody diagnostické, informační a terapeutické. V diagnostických metodách lze využívat pro zpestření informací o klientovi. Na začátku schůzky s klientem se využívá rozhovor, při němž je na úvod nejdůležitější vybudování si vzájemné důvěry, zorientování se poradce, o čem chce klient mluvit a jaká očekávání má klient od schůzky. V diagnostických metodách se využívá pozorování, dotazník, výkonnosti i osobnostní test, analýza výsledků činnosti a sociometrické techniky. V informačních metodách lze využít přednášky, besedy, individuální sdělení nebo počítačové programy. Terapeutické metody využívají metody s léčebným efektem, řeší problémy klienta a snaží se odstranit nežádoucí symptomatologie a vnitřní příčiny klientova problému (Vendel, 2008).

Gabura, Pružinská (1995) uvádí další výčet metod: relaxační techniky, trénink, modelování, hraní rolí, reflexe, ventilace, interpretace a jiné.

Neexistuje tvrzení, se kterým by souhlasili všichni odborníci, tudíž formy kariérového poradenství nelze přesně dělit (Vendel, 2008).

V současné době se v kariérovém poradenství používají metody (Job hub, 2023):

- a) brainstorming
- b) cesta životem
- c) hra: „9 životů kočky“
- d) hraní rolí
- e) kariérové kotvy
- f) myšlenková mapa
- g) metoda ABC
- h) SWOT analýza.

Metoda brainstormingu je týmová metoda, která se používá jako účinná pomůcka pro generování nápadů a řešení problémů. Hlavním principem této metody je, že nápady představené jedincem posluhují jako inspirace pro nápady ostatních jedinců.

Brainstorming může být použit pro řešení různých témat, jako je výběr kariéry, změna zaměstnání, rozvoj dovedností, zlepšení produktivity a mnoho dalších.

Metoda cesta životem se používá k hlubšímu porozumění nad životem a jeho vlivem na kariéru. Hlavním principem této metody je zaměřit se a identifikovat na klíčové životní fáze a události a jejich vliv na kariéru jedince. Ta to metoda může být užitečná pro lidi, kteří mají zájem porozumět vztahu mezi svým životem a kariérou s možností plánování své kariéry v budoucnu.

Metoda hra: „9 životů kočky“ je metoda o představitosti, kdy si klient představí, že je kočkou s devíti životy a každý život představuje jednu z kariér. Tato metoda pomáhá účastníkům pochopit jejich preference v pracovním prostředí a v pracovních situacích, které ovlivňují jejich kariéru.

Metoda hraní rolí se orientuje na klienta a rozvoj některých jeho schopností. Hlavním principem metody je vyvolat skutečné situace v reálném prostředí. Tato metoda může být užitečná pro lidi, kteří chtějí zlepšit komunikaci s ostatními, chtějí se naučit řešit konflikty a jak se vyrovnat s náročnými situacemi v práci.

Metoda kariérové kotvy je jednou z nejčastěji používaných metod v kariérovém poradenství. Hlavním cílem metody je, aby klienty porozuměli svým vlastním hodnotám, schopnostem, talentu, motivům, které vedou k rozvoji a uplatnění na trhu práce.

Metoda myšlenkové mapy umožňuje klientům vizualizovat a organizovat si svoje myšlenky ohledně svého profesního života. Jde o grafické znázornění klientových myšlenek.

Metoda ABC lze využít s metodou myšlenkové mapy, kdy se ke stanoveným cílům přidávají písmenka A, B, C a přiřadí se podle naléhavosti. Tuto metodu ABC lze použít v souvislosti s time-managementem. Metoda ABC může být aplikovaná opakovaně, aby se jedinec ujistil, že jeho kariéra odpovídá jeho schopnostem, hodnotám a zájmům.

Metoda SWOT analýza se využívá k identifikaci slabých a silné stránky klienta, jeho rizika a výzvy. Cílem metody SWOT analýza je pomoc klientovi identifikovat možnosti, které využije ke zlepšení své kariéry a připravit na překonání překážek, které v zaměstnání mohou nastat (Job Hub, 2023).

2 Péče o osobu blízkou

2.1 Osoba blízká

V průběhu života se může nastat situace, kdy je jedna osoba v roli osoby pečující a druhá osoba v roli pečované. Za pečující osobu se považuje osoba, která je označena přímo právním předpisem. Může se jednat i o osobu, která svou činností a pomocí podporuje, zajišťuje péči o pečovanou osobu a pomáhá ji hospodařit s penězi. U zletilé osoby nebo dítěte, kteří se dostanou do role pečovaných osob může nastat situace, kdy nepříznivý zdravotní stav, duševní onemocnění nebo pokročilý věk je spojen s potřebnou pomocí, podporou a péčí. Podle zákona se za pečující osobu považuje osoba, která pečuje o osobu závislou na jiné fyzické osobě, o osobu pečující o své příbuzné nebo o osobu omezenou ve svéprávnosti (MSK, 2023). Pomoc pro osoby může mít různé doby trvání, kdy se rozlišuje na krátkodobou péči a dlouhodobou péči. Krátkodobá péče je potřebná v několika dnech, týdnech a měsících jejího trvání. Tato péče je časově omezena. Dlouhodobá péče je definována na dobu neurčitou a je založena na potřebné péči nebo pomoci (MSK, 2021).

„Pečující osoba, která pečuje dle zákoníku č. 108/2006 Sb. o osobu závislou na pomoci jiné osoby, může pečovat v pozici jako: osoba blízká (př. příbuzný) § 7 a asistent sociální péče (př. soused, kamarád) § 83“ (MSK, 2021). Pečující osoba nebo asistent sociální péče má určitá práva a povinnosti, které mu stát nabízí. Jedná se například o nárok hrazení zdravotního pojištění ze strany státu v případě, že pečující osoba pečuje o osobu, která je závislá na pomoci jiné fyzické osoby ve II.-IV. stupni její závislosti, nebo o dítě do 10 let věku v I. stupni závislosti. Pečující osoba má povinnosti ohlásit do 8 dnů na Úřad práce ČR zahájení péče nebo jeho ukončení. Ohlášení na Úřad práce musí být podáno písemnou formou skrz formulář Úřadu práce ČR. Pečující osoba může zažádat dle § 29 odst. 6 z. č. 108/2006 Sb. o písemné potvrzení zahrnující dobu poskytované péče pečující osobě a o stupni její závislosti na základě, kterého má nárok na pobírání dávek hmotné nouze, zdravotního pojištění, důchodového pojištění a zaměstnanosti pečované osoby i pečující osoby. Informace o zahájení hospitalizace pečované osoby, ukončení hospitalizace pečované osoby nebo jeho úmrtí je nutno písemně ohlásit do 8 dnů ode dne skutečnosti na Úřad práce ČR, Českou správu sociálního zabezpečení a zdravotní pojišťovně. „Příjem pečující osoby od pečované

osoby za péči je osvobozen od daně z příjmu, pokud pečující je osobou blízkou. U asistenta sociální péče je osvobození příjmu za péči do výše příspěvku na péči ve IV. stupni závislosti osoby“ (MSK, 2021).

„Asistent sociální péče je povinen uzavřít o poskytování péče s osobou pečovanou písemnou smlouvu dle § 83 a § 91 odst. 6 z. č. 108/2006 Sb“ (MSK, 2021).

2.1.1 Sociální služby

Ministerstvo práce a sociálních věcí definuje sociální služby jako: „V první řadě je nezbytné si uvědomit, že poskytnutí sociální služby samo o sobě nedokáže v plné míře odstranit tyto příčiny, v mnoha případech to ani objektivně není možné. Poskytnutí sociální služby má člověku pomoci, resp. podporovat jeho vlastní aktivitu vedoucí k řešení nepříznivé sociální situace. Každá sociální služba musí působit tak, aby byla maximálně podporovaná samostatnost a svébytnost člověka a chráněna jeho důstojnost“ (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2023).

Dle § 3 zákona 108/2006 Sb., o sociálních službách jsou sociální služby definovány jako: „Sociální služby jsou činnosti či soubory zajišťující pomoc a podporu osobám za účelem sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení“ (zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách).

Sociální služby jsou tedy služby, které jsou financované z veřejných rozpočtů. Poskytují je organizace nebo instituce, které je poskytují svým klientům, kteří se dostali do nepříznivé sociální situace. Jako nepříznivé sociální situace označujeme:

- ohrožení práv
- ohrožení zájmů jiné fyzické osoby
- špatný zdravotní stav
- sociálně znevýhodněné prostředí.

Své služby poskytuje dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a řídí se vyhláškou 505/2006 Sb. sloužící k provedení již zmíněného zákona, který se zaměřuje na sociální služby (Pevná, Knotová, Lazarová, a kol., 2014). „Poskytovatelé sociálních služeb jsou povinni nabízet rozsah činností, které jim ukládá § 88 z. 108/06 a způsob zabezpečení těchto činností musí uvést v žádosti o registraci“ (Arnoldová, 2016, s. 19).

„Sociální služby chrání občana tím, že v jeho prospěch něco konají“ (Matoušek, 2007, s. 11).

Cílem sociálních služeb je zlepšit kvalitu života a poskytnout podporu sociálně znevýhodněním. Pomáhat lidem v oblastech při péči o děti, v podpoře seniorů, lidem s duševním onemocněním a pomoci lidem s omezenou pohyblivostí nebo závislostí. V rámci svých služeb poskytuje sociální poradenství, které se rozděluje na základní sociální poradenství a odborné sociální poradenství. Další složky, které v rámci svých sociálních služeb poskytují jsou služby sociální péče a služby sociální prevence (Pevná, Knotová, Lazarová, a kol., 2014).

2.1.2 Formy služeb a zařízení

Sociální služby poskytují formy typu terénní, ambulantní a pobytové. Tyto typy forem lze společně kombinovat, tak aby pro klienta, který je využívá, byly maximálně efektivní. Určité vybrané služby, které je možné využít jsou zpoplatněny. Všechny podrobnosti k úhradě stanovuje vyhláška č. 505/2006 Sb., se kterou se provádějí určitá ustanovení zákona o sociálních službách. Nabízí se zde možnost využití příspěvku na péči, kterým lze uhradit konkrétní sociální služby. Podle zmíněné vyhlášky se nabízí i služby, které jsou poskytovány zcela zdarma (Zákon o sociálních službách, 2023).

Terénní služby jsou poskytovány klientům, kteří je využívají ve svém přirozeném sociálním prostředí. Dle § 33 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách se definují terénní služby jako: „služby, které jsou osobě poskytovány v jejím přirozeném prostředí“ (Zákon o sociálních službách, 2023). Pracovníci těchto služeb docházejí přímo do domácností za klientem, kterému pomohou s osobní hygienou, kterou vzhledem ke své imobilitě není schopen sám bez pomoci zvládnout. Pracovníci těchto služeb se starají o úklid domácnosti i o nákup (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2023). V rámci terénních služeb je možné využít poskytované služby, které jsou nabízené klientům, ale i jejich rodinám. Tyto služby mají podobu pečovatelské služby, osobní asistence nebo odlehčovací služby. V terénní formě je zde možné poskytnout sociální poradenství anebo služby sociální prevence zahrnující například terénní programy, ranou péči, tlumočnické služby, krizová pomoc, terénní programy (Arnoldová, 2016, s. 34). Mezi terénní formy, které pečovaná osoba může využít je služba osobní asistence. Tato terénní služba je nabízena převážně lidem se zdravotním

postížením a seniorům. „Služba se poskytuje bez časového omezení, v přirozeném sociálním prostředí osob a při činnostech, které osoba potřebuje“ (Arnoldová, 2016, s. 35). Osobní asistent pomáhá pečované osobě zvýšit soběstačnost a umožňuje mu začlenit se do společnosti. Pečovaná osoba společně se svým osobním asistentem může pracovat a vzdělávat se (Arnoldová, 2016, s. 34).

Další formy pomoci, které pečovaná osoba může využít je pečovatelská služba. Tato služba také patří do terénních služeb. Pečovatelská služba se nabízí seniorům, lidem se zdravotním postižením, občanům se sníženou mobilitou a rodinám s dětmi, kteří potřebují pomoc od jiné fyzické osoby. Jedinci pomáhají s osobní hygienou, s přípravou pokrmů, v udržitelnosti domácnosti a se základní zdravotnickou péčí. Další z terénních forem je tísňová péče, která své služby poskytuje distanční a elektronickou komunikací s osobami v pokročilém věku stáří nebo zdravotně postiženými. Využívají ji osoby, kteří žijí ve svém domácím prostředí a v případě zhoršení jejich zdravotního stavu prostřednictvím speciálního přístroje vyšle signál a přijede pomoc, co v nejkratším čase. Tato služba je permanentně v provozu 24 hodin. (Arnoldová, 2016, s. 36).

Ambulantní služby jsou opakem terénních služeb. Zatímco u terénních služeb pracovník cestoval do klientova domácího prostředí, u ambulantních služeb klient dojíždí za poskytujícími službami a poté se vrací domů do svého přirozeného prostředí. Dle § 33 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách je definováno: „Ambulantními službami se rozumí služby, za kterými osoba dochází nebo je doprovázena nebo dopravována do zařízení sociálních služeb a součástí služby není ubytování“ (Zákon o sociálních službách, 2023). Tento typ služeb poskytuje vzdělávací činnosti a nabízí různé programy, které napomáhají. V této formě sociálních služeb není poskytováno ubytování (Arnoldová, 2016, s. 18). U této formy lze využít službu sociálního poradenství a služby sociální péče, kterými se konkrétně myslí denní stacionáře nebo odlehčovací služby a jiné. Ambulantní formy nabízejí také služby sociální prevence. Lze sem zařadit kontaktní centra, sociálně terapeutické dílny, krizovou pomoc, nízkoprahová centra, nízkoprahová zařízení pro děti a mládež, noclehárny a služby následné péče (Arnoldová, 2016, s. 39). V rámci ambulantních forem jsou poskytovány služby centra denních služeb. Jsou nabízeny osobám, kteří mají

chronické onemocnění, sníženou soběstačnost zapříčiněnou věkem. „Služba obsahuje tyto základní činnosti (Arnoldová, 2016, s. 38):

- a) pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- b) poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy,
- c) výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti,
- d) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- e) sociálně terapeutické činnosti,
- f) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí“

Další službou ambulantní formy pomoci při péči o osobu blízkou jsou denní stacionáře. Denní stacionáře nabízí své služby osobám, kteří trpí chronickým onemocněním, zdravotním postižením kombinovaným s mentálním postižením bez ohledu na věk nebo mají sníženou soběstačnost zapříčiněnou věkem. Služba není nabízena pro osoby, kteří trpí psychiatrickým onemocněním nebo trpí závislostí na alkoholu či návykových látkách. Při přijetí do denního stacionáře je potřeba lékařský posudek od praktického lékaře, pokud se jedná o dospělého a posudek od pediatra, pokud se jedná o dítě. (Arnoldová, 2016, s. 39).

Pobytové sociální služby jsou služby, které jsou spojené s ubytováním a jsou poskytovány v zařízení sociálních služeb (Arnoldová, 2016, s. 18). Dle § 33 zákona 108/2006 Sb. o sociálních službách se pobytové služby definují jako: „služby spojené s ubytováním v zařízeních sociálních služeb“ (Zákon o sociálních službách, 2023). Tato forma sociální služby poskytuje pomoc osobám, které kvůli svému zdravotnímu stavu vyžadují pomoc od jiné fyzické osoby, bez které nejsou schopni se obejít. Cílem této služby je motivovat a posilovat jejich sociální začleňování, podporovat rozvoj v jejich samostatnosti a poskytovat své služby ve vysoké kvalitě, aby bylo obstaráno dodržování lidských práv a svobod (Léčebna dlouhodobě nemocných Rybitví, 2023). Lze zde využít služby sociální péče, ale i některé služby sociální prevence. Využitím služeb sociální péče jsou míněny například domovy pro osoby se zdravotním postižením nebo domovy pro seniory. Služby sociální prevence je například raná péče, azylové domy, domy na půl cesty, krizová pomoc a terapeutické komunity.

Týdenní stacionáře jsou služby pobytových forem. Jejich služby jsou nabízeny od pondělí do pátku dětem i dospělým osobám, kteří trpí mentálním postižením a kombinovaným chronickým duševním onemocněním, zdravotním postižením nebo osobám, kteří mají sníženou soběstačnost zapříčiněnou věkem. Týdenní stacionáře usilují o co největší rozšíření sociálních a praktických dovedností a schopností klientů. Podporují jejich zodpovědnost a schopnost rozhodovat se (Arnoldová, 2016, s. 40).

2.1.3 Sociální poradenské služby

„Sociální poradenství zákon rozděluje na základní a odborné. Služby sociální péče definuje zákon jako služby pomáhající osobám, které se neobejdou bez pomoci jiné fyzické osoby. Služby sociální prevence jsou rovněž zákonem vymezeny jako služby, které mají zabránit sociálnímu vyloučení osob“ (Matoušek, 2007, s. 43).

Sociální poradenství se poskytuje osobám, kteří se dostali do nepříznivé životní situace vlivem onemocnění například onkologickým, duševním, neurologickým apod. Také spácháním na ně trestního činu, úrazem nebo rizikového způsobu života v sociálně vyloučených lokalitách. Péče v rodině není zákonem omezována a lze zachovat pobyt v přirozeném prostředí nebo soběstačnost. Sociální služby zahrnují tři druhy služeb: sociální poradenství, služby sociální péče a služby sociální prevence. Smyslem sociálního poradenství je poskytovat potřebné informace. Své služby poskytuje zcela zdarma a přispívá k řešení nepříznivých sociálních situací, které zahrnují základní a odborné poradenství. Základní poradenství poskytují všichni poskytovatelé služeb, ovšem odborné poradenství zajišťují specializované poradny, které jsou konkrétně zaměřeny (dluhové poradenství, osoby se zdravotním postižením, domácí násilí). Služby sociální péče se snaží podporovat život lidí v jejich přirozeném prostředí, pomáhají zajistit fyzickou i psychickou soběstačnost a snaží se o jejich zapojení do běžného života. Pokud nastanou případy, kdy lidem jejich stav neumožňuje začlenění se do běžného života, zajišťují důstojné zacházení a prostředí. Služby sociální prevence se zaměřují na zabránění a chránění společnosti před vznikem nežádoucích společenských jevů, kdy se primárně zaměřují na oblasti sociálně negativních jevů (bezdomovectví, zneužívání návykových látek) (Alfabet, 2023).

„Sociální poradenství podle z. 108/06 zahrnuje:

- a) základní sociální poradenství
- b) odborné sociální poradenství“ (Arnoldová, 2016, s. 27).

Základní sociální poradenství nabízí veškeré užitečné informace k řešení nalezení východiska z náhle nepříznivé sociální situace. „Sociální poradenství je základní činností při poskytování všech druhů sociálních služeb; poskytovatelé jsou vždy povinni tuto činnost zajistit“ (Arnoldová, 2016, s. 27). Odborné sociální poradenství je zaměřené na požadavky jednotlivých okruhů poradenství v sociální skupině. Odborné poradenství zahrnuje půjčování svým klientům kompenzační pomůcky. Cílem odborného sociálního poradenství je pomoc lidem se zajištěním vhodných potřeb, poskytnout patřičné finanční a právní rady a po případné kontakty na odborníky a organizace, které nabízí rozsáhlejší podporu a pomoc (Arnoldová, 2016).

3 Pracovně právní podmínky

3.1 Pracovně právní podmínky pro péči o osobu blízkou

Pracovně právní podmínky v České republice jsou upraveny zákonem 262/2006 Sb. v Zákoníku práce. Zákon 262/2006 Sb., „upravuje právní vztahy vznikající při výkonu závislé práce mezi zaměstnanci a zaměstnavateli; tyto vztahy jsou pracovně právními“ (Zákon práce, 2023). Tento zákon stanovuje všeobecná ustanovení daných podmínek, který vymezuje pracovně právní vztahy, rovné zacházení se zákazem diskriminace a některá ustanovení o právním jednání. Zákon 262/2006 Sb. se nezabývá pouze všeobecnými ustanoveními, ale také pracovním poměrem, postupem před jeho vznikem, složením pracovní smlouvy, vznikem pracovního poměru a popřípadě jeho změn, možnostmi přeložení a pracovní cesty a také stanovuje podmínky pro skončení pracovního poměru a jeho rozvázání. Součástí tohoto zákona je ustanovení pracovní doby a jeho délky, doba odpočinku, řádné dovolené, mzdy, platu a odměn. V zákoníku práce je část, která pojednává o bezpečnosti práce, o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci, kdy se jedná o předcházení ohrožení života a zdraví při práci. Nachází se zde i zákonem stanovené překážky v práci a jeho péče o zaměstnance, který je směřován na zaškolení a zaučení zaměstnance. Pracovně právní podmínky pro osobu, která pečuje jsou stanoveny v zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. V tomto zákoně se nachází podmínky nároku na příspěvek na péči poskytující osobám, které jsou závislé na pomoci druhé fyzické osoby. „Nárok na příspěvek má osoba uvedená v § 4 odst. 1, která z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebuje pomoc jiné fyzické osoby při zvládnutí základních životních potřeb v rozsahu stanoveném stupněm závislosti podle §8“ (Zákon o sociálních službách, 2023). O výši příspěvku rozhoduje Úřad práce v místě bydliště pečované osoby. U osob, které jsou mladší 18 let se vyžaduje stálá péče jiné fyzické osoby, podle stupně závislosti ve stupních I (lehká závislost), II (středně těžká závislost), III (těžká závislost), IV (úplná závislost). U osob, které jsou starší 18 let se vyžaduje stálý dohled, péče nebo pomoc jiné fyzické osoby, které se považují podle stupně závislosti ve stupních I (lehká závislost), II (středně těžká závislost), III (těžká závislost), IV (úplná závislost). „Při posuzování stupně závislosti se hodnotí schopnost zvládat tyto základní životní potřeby (Zákon o sociálních službách, 2023):

- a) mobilita,
- b) orientace,
- c) komunikace,
- d) stravování,
- e) oblékání a obouvání,
- f) tělesná hygiena,
- g) výkon fyziologické potřeby,
- h) péče o zdraví,
- i) osobní aktivity,
- j) péče o domácnost“.

„U osoby do 18 let věku se při hodnocení schopnosti zvládat základní životní potřeby podle § 9 odst. 1 a při hodnocení potřeby mimořádné péče porovnává rozsah, intenzita a náročnost péče, kterou je třeba věnovat posuzované osobě se zdravotním postižením, s péčí, kterou je třeba věnovat zdravé fyzické osobě téhož věku. Při stanovení stupně závislosti u osoby do 18 let věku se nepřihlíží k potřebě péče, která vyplývá z věku osoby a tomu odpovídajícímu stupni biopsychosociálního vývoje. Mimořádnou péčí se rozumí péče, která svým rozsahem, intenzitou nebo náročností podstatně přesahuje péči poskytovanou osobě téhož věku“ (Zákon o sociálních službách, 2023). Příspěvek na péči, který je poskytován závislým na péči jiné fyzické osoby je stanoven podle stupně závislosti v zákoně 108/2006 Sb. § 11. Pokud závislý splňuje dané podmínky výše příspěvku je mu vyplácena každý kalendářní měsíc (Zákon o sociálních službách, 2023). Závislá osoba využívá příspěvek na péči z důvodu pokrytí zaplacení cizí pomoci, která postiženému pomáhá s běžnými každodenními úkony a napomáhá k důstojnému žití.

3.2 Pracovní smlouvy a dohody

Při péči o blízkou osobu umožňuje trh práce flexibilnější formy práce. Dle zákoníku práce 262/2006 je stanoveno, že pokud „požádá-li zaměstnankyně nebo zaměstnanec pečující o dítě mladší než 15 let, těhotná zaměstnankyně nebo zaměstnanec, který

prokáže, že převážně sám dlouhodobě soustavně pečuje o převážně nebo úplně bezmocnou fyzickou osobu, o kratší pracovní dobu nebo jinou vhodnou úpravu stanovené týdenní pracovní doby, je zaměstnavatel povinen vyhovět žádosti, nebránilo tomu vážné provozní důvody“ (Zákon práce, 2023). V zákoníku práce se dále píše, že pokud osoba pečující o závislou osobu, která má posouzenou závislost ve stupni II. až IV. požádá zaměstnavatele o úpravu pracovní doby zaměstnavatel je povinen podle Zákoníku práce § 241 odst. 2 zákona 262/2006 Sb. této žádosti vyhovět. Pro zamítnutí této žádosti jsou akceptovatelné pouze vážné provozní důvody. Při zaměstnání je zde možnost využití slevu na dani na manžela nebo manželku nebo daňové zvýhodnění na dítě, pokud má osoba, která je pečovaná průkaz ZTP/P, jeho sleva na dani je zvýšená o dvojnásobek (Zákon práce, 2023).

Úpravy pracovních podmínek jsou nabídnuty osobám, kteří pečují o osobu blízkou, a to v podobě ošetřovného, kdy zaměstnanec, který pečuje o zraněného, těžce nemocného anebo o osobu, která je závislá na pomoci jiné fyzické osoby, má nárok na ošetřovné. Ošetřovné se lze stanovit podle konkrétního typu závislosti na několik dní, popřípadě týdnů. Mezi flexibilní podmínky se dále může řadit práce na částečný úvazek, práce z domu nebo změna pracovní doby. Zaměstnavatel dále může nabídnout pracovní dovolenou, kterou lze využít na péči (Zákon práce, 2023).

4 Role poradenství a možnosti kariérového poradce v uplatnění

4.1 Role poradenství

Poradenství může být poskytováno v různých podobách, které závisí na konkrétní situaci a potřebě klienta. V České republice se využívá poradenství v různých oblastech, které poskytují určité organizace a instituce, včetně neziskových organizací nebo soukromých společností. Nejčastější formy poradenství, které klienti využívají, je sociální poradenství. Sociální poradenství poskytuje lidem podporu ve sféře obtížné sociální situace, jedná se o osoby bez přístřeší nebo oběti obchodu s lidmi, osoby s chronickým nebo zdravotním postižením, osoby s kombinovaným nebo tělesným postižením, pro osoby žijící v sociálně vyloučených lokalitách, pro rodiny s dítětem/děťmi a pro děti a mládež ve věku od 6 do 26 let ohrožené společensky nežádoucími účinky. V podkapitole o sociálních poradenských službách bylo vymezeno rozdělení sociálního poradenství dle zákona 108/2006 Sb. o sociálních službách na základní sociální poradenství a na odborné sociální poradenství.

Základní sociální poradenství nabízí (Arnoldová, 2016, s 28):

- a) „poskytnutí informace o možnostech podpory členů rodiny v případech, kdy se spolupodílejí na péči o osobu
- b) poskytnutí informace o možnostech výběru druhu sociálních služeb podle potřeb osob a o jiných formách pomoci, například o dávkách pomoci v hmotné nouzi a dávkách sociální péče
- c) poskytnutí informace o základních právech a povinnostech osoby, zejména v souvislosti s poskytováním sociálních služeb, a o možnostech využívání běžně dostupných zdrojů pro zabránění sociálního vyloučení a zabránění vzniku závislosti na sociální službě“.

„Cílem poraden by nemělo být řešení problému za uživatele, ale pomoci mu, aby byl schopen vlastními silami vyřešit svoji tíživou sociální situaci, tzn. umět uplatňovat svá práva a nároky, umět plnit své povinnosti“ (Arnoldová, 2016, s. 28).

Odborné sociální poradenství se zaměřuje na konkrétní sociální skupinu osob, kterým je poradenství poskytováno v občanských poradnách, poradnách pro seniory,

v manželských a rodinných poradnách, v poradnách pro osoby se zdravotním postižením, poradnách pro oběti trestných činů a domácího násilí a jiné. Odborné sociální poradenství poskytuje (Arnoldová, 2016, s. 29):

- a) „zprostředkování kontaktu se společenským prostředím: zprostředkování navazujících služeb
- b) sociálně terapeutické činnosti: poskytnutí poradenství v oblastech orientace v sociálních systémech, práva, psychologie a v oblasti vzdělávání
- c) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí:
 1. pomoc při vyřizování běžných záležitostí
 2. pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s přirozeným sociálním prostředím“.

Cílem odborného sociálního poradenství je pomoc lidem se zajištěním vhodných potřeb, poskytnout patřičné finanční a právní rady a po případné kontakty na odborníky a organizace, které nabízí rozsáhlejší podporu a pomoc (Arnoldová, 2016, s. 29).

Další forma poradenství, které klient může využít je psychologické poradenství. Psychologické poradenství je poskytováno klientům, kteří se nachází v aktuální tíživé životní situaci jako je rozvod, komunikační neshody a problémy při navazování pracovních nebo partnerských kontaktů anebo při ztrátě motivace (Diakonie, 2023).

Poradenství ve vzdělávání poskytuje žákům bezplatné poradenské služby, které se zaměřují na (Euroguidance, 2023):

- a) prevenci školní neúspěšnosti
- b) kariérové poradenství spojující vzdělávací, informační a poradenskou podporu a s odlišnými životními podmínkami
- c) předcházení všem formám rizikového chování včetně různých forem šikany a diskriminace
- d) spolupráci a komunikaci mezi školou a zákonnými zástupci“.

Cílem poradenství pro vzdělávání je poskytnutí odborné znalosti a podpory při plánování svého vzdělávání, s výběrem školy nebo univerzity, pomoci s přijímacími zkouškami, pomoci zjistit zájmy a schopnosti v oblasti vzdělávání a pomoci se zajištěním finanční podpory.

4.2 Možnosti kariérového poradce v uplatnění

Péče o blízkého člověka z mnoha důvodů může být náročné a může mít také vliv na rozhodování co se týče kariéry. Kariérový poradce může osobám, kteří se starají dlouhodobě nebo na plný úvazek o své blízké, kteří jsou zdravotně postižení nebo jinak závislí na druhé fyzické osobě, poskytnout své služby, které zahrnují poskytnutí informací o možnostech péče a pomoci s hledáním, výběrem služeb a zařízení, poskytnutí psychologické podpory pro pečovatele a pomoc s plánováním a zajištěním, aby pečovaná osoba měla přístup ke kvalitní péči. Jednou z mnoha možností uplatnění kariérového poradce jsou kontaktní místa pro pečující osoby sloužící jako forma, která podporuje osoby se zdravotním postižením nebo osoby jinak závislé na pomoci jiné fyzické osoby. Při vytváření vhodné podpory věnují pozornost tematickým pilířům, kterými je potřeba se zabývat při sestavování návrhů a jejímiž jsou (Pečovat a žít, 2023):

- a) „informační, komplexní a koordinovaná podpora,
- b) spravedlivé a objektivní posuzování skutečných potřeb,
- c) rozvinutá a vyvážená síť sociálních služeb,
- d) vyšší kontrola naplňování přijatých zásad sociální podpory v praxi,
- e) domácí zdravotní a rehabilitační péče odpovídající individuálním potřebám,
- f) dostatečná nabídka kompenzačních pomůcek a podpůrných technologií“.

Další možností uplatnění kariérového poradce je v odvětví univerzit a vysokých škol, kdy většina těchto typů škol poskytují kariérové poradenské centrum. Kariérová poradenská centra nabízí studentům podporu při hledání si práce a vytváření si kariéry, kdy v rámci podpory kariérové centra připravují pro své studenty a absolventy veletrhy s workshopy a semináři, které se zaměřují na rozvoj měkkých dovedností a pohybu na trhu práce, umožňují setkávání se zaměstnanci různých společností a umožňují

studentům získávat cenné informace o dané pozici ve společnosti. Na veletrhu, ale i při osobní konzultaci je možnost si od kariérového poradce nechat poradit, jak a kde hledat práci, jak se správně připravit na rozhovor a jak správně a efektivně napsat CV (Kariérní centrum ČZU, 2023).

V České republice také poskytují kariérové poradenství neziskové organizace, kteří nabízejí podporu pečujícím osobám. Nezisková organizace Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice, z. s. nabízí své služby odborného sociálního poradenství lidem, kteří trpí mentálním postižením, ale i jejich rodinám, a blízké veřejnosti. Nabízí odborné poradenství v psychologickém a právním odvětví, kdy se zaměřuje na témata (Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v ČR, 2023):

- a) sociální dávky a příspěvky
- b) sociální služby
- c) psychologické poradenství
- d) svéprávnost
- e) školy a vzdělávání
- f) vztahy a sexualita
- g) podpora v osamostatňování
- h) základní dluhové poradenství.
- i) spolupráce s rodinou

Ústav sociálních služeb na Praze 4 nabízí své služby mnoha typům klientů, kteří se potřebují zorientovat s přípravou a péčí o blízkého člověka, který je závislý na péči jiné fyzické osoby. Nabízí sociální poradenství, kde informuje klienty o příspěvcích na mobilitu nebo na péči, zprostředkovávají pečovatelské služby, pobytové odlehčovací služby nebo stacionáře a hospice. Jejich cílem je snaha najít plán péče. Poradci se společně s klienty, kteří pečují o osoby blízké, zaměřují a podporují kvalitu nabízených služeb (Ústav sociálních služeb v Praze 4, 2023).

Nezisková organizace Pečovat a žít, sídlící na Praze 1 poskytuje kontaktní centra a také poradenské služby v oblasti skloubení péče a práce. Nabízí pracovní pozice

s flexibilní pracovní dobou v podobě brigád nebo v neziskových sektorech. Poradci v tomto neziskovém sektoru také podporují osoby, kteří se neformálně starají o blízkou osobu. Poradenství poskytují z toho důvodu, že díky tomuto pečovatelskému závazku se dostávají do situace, kterou nejsou schopni bez podpory tuto složitou nepříznivou situaci zvládat (Pečovat a žít, 2023).

Charita ČR je nezisková organizace, která poskytuje sociální, ale i zdravotnické služby. Posláním poradců je podporovat lidi v tíživé sociální situaci, kteří se ocitli například bez domova, propadli drogové závislosti, stali se oběťmi domácího násilí. Poradenství dále nabízí seniorům, lidem se zdravotním postižením v rámci pomoci ubytování, materiální pomoci, rad a osobních aktivit, které v rámci rehabilitace mohou lidé se zdravotním postižením využít (Charita Česká republika, 2023).

5 Praktická část

Praktická část bakalářské práce se zaměřuje na potřeby pečujících osob v oblastech pracovního uplatnění, jaké možné překážky mohou naskytnout v souladu mezi domácí péčí a prací, které jsou vyhodnoceny na základě dotazníkového šetření a polostrukturovaných rozhovorů. Dotazník byl zrealizován prostřednictvím online formy a díky tomu byl přístupný všem vybraným respondentům. Rozhovory byly vedeny s vybranými respondenty z blízkého okolí, kteří touto problematikou prochází již několik let. Na základě výsledků rozhovoru a dotazníkového šetření vychází vlastní doporučení pro kariérové poradce pracující s cílovou skupinou.

5.1 Cíl výzkumu

Hlavním cílem dotazníkového šetření a individuálních rozhovorů bylo zmapovat potřeby klientů, kteří neformálně pečují o osobu blízkou v oblasti pracovního uplatnění a jaké možné překážky mohou nastat nebo již dokonce nastávají v souladu mezi domácí péčí a prací. Cíle bylo dosaženo kvantitativní a kvalitativní metodou. Pomocí kvantitativního šetření bylo dosaženo cíle v podobě dotazníku a kvalitativního šetření v podobě individuálních rozhovorů.

5.2 Výzkumné otázky dotazníkového šetření

1. Jakou péči vyžaduje pečovaná osoba?
2. Jaké sociální služby jsou využívány osobami pečujícími o osoby blízké?
3. Jaké jsou zkušenosti osob pečujících o osobu blízkou v oblasti skloubení péče s pracovním životem a jaká opatření by mohla pomoci zlepšit tuto situaci?

5.3 Výzkumné otázky individuálních rozhovorů

1. Jak finanční situace respondenta ovlivňuje péči o blízkou osobu a jsou využívány finanční podpory od státu?
2. Jaké jsou zkušenosti respondentů s ustáleným systémem péče o osobu blízkou v rámci rodiny?
3. Jaké jsou zkušenosti respondentů s vyvážením péče o blízkou osobu a svého volného času?

6 Dotazníkové šetření

Požadavky klientů pečujících o osobu blízkou jsem zjišťovala pomocí dotazníků, kteří vyplňovali mnou vybraní respondenti, kteří se s touto problematikou zabývají a respondenti v nemocničním prostředí. Dle P. Gavory (2000) se dotazník definuje jako „způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí“. Dotazník byl zrealizován prostřednictvím online formy a díky tomu byl možný přístup všem vybraným respondentům a zároveň tak mohli zachovat anonymitu. Dotazníkové šetření bylo realizováno 7.3.2023 již zmíněnou online formou. Sběr dat proběhl celkem efektivně, neboť respondenti, kteří byli osloveni neměli sebemenší výtku vyplnit dotazníkové šetření o své situaci, ve které se nachází. Při realizaci dotazníkového šetření bylo posláno 70 dotazníků a vyplněno bylo 52. Dotazníkového šetření se zúčastnilo 75 % žen a 25 % mužů ve věkovém rozmezí 22 let – 52 let. Vybraní respondenti pečují o osoby blízké v různých věkových kategoriích, konkrétně 16 let – 89 let. Dle výsledků bylo zjištěno, že převážná část osob pečuje o osoby s poruchou mobility, druhým nejčastějším znevýhodněním, které bylo v dotazníku vyhodnoceno je mentální postižení.

Dotazník byl rozdělen na dvě části, přičemž první část dotazníku byla věnována základním informacím, co se týče poznání respondenta a jeho role v rámci poskytovaných služeb k pečované osobě. Druhá část dotazníku byla zaměřena na informace, které zahrnovaly dotazy ohledně skloubení pracovního života s péčí o osobu blízkou a možných překážek, které při péči mohou nastat. V dotazníku byly použity formy otázek otevřených, polouzavřených a uzavřených.

7 Výsledky dotazníkového šetření

Otázky v dotazníkovém šetření byly převážně mířeny na problematiku, se kterou se osoby, které pečují o své blízké potýkají. Zaměřovaly se na skloubení péče s osobním a pracovním životem, potřebu pomoci při péči a se kterým znevýhodněním se respondenti nejčastěji setkávají.

Otázka č. 3 Kolik let je pečované osobě?

Tabulka 1: Otázka č. 3 Kolik let je pečované osobě?

<u>Věkové rozmezí odpovědí</u>	<u>Kolik respondentů odpovědělo</u>	<u>Procentuální zastoupení</u>
12 let – 29 let	5	9,6 %
30 let – 49 let	3	5,7 %
50 let – 69 let	11	21,2 %
70 let a více	33	63,5 %
Celkem	52	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

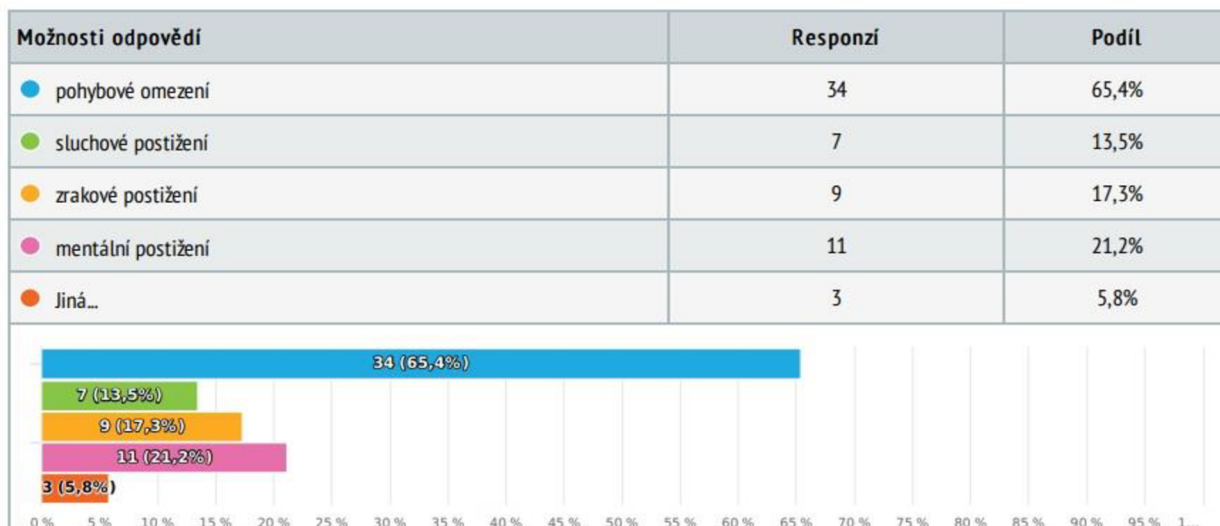
Otázka č. 3 zkoumala věkové rozmezí pečovaných osob. Dle výsledků v příložené tabulce, viz. výše, se nejčastěji respondenti pečují o osoby v pokročilém věku.

Otázka č. 4 Jaký typ znevýhodnění má pečovaná osoba?

Obrázek 1: Jaký typ znevýhodnění má pečovaná osoba?

4 Jaký typ znevýhodnění má pečovaná osoba?

Výběr z možností, více možných, zodpovězeno 52 x, nezodpovězeno 0 x



Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

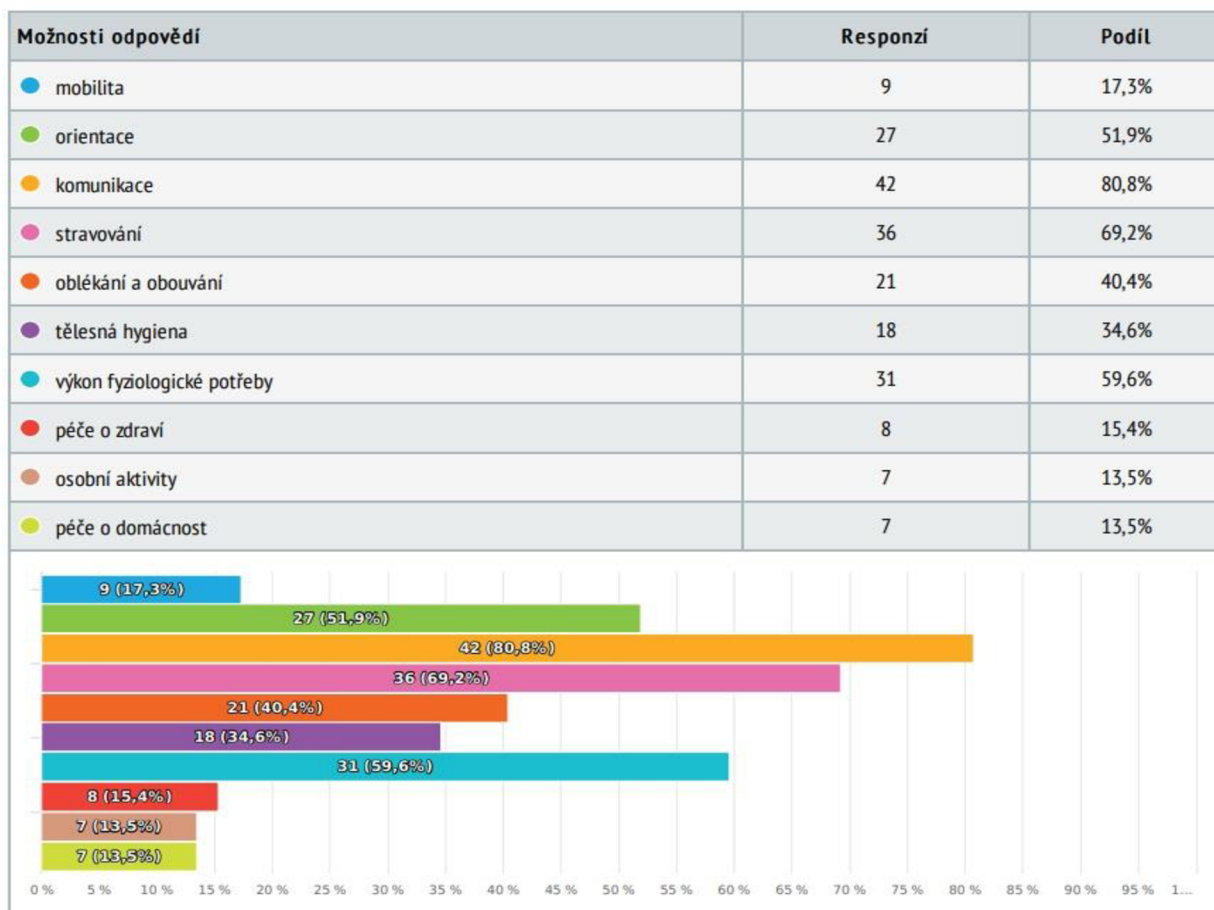
Cílem otázky č. 4 bylo zjistit s jakým znevýhodněním se nejčastěji respondenti potýkají v rámci neformální péče o osobu blízkou. Dle dotazníkového šetření viz. tabulka výše, bylo vyhodnoceno, že více než polovina respondentů pečují o osoby blízké s poruchou mobility. Druhou nejvíce zastoupenou odpovědí byla péče o osoby s mentálním postižením. Dalšími, ne tak často zvoleným znevýhodněním, bylo zrakové a sluchové postižení. Je zde vidět razantní rozdíl v procentuálním zastoupení pohybového omezení na úkor zbylých možností. Tato skutečnost vychází i dle dat z otázky č. 3, kde dle odpovědí se jedná převážně o seniory.

Otázka č. 5 V jakých oblastech je pečovaná osoba samostatná?

Obrázek 2: V jakých oblastech je pečovaná osoba samostatná?

5 V jakých oblastech je pečovaná osoba samostatná?

Výběr z možností, více možných, zodpovězeno 52 x, nezodpovězeno 0 x



Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

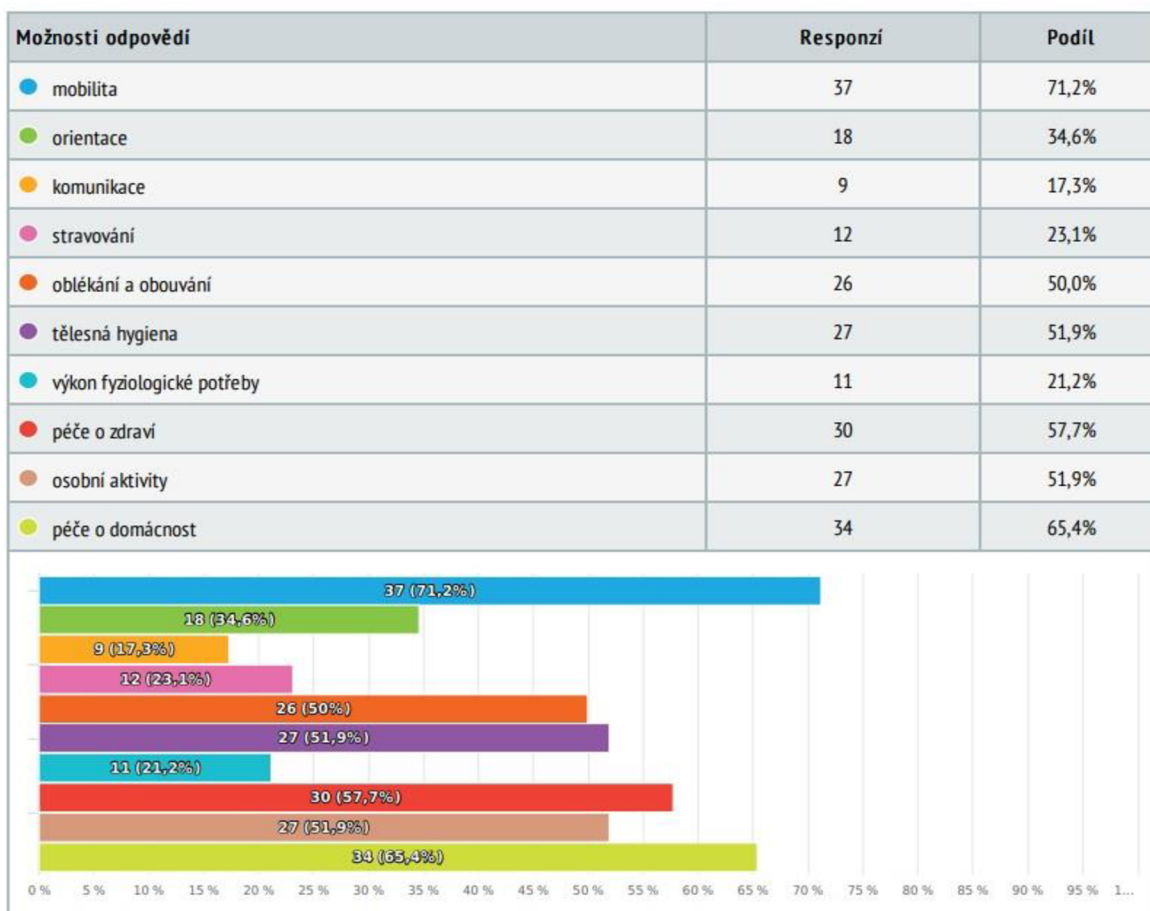
Tato otázka se zaměřovala na konkrétní oblasti, ve kterých je pečovaná osoba samostatná. Osoby jsou samostatné v oblasti komunikace, kdy dokáží s pečujícím plně komunikovat, a to verbálně či neverbálně. Ve většině případech se osoby zvládají samostatně stravovat, vykonávat fyziologické potřeby a orientovat se v prostoru.

Otázka č. 6 V jakých oblastech je pečovaná osoba naopak závislá?

Obrázek 3: V jakých oblastech je pečovaná osoba naopak závislá?

6 V jakých oblastech je pečovaná osoba naopak závislá?

Výběr z možností, více možných, zodpovězeno 52 x, nezodpovězeno 0 x



Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Otázka č. 6 se zabývala oblastí ve kterých je pečovaná osoba závislá. Dle tabulky lze pozorovat závislost v oblasti mobility. Pečované osoby nezvládají samostatně o sebe pečovat, vést domácnost a provozovat osobní aktivity. Tyto údaje lze nalézt také v tabulce, která je přiložena výše.

Otázka č. 7 Kolik odhadem hodin denně péče vyžaduje?

Tabulka 2: Kolik odhadem hodin denně péče vyžaduje?

<u>Časová náročnost</u>	<u>Kolik respondentů odpovědělo</u>	<u>Procentuální zastoupení</u>
1 hodina	3	5,8 %
2 hodiny	7	13,5 %
3 hodiny	3	5,8 %
4 hodiny	5	9,6 %
5 hodin	6	11,5 %
6 hodin	7	13,5 %
7 hodin	1	1,9 %
8 hodin	4	7,7 %
10 hodin	1	1,9 %
12 hodin	4	7,7 %
16 hodin	3	5,8 %
17 hodin	1	1,9 %
24 hodin	9	17,3 %
Celkem	52	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Z otázky č. 7 vyplývá, že péče o osobu blízkou je časově náročná. Respondenti se neshodli na jednom časovém údaji, ovšem nejčastěji respondenti pečují o své blízké, kteří vyžadují péči celý den. Lze i vidět velký časový rozdíl, a to v péči, která se pohybuje v rozmezí dvou až šesti hodin.

Otázka č. 8 Jak dlouho (roků, měsíců) pečujete o blízkou osobu?

Tabulka 3: Jak dlouho (roků, měsíců) pečujete o blízkou osobu?

<u>Odpověď respondentů</u>	<u>Kolik respondentů odpovědělo</u>	<u>Procentuální zastoupení</u>
V rámci roků: 1 rok – 34 let	39	75,3 %
V rámci měsíců: 2 – 6 měsíců	13	24,7 %
Celkem	52	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Většinová část respondentů pečuje o blízké osoby dlouhodobě v rámci několika let. Jen zřídka se péči věnují kratší dobu než rok.

Otázka č. 9 Kdo ve vašem okolí Vám pomáhá s péčí?

Tabulka 4: Kdo ve vašem okolí Vám pomáhá s péčí?

<u>Odpověď respondentů</u>	<u>Kolik respondentů odpovědělo</u>	<u>Procentuální zastoupení</u>
Členové rodiny	39	75 %
Sociální služba	4	7,7 %
Partneři a přátelé	5	9,6
Nikdo	4	7,7 %
Celkem	52	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Z otázky č. 9 bylo zjištěno, že pomoc ve většině případech poskytují členové rodiny. V menšině případů pomoc přichází od přátel a partnerů pečující osoby. Několik málo respondentů využívá sociální služby, a to konkrétně pečovatelskou a asistenční službu. Zbylým respondentům v péči nikdo nepomáhá.

Otázka č. 10 Co nejvíce potřebujete v péči o blízkého člověka?

Tabulka 5: Co nejvíce potřebujete v péči o blízkého člověka?

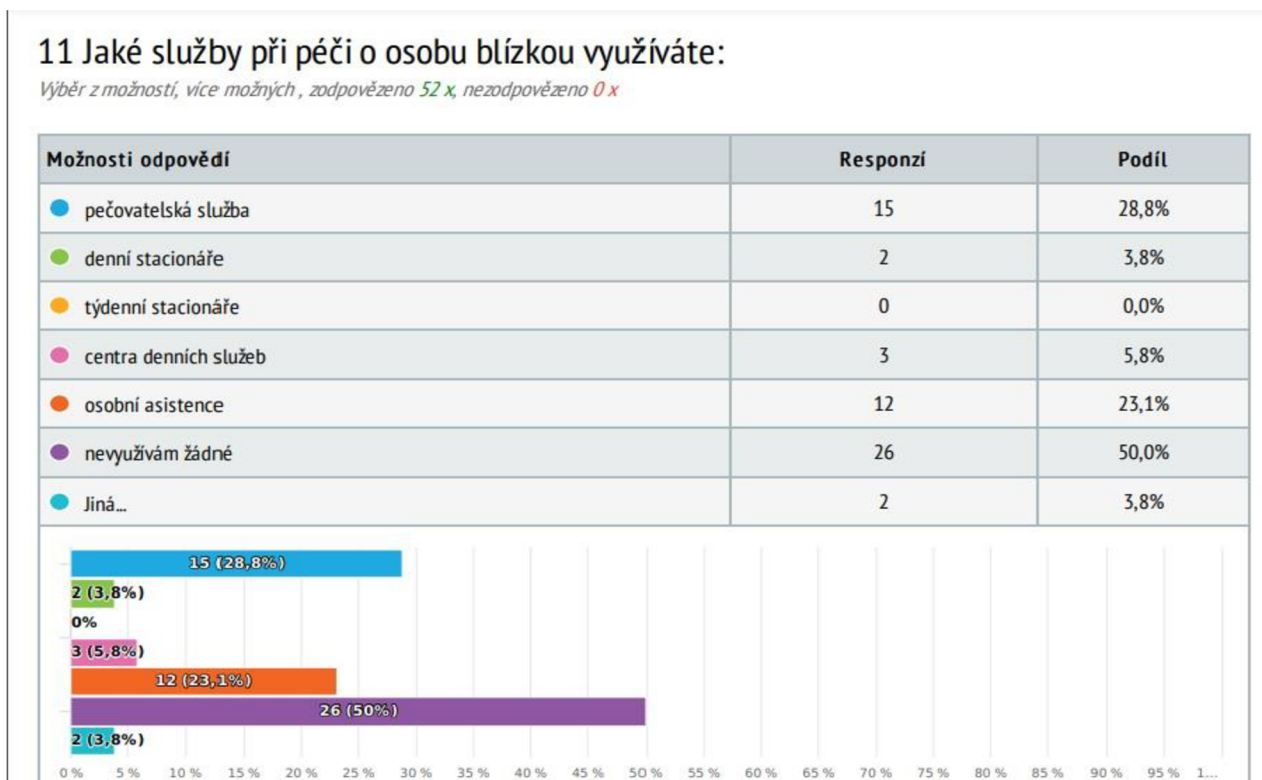
<u>Odpověď respondentů</u>	<u>Kolik respondentů odpovědělo</u>	<u>Procentuální zastoupení</u>
Více volného času	17	32,3 %
Potřeba psychické podpory	12	22,8 %
Potřeba pomůcek k péči	9	17,1 %
Větší příspěvky na péči	8	15,2 %
Potřeba trpělivosti	6	11,4 %
Celkem	52	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

V otázce č. 10 jsem se respondentů dotazovala, jaké prostředky by ulehčili péči o osobu. Nejvíce zastoupená byla odpověď potřeby volného času. Respondenti v této oblasti často navrhovali například práci z domova, časově přizpůsobené hodiny v práci nebo více volného času pro uspokojení svých vlastních potřeb. Největším problémem v oblasti volného času je současná potřeba být osobám, kteří potřebují péči nablízku. Další odpověď, na které se respondenti shodovali byla potřeba psychické podpory. Péče o člověka, který je dlouhodobě zdravotně postižen, je pro rodinu a členy rodiny psychicky náročná z důvodu nedostatku spánku a odpočinkového času pro sebe. Dále se respondenti shodli, že k zajištění kvalitnější péče potřebují pomůcky, které by jim usnadnili péči, například chodítka, které pomůže jako podpora při chůzi, dále lékařské potřeby a polohovací postel. Tyto prostředky bývají finančně náročné, a to dokazuje procentuální zastoupení odpovědi respondentů, kteří uvedli, že by ke zkvalitnění péče potřebovali vyšší příspěvky na péči. Potřebu trpělivosti respondenti uvedli několikrát, a to například kvůli čekacím lhůtám ve státní sféře při žádostech o příspěvky na péči nebo o příspěvky na pomůcky.

Otázka č. 11 Jaké služby při péči o osobu blízkou využíváte?

Obrázek 4: Jaké služby při péči o osobu blízkou využíváte?



Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

U otázky č. 11 má největší zastoupení odpověď, kdy respondenti nevyžívají žádné sociální služby. Tato odpověď kooperuje s výsledky z otázky č.9, kdy respondenti uvedli, že nejčastěji jim s péčí pomáhají členové rodiny. Respondenti, kteří uvedli, že vyžadují pomoc sociálních služeb nejčastěji uvádějí pečovatelskou službu a osobní asistenci. Denní stacionáře využívá jen velmi malé procento dotazovaných respondentů.

Otázka č. 12. Pokud jste v předchozí otázce označili jiné, jaké?

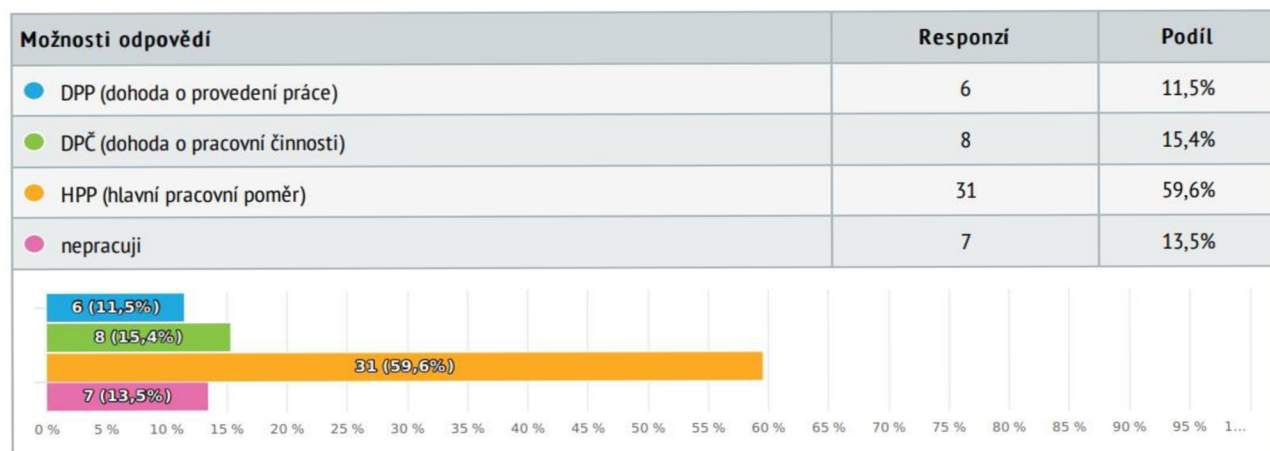
Tato otázka je doplňující pro otázku č. 11 a to konkrétně pro možnost jiné. Zde respondenti uvedli, že využívají domácí a hospicovou péči.

Otázka č. 13 Jaký druh pracovního poměru vykonáváte?

Obrázek 5: Jaký druh pracovního poměru vykonáváte?

13 Jaký druh pracovního poměru vykonáváte?

Výběr z možností, více možných, zodpovězeno 52 x, nezodpovězeno 0 x



Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

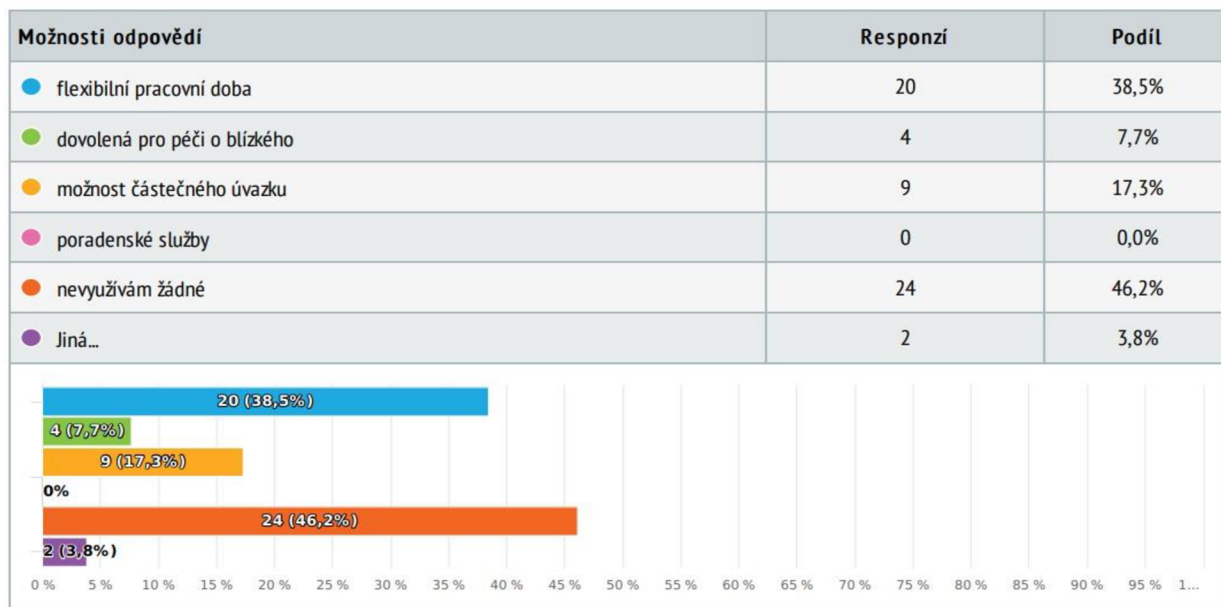
Prostřednictvím otázky č. 13 bylo zjistit jaký pracovní poměr respondenti vykonávají. Většina uvedla druh hlavního pracovního poměru, který vykonává při péči o osobu blízkou. V tabulce viz. výše lze vidět malý procentuální rozdíl mezi ostatními možnostmi.

Otázka č. 14 Jaké výhody Vám zaměstnavatel poskytuje a které z nich využíváte?

Obrázek 6: Jaké výhody Vám zaměstnavatel poskytuje a které z nich využíváte?

14 Jaké výhody Vám zaměstnavatel poskytuje a které z nich využíváte?

Výběr z možností, více možných, zodpovězeno 52 x, nezodpovězeno 0 x



Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Převážná část respondentů v této otázce uvedla, že nevyžívá žádné pracovní benefity, které zaměstnavatele v rámci péče o osobu blízkou nabízí. Zároveň respondenti uvedli využití flexibilní pracovní doby, možnost částečného úvazku a dovolené z důvodu péče o blízkého člověka.

Otázka č. 15 Jak se Vám daří skloubit péči o blízkou osobu s Vaším pracovním životem? Pokud nedaří, jaké překážky Vám konkrétně brání?

Tabulka 6: Jak se Vám daří skloubit péči o blízkou osobu s Vaším pracovním životem? Pokud nedaří, jaké překážky Vám brání?

<u>Odpověď respondentů</u>	<u>Kolik respondentů odpovědělo</u>	<u>Procentuální zastoupení</u>
Nedaří z časových důvodů	19	36,1 %
Nedaří z finančních důvodů	9	9,5 %
Daří díky vstřícnosti zaměstnavatele	15	28,5 %
Daří díky pomoci rodiny	9	9,5 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Otázka č. 15 se zabývala problematikou v oblasti skloubení péče o blízkou osobu s pracovním a osobním životem. Odpovědi respondentů se lišili, avšak většina z nich se shodla, že největší překážkou je nedostatek času na péči. Druhým častým důvodem byl nedostatek finančních prostředků. Druhá část respondentů se shodla, že péči zvládají díky vstřícnosti ze strany zaměstnavatele, dále díky pomoci rodiny.

Otázka č. 16 Jak jste dostatečně informováni ohledně péče o blízkou osobu? Co byste rádi věděli?

Tabulka 7: Jak jste dostatečně informováni ohledně péče o blízkou osobu? Co byste rádi věděli?

<u>Míra informovanosti</u>	<u>Kolik respondentů odpovídalo</u>	<u>Procentuální zastoupení</u>
Dostatečně	21	40,3 %
Částečně	8	15,4 %
Nedostatečně	7	13,5 %
Vůbec	16	30,7 %
Celkem	52	100 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Dle otázky č. 16 lze usoudit, že většina dotazovaných má pocit dostatečné informovanosti, kdy zdrojem jejich informovanosti jsou podklady od lékaře. Zároveň velké procento respondentů není informována vůbec. Zbylí respondenti jsou informováni částečně nebo nedostatečně. Nejčastěji jim chybí informovanost ohledně možnostech poradenství a možnostech pomůcek, které lze hradit zdravotní pojišťovnou. Dále postrádají informace ohledně úlev v zaměstnání.

7.1 Zhodnocení výsledků dotazníkového šetření

Dotazníkové šetření bylo rozesláno 70 respondentům, z nichž dotazník vyplnilo 52 respondentů. Prostřednictvím online dotazníkového nástroje Survio respondenti odpovídali na otevřené, polouzavřené a uzavřené otázky. Nejvíce pečují o své blízké, kteří trpí pohybovým omezením, dle dotazníkového šetření je to 65,4 %. Pečujícím osobám je nejvíce potřeba pomoci v oblasti mobility, jelikož nemají dostatek vlastních fyzických sil k pohybu. V rámci pohybového omezení jsou pečované osoby závislé na pomoci jiné fyzické osoby v oblasti péče o domácnost, péče o zdraví, osobních aktivit, tělesné hygieny, oblékání a obouvání. Vzhledem k péči o osobu blízkou, která je časově velmi náročná nebyla odpověď na otázku v dotazníkovém šetření zodpovězena jednohlasně. Osoby, kteří pečují o osobu blízkou odpovídaly ohledně časového rozmezí péče během dne od jedné hodiny až po celodenní péči. Dle tabulky k otázce č. 8. viz. výše se 74,1 % respondentů stará o své blízké v rámci roků. V péči o své blízké se v rámci měsíců stará 24,7 % respondentů. Respondenti dle dotazníkových odpovědí nejsou na péči sami, s péčí o osobu blízkou jim pomáhají členové rodiny. Někteří respondenti využívají spolu s pomocí rodiny i asistenční služby. V druhé části se dotazníkové šetření zaměřuje na druh pracovního poměru, který respondenti vykonávají, z nichž 59,6 % odpovědělo, že vykonávají hlavní pracovní poměr. Dohodu o pracovní činnosti vykonává 15,4 % respondentů. Nejmenší zastoupení měla odpověď nepracujících respondentů, a to s 13,5 % a 11,5 % pracuje na dohodu o provedení práce. V průběhu dotazování 46,2 % respondentů nevyužívá žádné výhody, které zaměstnavatel poskytuje. Mohou ale využít flexibilní pracovní dobu, kterou využívá 38,5 % nebo také mají možnost částečného úvazku, který zaměstnavatel nabízí, čehož využívá 17,3 % respondentů.

Respondenti se v otázce o skloubení života s péčí o osobu blízkou shodovali, že z časových důvodů se jim nedaří skloubit tyto dvě činnosti. S tímto faktorem jsou spojeny i finance, které pečovaná osoba potřebuje na pokrytí potřebných pomůcek nebo zdravotní péče. Druhá část respondentů se shodovala v odpovědích, že díky vstřícnosti zaměstnavatele a pomoci ze strany rodiny tyto faktory dokáží skloubit a žádné překážky jim nebrání.

8 Výzkumné otázky dotazníkového šetření

1. Jakou péči vyžaduje pečovaná osoba?
2. Jaké sociální služby jsou využívány osobami pečujícími o osoby blízké?
3. Jaké jsou zkušenosti osob pečujících o osobu blízkou v oblasti skloubení péče s pracovním životem a jaká opatření by mohla pomoci zlepšit tuto situaci?

8.1 Výsledky výzkumných otázek

Výzkumná otázka č. 1:

Jakou péči vyžaduje pečovaná osoba?

Tato otázka se zaměřuje na péči, kterou pečovaná osoba vyžaduje. Dle dat bylo zjištěno, že péče o osobu blízkou je individuální a také záleží na typu znevýhodnění. V obou případech je péče fyzicky i psychicky náročná, a to i v rámci skloubení péče se svým osobním a pracovním životem. Respondenti v této otázce odpovídali, že skloubení péče s pracovním životem lze i nelze. Lze to díky pomoci rodiny, ale i vstřícnosti zaměstnavatele, který je obeznámený klientovou situací, jenž neformálně pečuje o blízkou osobu. Nelze tuto péči skloubit z časových a finančních důvodů, kdy se primárně jedná o nízké příspěvky na péči, které by pokryly zdravotní péči a potřebné pomůcky na péči.

Výzkumná otázka č. 2:

Jaké sociální služby jsou využívány osobami pečujícími o osoby blízké?

Zde bylo cílem se zaměřit, jaké konkrétní služby využívají osoby k pomoci s péčí o osobu blízkou. Dle dat, které byly uvedeny v dotazníkovém šetření bylo zjištěno, že valná většina osob, kteří pečují neformálně o osoby blízké nevyužívají žádné sociální služby, které jsou jim poskytovány ke kvalitnější péči o osobu blízkou. Menší procentuální část využívá sociální služby, a to konkrétně pečovatelskou službu.

Tabulka 8: Jaké sociální služby jsou využívány osobami pečujícími o osoby blízké?

Nevyužití žádné sociální služby	50 %
Využití pečovatelské služby	28,8 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Výzkumná otázka č. 3:

Jaké jsou zkušenosti osob pečujících o blízkou osobu v oblasti skloubení péče s pracovním životem a jaká opatření by mohla pomoci zlepšit tuto situaci?

Cílem této otázky bylo zjistit, jaké mají zkušenosti osoby, kteří pečují o osoby blízké v oblasti skloubení péče se svým pracovním i osobním životem a jaká možná opatření by vedla ke zlepšení této situace. Dle zpracovaných dat v dotazníkovém šetření bylo zjištěno, že velká část osob, která se neformálně stará o své blízké je zaměstnaná na hlavní pracovní poměr, dohodu o provedení práce nebo na dohodu o pracovní činnosti. Malé procento osob nevykonává žádný druh pracovního poměru, který je uveden

Tabulka 9: Jaké jsou zkušenosti osob pečujících o blízkou osobu v oblasti skloubení péče s pracovním životem a jaká opatření by mohla pomoci zlepšit tuto situaci?

Zaměstnaný (HPP, DPP, DPČ)	86,5 %
Nezaměstnaný	13,5 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

Možná opatření, která by pomohla zvládnout péči o osobu blízkou nabízí zaměstnavatel ve formě flexibilní pracovní doby a částečného úvazku. Ovšem s velkým ohlasem a procentuálním zastoupením v dotazníkovém šetření byla zvolena odpověď s nevyužitím žádných výhod, který zaměstnavatel poskytuje.

Tabulka 10: Jaké jsou zkušenosti pečujících o blízkou osobu v oblasti skloubení péče s pracovním životem a jaká opatření by mohla pomoci zlepšit tuto situaci?

Flexibilní pracovní doba	38,5 %
Částečný úvazek	17,3 %
Nevyužití žádných výhod	46,2 %

Zdroj: Vlastní zpracování, 2023

9 Individuální rozhovory

Individuální rozhovory se prováděly s vybranými respondenty, kteří se zároveň účastnili dotazníkového šetření. Individuální rozhovory byly uskutečněny s respondenty z mého blízkého okolí, kteří se nachází v této složité životní situaci a mají bohaté zkušenosti s péčí o osobu blízkou. Respondenti, kterých se rozhovor týká si přáli zůstat v anonymitě a v jednotlivých rozhovorech jsou identifikováni jako respondent (A), (B), (C). Rozhovor byl polostrukturovaný, tudíž otázky byly předem připravené, ale v rámci rozhovoru byly otázky doplňovány o různé informace. S respondenty jsem se osobně sešla a předem jsem je seznámila s tím, jak rozhovor bude probíhat. Celý rozhovor jsem si s každým po jejich souhlasu nahrávala, kvůli jednoduchosti zaznamenávání informací.

9.1 Jednotlivé rozhovory

Otázky v individuálních rozhovorech byly navázány na otázky v dotazníkovém šetření, se kterými se vybraní respondenti pro individuální rozhovor také setkali. Otázky v rozhovorech jsou doplněním dotazníkového šetření v oblasti péče o blízkou osobu a skloubením této péče s pracovním životem.

1) V jakém vztahu jste s blízkou osobou a z jakého důvodu o blízkou osobu pečujete?

Respondenti pečují o své rodiče a důvody péče jsou sice různé, ale ve všech případech se jedná o chronické onemocnění. Respondent (A) pečuje o matku, která se zúčastnila několika operací zad a ty neproběhly úspěšně. Dále matce byl diagnostikován diabetes, artróza obou kolenních a ramenních kloubů, a i byly diagnostikovány psychické problémy. Respondent (B) pečuje o svého otce, kterému byla před pár měsíci diagnostikována rakovina. Respondent (C) pečuje o matku, která je dlouhodobě nemocná s roztroušenou sklerózou.

2) Jak dlouho o blízkou osobu pečujete?

Převážná část respondentů pečuje o své rodiče dlouhodobě, jelikož zdravotní problémy začaly před více jak 20 lety. Zbývá část respondentů pečuje o rodiče jen pár měsíců, kdy je potřeba intenzivnější péče, protože rodič není schopný si převážnou část věcí zaopatřit sám.

3) Jaký byl nástup péče o osobu blízkou – náhlý nebo pozvolný? Jaký vliv měl nástup péče při rozhodování s péčí o blízkou osobu?

Respondenti se shodli, že nástup péče byl velice náhlý a postupem času péče zesilovala na intenzitě. Zprvu bylo důležité stanovit si nové životní priority, které by byly v souladu s péčí o rodiče, neboť hlavní prioritou se právě stala péče o osobu blízkou.

4) Jaký máte nastavený systém s rodinou ohledně péče o blízkou osobu?

Respondenti si s ostatními členy rodiny stanovili systém, který jim pomáhá zkoordinovat péči o osobu blízkou s pracovním životem a zdravotnickou péčí. Jedná se o systém, kdy část rodiny obstarává a nakupuje léky nebo se stará o domácnost. Tvoří různé aktivity a snaží se, aby se pečovaná osoba socializovala a vedla normální život. Respondenti si s rodinou ujasnili i systém péče do budoucna, kdy budou potřebovat péči oba rodiče.

5) Kolik času věnujete péči o blízkou osobu?

Péče o rodiče je časově odlišná. Respondenti se shodli, že přesný časový údaj nelze uvést, neboť to záleží na momentální zdravotní situaci. Jsou dny, kdy pečovaná osoba nevyžaduje tolik péče a jsou naopak dny, kdy je ta péče nutná a intenzivnější. Ve většině případech respondenti pečují o rodiče, kteří intenzivnější péči tak často nepotřebují.

6) Jaké instituce a jejich služby využíváte ve vašem okolí? Jsou nějaké instituce a služby, které Vám chybí?

Služba, která je využívána respondentem je pečovatelská služba. Pečovatelská služba zařizuje rozvoz obědů a pomoc s domácností pečované osobě, když pečující osoba z pracovních nebo osobních důvodů nemá na péči čas. Dále respondenti využívají Českou správu sociálního zabezpečení, která jim poskytuje možné příspěvky na péči a Úřad práce.

7) Jak péče o blízkou osobu ovlivňuje Vaší finanční situaci?

Respondenti, kteří byli podrobeni této otázce se shodli, že péče je ze začátku finančně náročná. Ovšem v situaci, ve které se momentálně nachází se péče z finančních prostředků, které jsou pro ně dostupné dá zvládnout. Respondenti také uvedli, že vzhledem k tomu, že jde o jejich rodiče berou péči jako samozřejmost a nevnímají ji jako zátěž.

8) Využíváte nějakou finanční pomoc od státu? Pokud ano, jakou? Pokud ne, proč?

Respondenti (A) a (C) využívají veškeré finanční podpory, které jim stát nabízí. Podpory, které respondenti čerpají jsou příspěvky na péči, příspěvky na mobilitu, příspěvky na děti a invalidní důchod. Respondent (C) uvedl, že žádal o příspěvek na auto, který byl již několikrát zamítnut. Respondent (B) nevyužívá žádné finanční pomoci.

9) Jak zvládáte skloubit Váš pracovní život s osobním životem a péčí o osobu blízkou?

Respondenti se shodli, že skloubit péči s pracovním a osobním životem je velmi náročné. Toto zvládají díky vstřícnosti ze strany zaměstnavatele a případné pomoci svých blízkých.

10) Zohledňuje Váš zaměstnavatel tuhle konkrétní životní situace? Pokud ano, jak? Pokud ne, proč?

Zaměstnavatel zohledňuje danou situaci, ve které se respondenti nachází. Většinou se respondentům snaží vyjít vstříc pokud jde o situace, kdy náhle potřebují odejít ze zaměstnání dřív.

11) Přinesla Vám tato životní situace a péče o blízkou osobu do života něco pozitivního? Pokud ano, vyjmenujte.

Respondenti si uvědomili zásadní morální hodnoty. Převážně hodnotí situaci jako přínosnou pro život, kdy se naučili samostatnosti, finanční gramotnosti a více naslouchat lidem a jejich problémům. Zároveň zpevnili rodinné vztahy vzhledem k tomu se dotazovaní respondenti se starali o své rodiče. Další benefity, ke kterým přistupují respondenti pozitivně je informovanost v oblasti péče a dostupných sociálních služeb, které dopomáhají respondentům při péči o osobu blízkou.

9.2 Zhodnocení výsledků individuálních rozhovorů

Individuální rozhovory byly uskutečněny s respondenty z mého blízkého okolí, kteří se zároveň účastnily dotazníkového šetření, takže zde byla možnost s těmito respondenty probrat tuto problematiku ohledně péče o osobu blízkou a jejich situaci ve které se nachází. Respondenti, kterých se rozhovor týká si přáli zůstat v anonymitě a v jednotlivých rozhovorech jsou identifikováni jako respondent (A), (B), (C), jak již bylo zmíněno v úvodu. Respondenti byli vstřícní a přístupní k zodpovězení předem připravených otázek, přestože pro ně některé otázky nebyly k jejich momentální situaci příjemné. Všichni tři respondenti se starají o svého rodiče, který se nachází v situaci, kdy bez pomoci druhé fyzické osoby nedokáže žít plnohodnotný život. O své rodiče se většina stará okolo 20 let, kdy s touto situací ohledně péče mají bohaté zkušenosti, jeden z respondentů také zkušenosti nemá, neboť se o svého rodiče pečuje intenzivněji poslední měsíc a půl. Respondenti se také shodly, že nástup péče o osobu blízkou byl velmi náhlý, protože ze dne na den si musely stanovit jiné životní priority a jejich životy se náhle změnily ve směru životních hodnot. V péči, co se týče z časového hlediska se respondenti opět shodly, že je péče individuální, záleží na

potřebě rodiče a v jakém i samozřejmě psychickém stavu se zrovna nachází. Služby, které využívají při péči respondenti odpověděli pečovatelskou službu, která pečovanému zajišťuje rozvoz jídel. Dále Českou správu sociálního zabezpečení a úřad práce. V péči o osobu blízkou a skloubení pracovního života se dle výzkumné otázky č. 3 se respondenti shodly, že sladit tyto dva faktory je to velice náročné, i přesto, že zaměstnavatel zohledňuje tuto životní situaci a v konkrétních situacích, kdy je potřeba opustit zaměstnání vyjde vstříc. Respondenti si díky této situaci, ve které se nachází uvědomily vzor rodinného ideálu, morální hodnoty života, důvěru mezi pečujícími a pečovaným, jaké služby mohou ve svém znevýhodnění pečované osoby využívat.

10 Výzkumné otázky individuálních rozhovorů

1. Jak finanční situace respondenta ovlivňuje péči o blízkou osobu a jsou využívány finanční podpory od státu?
2. Jaké jsou zkušenosti respondentů s ustáleným systémem péče o osobu blízkou v rámci rodiny?
3. Jaké jsou zkušenosti respondentů s vyvážením péče o blízkou osobu a svého volného času?

10.1 Výsledky výzkumných otázek

Výzkumná otázka č. 1:

Jak momentální finanční situace respondenta ovlivňuje péči o blízkou osobu a jsou využívány finanční podpory od státu?

Cílem této otázky bylo zjistit, zda tázané respondenty péče o osobu blízkou nějak finančně ovlivňuje v jejich momentální situaci, ve které se nachází. Finanční situace byla na začátku péče zátěží pro všechny tázané respondenty. Bylo velmi složité a náročné vyžít z jednoho platu rodiče, který musí pokrýt všechny náklady spojené s bydlením, uspokojením biologických potřeb, jak pečované osoby, tak ostatních členů rodiny, ale také s péčí o osobu blízkou. Momentální finanční situace respondentů je již stabilní a finance je nijak neovlivňují v péči o osobu blízkou. Nutno podotknout, že respondenti jsou si vědomi toho, jak je péče nákladná, ovšem jako finanční zátěž to nevnímají, protože péče je potřeba a o to víc, když se jedná o jednoho z rodičů.

Výzkumná otázka č. 2

Jaký systém v rámci péče mají nastavený s rodinou a kolik hodin péče denně vyžaduje?

Na základě získaných informací mají respondenti nastavený systém s rodinou, kdy si rozdělili tzv. „role“ v oblasti péče o osobu blízkou a zajištění rodiny z finanční stránky. Respondenti se snaží být oporou osobě, o kterou dlouhodobě pečují, ale také i sami sobě v kruhu rodiny pro kterou tato situace také není jednoduchá, a to z důvodu, že

péče je psychicky, ale i fyzicky náročná. Respondenti si stanovily harmonogram, který určuje dny a časy, kdy pečují o osobu blízkou. Časově se péči věnují různě dle potřeb osoby, která péči vyžaduje, někdy jsou to jen 2 hodiny, kdy osoba vyžaduje péči, někdy je to celý den. Harmonogram tudíž není nastavený striktně a přesně.

Výzkumná otázka č. 3

Jaké jsou zkušenosti respondentů s vyvážením péče o blízkou osobu a svého volného času? Jak zohledňuje zaměstnavatel péči o blízkého života v pracovním životě?

Tato otázka se zaměřuje na zkušenosti respondentů a jejich zvládnání skloubit péči o osobu blízkou se svým volným časem. Dle informací, které respondenti uvedli v rozhovoru vyplývá, že skloubit tyto dvě aktivity je velice náročné. Uvádějí, že péče je potřebná, a tudíž vynahradiť si čas na péči je možný. Čas na svůj osobní život je prakticky nemožný, protože ve volném čase často pracují. Péče je samozřejmě náročná, ale zaměstnavatelé jsou obeznámeni se situací, ve které se dotazovaní respondenti nachází. Zaměstnavatel jejich situaci zohledňuje a umožňuje skloubit pracovní život s péčí. Umožňuje také kvůli vážným komplikacím odejít z práce, aby se pečující mohl postarat o svého blízkého.

11 Závěr a doporučení

Bakalářská práce „Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké“ se zabývala tématem, jak mohou lidé, kteří pečují o osoby blízké sladit tuto péči s pracovním životem. V teoretické části byl vysvětlen pojem kariérové poradenství a jaké metody a formy v kariérovém poradenství lze využít. Druhá kapitola se zaměřila na péči o osobu blízkou, kde byl definován pojem, kdo je osoba blízká. Dále v této kapitole byly objasněny sociální služby, jaké jsou formy služeb, jaké existují zařízení, co jsou sociální poradenské služby a co poskytují. Druhá část teoretické části se zaměřuje na pracovní právní podmínky pro péči o osobu blízkou a na vhodné pracovní smlouvy a dohody, které mohou lidé, kteří pečují o osobu blízkou využít. Poslední kapitola se zaměřuje na role poradenství a možnosti kariérového poradenství v uplatnění.

V praktické části bakalářské práce bylo zjištěno pomocí dotazníkového šetření, že převážná část respondentů pečuje o osoby blízké dlouhodobě a je časově náročná, kdy skloubit péči o osobu blízkou a pracovní život je velmi obtížné. Praktická část se zaměřovala, jaké výhody zaměstnavatel poskytuje a zda je osoby, kteří neformálně pečují o osoby blízké využívají.

V rámci kariérového poradenství doporučuji podporu pečujících osob a poskytnutí informací. Jaké možnosti poradenství v konkrétním znevýhodnění může pečovaná, ale i pečující osoba využít. Dále orientaci ve státním systému. Na jaké příspěvky mají osoby nárok, jaké možnosti péče se poskytují a jak je péče finančně nákladná. Orientaci ohledně zdravotních pomůcek a zdravotního materiálu, zda jsou na ně možné příspěvky nebo nikoli. Doporučuji online portál, kde tyto informace budou k nalezení na jednom místě. Zařadila bych tam i základní zdravotní informace od lékařů, jak se postarat o blízkou osobu. Dále bych do online portálu zařadila informace ohledně pracovního trhu a nabídek práce, které jsou slučitelné s životem a péčí o osobu blízkou. Další doporučení je realizace seminářů nebo kurzů vedený kariérovým poradcem, který bude mít základní informace o možnostech poradenství. Bude mít přehled o aktuálním pracovním trhu a nabídek, které umožňují práci lidem, kteří pečují doma o osobu blízkou. Bude se orientovat ve státním systému a poradí a pomůže klientům

ohledně příspěvků na péči a zda na ně mají nárok nebo nikoli. Informuje, jaké možné služby se poskytují při péči o osobu blízkou.

12 Seznam použitých zdrojů

MONOTEMATICKÉ PUBLIKACE

ARNOLDOVÁ, Anna. *Sociální péče: učebnice pro obor sociální činnost*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5147-4.

ARNOLDOVÁ, Anna. *Sociální péče: učebnice pro obor sociální činnost*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5148-1.

BĚLOHLÁVEK, František. *Organizační chování*. Olomouc: Rubico, 1996. ISBN 978-80-85839-09-8.

GABURA, Ján a Jana PRUŽINSKÁ. *Poradenský proces*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1995. Série učebnic navržená ediční radou kateder sociální práce. ISBN 80-85850-10-9.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2., rozš. české vyd. Přeložil Vladimír JŮVA, přeložil Vendula HLAVATÁ. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-.

KNOTOVÁ, Dana. *Úvod do sociální pedagogiky: studijní texty pro studenty oboru sociální pedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2014. ISBN 978-80-210-7077-6.

MATOUŠEK, Oldřich. *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0041-3.

PAULÍK, Karel. *Kapitoly z biodromálního poradenství: studenti denního a distančního studia*. Ostrava: Ostravská univerzita, 1994. ISBN 80-7042-418-4.

VENDEL, Štefan. *Kariérní poradenství*. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1731-9.

ELEKTRONICKÉ ZDROJE

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [online]. 2023 [cit. 2023-01-25]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/dalsi-vzdelavani/karierove-poradenstvi>

Organisation for Economic Co-operation and Development [online]. 2023 [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: https://www.oecd.org/education/career-readiness/Investing%20in%20Career%20Guidance_en.pdf

The European Quality Assurance in Vocational Education and Training [online]. 2023 [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <http://archiv-nuv.npi.cz/eqavet/12-karierove-poradenstvi-a-informace.html>

Impuls pro kariéru [online]. 2023 [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.impulsprokarieru.cz/karierove-poradenstvi>

Moravskoslezský kraj [online]. 2023 [cit. 2023-01-25]. Dostupné z: <https://www.msk.cz/assets/temata/socialni/letak-pecovatel-digi.pdf>

Ministerstvo práce a sociálních věcí [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/socialni-sluzby-1>

Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách [online]. 2023 [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: https://www.mpsv.cz/documents/20142/225517/Zakon_o_socialnich_sluzbach-stav_k_1._10._2017.pdf/a538a1ee-153e-a989-b2b5-c62ae97d5262

Léčebna dlouhodobě nemocných Rybitví [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.ldn-rybitvi.cz/>

Alfabet [online]. 2023 [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.alfabet.cz/legislativa/jake-socialni-sluzby-mohou-s-peci-o-blizkeho-pomoci/>

Zákoník práce [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://muj-pravnik.cz/zakony/zakonik-prace/>

Euroguidance [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.euroguidance.cz/poradenstvi-v-cr/poradenstvi-na-skolach.html>

Diakonie [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.diakonie-praha.cz/nase-sluzby/>

Péčovat a žít [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://pecovatazit.cz/pecovat-a-mit-informace/>

Karierní centrum ČZU [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.czu.cz/cs/r-7210-o-czu/r-7704-rektoratni-pracoviste/r-7967-karierni-centrum>

Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením ČR [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.spmpr.cz/poradna>

Ústav sociálních služeb v Praze 4 [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://uss4.cz/odlehcovaci-sluzby/centrum-pro-rodinne-pecujici/>

Charita České republiky [online]. [cit. 2023-03-20]. Dostupné z: <https://www.charita.cz/jak-pomahame/Doma/socialni-sluzby/>

JOBHUB [online]. 2023 [cit. 2023-03-23]. Dostupné z: <https://job-hub.cz/>

13 Seznam obrázků, tabulek a grafů

Tabulka 1: Otázka č. 3 Kolik let je pečované osobě?	33
Tabulka 2: Kolik odhadem hodin denně péče vyžaduje?	37
Tabulka 3: Jak dlouho (roků, měsíců) pečujete o blízkou osobu?	38
Tabulka 4: Kdo ve vašem okolí Vám pomáhá s péčí?	38
Tabulka 5: Co nejvíce potřebujete v péči o blízkého člověka?	39
Tabulka 6: Jak se Vám daří skloubit péči o blízkou osobu s Vaším pracovním životem? Pokud nedaří, jaké překážky Vám brání?	43
Tabulka 7: Jak jste dostatečně informováni ohledně péče o blízkou osobu? Co byste rádi věděli?.....	43
Tabulka 8: Jaké sociální služby jsou využívány osobami pečujícími o osoby blízké?	47
Tabulka 9: Jaké jsou zkušenosti osob pečujících o blízkou osobu v oblasti skloubení péče s pracovním životem a jaká opatření by mohla pomoci zlepšit tuto situaci?	47
Tabulka 10: Jaké jsou zkušenosti pečujících o blízkou osobu v oblasti skloubení péče s pracovním životem a jaká opatření by mohla pomoci zlepšit tuto situaci?	48
Obrázek 1: Jaký typ znevýhodnění má pečovaná osoba?.....	34
Obrázek 2: V jakých oblastech je pečovaná osoba samostatná?	35
Obrázek 3: V jakých oblastech je pečovaná osoba naopak závislá?.....	36
Obrázek 4: Jaké služby při péči o osobu blízkou využíváte?	40
Obrázek 5: Jaký druh pracovního poměru vykonáváte?	41
Obrázek 6: Jaké výhody Vám zaměstnavatel poskytuje a které z nich využíváte? ...	42

14 Seznam příloh

Příloha 1: Vzor dotazníku

Příloha: dotazník

Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké

Vážení respondenti,

obracím se na Vás s žádostí o vyplnění mého dotazníku, který poslouží jako podklad pro mou Bakalářskou práci na téma "Kariérové poradenství pro klienty pečující o osoby blízké".

Účast výzkumu je anonymní a zcela dobrovolná.

Předem děkuji za Váš čas.

Ivana Šátková

Česká zemědělská univerzita v Praze

1 Jsem:

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- žena muž
- Jiná...

2 Kolik je Vám let?

3 Kolik let je pečované osobě?

4 Jaký typ znevýhodnění má pečovaná osoba?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- pohybové omezení sluchové postižení zrakové postižení mentální postižení
 Jiná...

5 V jakých oblastech je pečovaná osoba samostatná?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- mobilita
 orientace
 komunikace
 stravování
 oblékání a obouvání
 tělesná hygiena
 výkon fyziologické potřeby
 péče o zdraví
 osobní aktivity
 péče o domácnost

6 V jakých oblastech je pečovaná osoba naopak závislá?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- mobilita
- orientace
- komunikace
- stravování
- oblékání a obouvání
- tělesná hygiena
- výkon fyziologické potřeby
- péče o zdraví
- osobní aktivity
- péče o domácnost

7 Kolik odhadem hodin denně péče vyžaduje?

8 Jak dlouho (roků, měsíců) pečujete o blízkou osobu?

9 Kdo ve Vašem okolí Vám pomáhá s péčí?

10 Co nejvíce potřebujete v péči o blízkého člověka?

11 Jaké služby při péči o osobu blízkou využíváte:

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- pečovatelská služba denní stacionáře týdenní stacionáře centra denních služeb osobní asistence
- nevyžívám žádné
- Jiná...

12 Pokud jste v předchozí otázce označili jiné, jaké?

13 Jaký druh pracovního poměru vykonáváte?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- DPP (dohoda o provedení práce) DPČ (dohoda o pracovní činnosti) HPP (hlavní pracovní poměr) nepracuji

14 Jaké výhody Vám zaměstnavatel poskytuje a které z nich využíváte?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- flexibilní pracovní doba dovolená pro péči o blízkého možnost částečného úvazku poradenské služby nevyžívám žádné
- Jiná...

15 Jak se Vám daří skloubit péči o blízkou osobu s Vaším pracovním životem? Pokud nedaří, jaké překážky Vám konkrétně brání?

16 Jak jste dostatečně informováni ohledně péče o blízkou osobu? Co byste rádi věděli?

Příloha 2: Vzor rozhovorů

1. V jakém vztahu jste s blízkou osobou a za jakého důvodu o blízkou osobu pečujete?

(A): „Jsme ve vztahu matka – syn. Já jsem syn a maminka je po 7 operacích zad. Důvod péče o maminku začal výřezem plotýnek, který se bohužel po operaci dobře nezahojil, a to i z důvodu hojení keloidními jizvami. Operace na výřez plotýnek se opakovala ještě několikrát, ale bohužel vždycky s negativním výsledkem zákroku. Později maminka podstoupila operaci zvanou neuromodulace, kdy se jedná o zavedení elektrod do páteřního kanálku a elektrické krabičky do břicha. Umožňuje to vysílání slabých elektrických šoků, který slouží na zmírnění a utlumení bolesti. Bohužel ani tato operace neproběhla úspěšně, jak se očekávalo a drátky se posunuly o několik milimetrů. Jelikož se jedná o velice drahý zákrok tak čekáme, jaké řešení nám bude nabídnuto a co můžeme dělat dál. Mimo operaci zad také podstoupila operaci zmenšení žaludku z důvodu redukce hmotnosti, kterou nedokáže samovolně regulovat, protože maminka není schopná fyzické aktivity. Bohužel ani operace žaludku moc nepomohla, a i přes minimální příjem, který momentálně má se váha nikam nehýbe, a proto zůstává na úrovni morbidní obezity. Dále mamince byl diagnostikován diabetes, artróza obou kolenních a ramenních kloubů a v průběhu upoutání na lůžko i psychické problémy, které jsou už vyřešeny“.

(B): „Jde o mého tátu, kterému byla před 5 měsíci diagnostikována rakovina a byly mu nalezeny po těle metastáze, hlavně v žaludku a v krku“.

(C): „Starám se o mámu z důvodu dlouhé nemoci a následné smrti manžela“.

2. Jak dlouho o blízkou osobu pečujete?

(A): „O maminku pečuji 15 let.“

(B): „Jak dlouho pečuju o tatku, tak je to poslední měsíc a půl, kdy už není schopný si všechno zaopatřit a udělat sám.“

(C): „Mamka je dlouhodobě nemocná s roztroušenou sklerózou více než 20 let. Po úmrtí manžela v roce 2018 se o mamku intenzivně starám především já.“

3. Jaký byl nástup péče o osobu blízkou – náhlý nebo pozvolný? Jaký vliv měl nástup péče při rozhodování s péčí o blízkou osobu?

(A): „Nástup byl velice náhlý a postupem času to zesilovalo na intenzitě. Ze začátku nám pomáhala rodina, hlavně babička s tetou, co se týkalo jídla pro mě a mého staršího bratra. S postupem času to bylo, čím dám tím složitější, protože táta musel být z finančních důvodů celé dny v práci, aby nás zabezpečil. Někdy byl v práci i v noci, takže se musela sehnat náhrada, která by zabezpečila vaření a základní úklid.“

(B): „No řekněme 3 měsíce od toho, co se dozvěděl, že je nemocný a různě chodil po doktorech, tak byl relativně v pohodě. Pak to šlo hrozně rychle, nechtěl jíst, jak ho bolel žaludek, pak přestal i úplně mluvit a nekomunikoval, byl mimo. A s tím vlivem jsme se s mamkou shodly, že ho nechceme dávat do žádné LDN, že dokud to půjde tak se o něj chceme postarat doma“.

(C): „Už dříve bylo potřeba mamce občas pomáhat, ale po roce 2018, kdy umřel táta nastala náhlá změna v nutnosti ostatních věcí, pomoci, blízkosti a potřebě vše zařídit, protože mamka má omezenou pohyblivost a pohybovala se o hůlkách. Teď potřebuje k chůzi chodítka“.

4. Jaký máte nastavený systém s rodinou ohledně péče o blízkou osobu?

(A): „Táta vydělává peníze a vozí mamku po doktorech a kupuje jí léky. Já se starám o zdravotnickou pomoc, jelikož jsem vystudovaný zdravotní bratr. Taky se starám o aktivity, socializaci a podporu. Babičky nám už nepomáhají, protože taky vyžadují péči, kterou jim poskytujeme. V budoucnu se budu o rodiče starat já a můj starší bratr by měl poskytnout část financí na pokrytí nákladů“.

(B): „O taťku se staráme v podstatě jenom já a mamka. Střídáme se, já odpoledne, protože jsem tak do těch 14h-15h ve škole nebo v práci a mamka jezdí do práce tak na 15h, takže se akorát vyměníme. Já hlídám taťku, jestli nepotřebuje najíst, napít a doprovodit na záchod“.

(C): „V Praze jsme jen já a mamka, zbytek rodiny bydlí v Brně nebo ve Dvoře Králové. S rodinou komunikujeme na týdenní bázi, ale péči řeším jenom já“.

5. Kolik času věnujete péči o blízkou osobu?

(A): „To je různé. Někdy 2 hodiny denně, někdy je to 5 hodin“.

(B): „Ta péče o něj není úplně tak jako, že bych na něj musela dávat pozor 24/7, ale spíš on většinu času spí nebo leží. Když nespí tak spíš dohlížím, jestli nemá hlad nebo žízeň. Jemu už je to teď všechno jedno, takže s mamkou dohlížíme, aby měl nějaké tekutiny, i přesto že nechce. Dejme tomu, že ode mě potřebuje intenzivní péči tak 4 hodiny a to není, že něco potřebuje, ale že tam s ním chci být i přesto, že už moc nevnímá“.

(C): „Denně s mamkou telefonuju několik hodin, osobně za ní dojíždím a trávím s ní 3-4 hodiny týdně“.

6. Jaké instituce a jejich služby využíváte ve vašem okolí? Jsou nějaké instituce a služby, které Vám chybí?

(A): „Úřad práce, Českou správu sociálního zabezpečení. Bylo by perfektní najít službu, která by poskytovala úklid domácností“.

(B): „Služby v podstatě nevyužíváme. Od kamarádky jsem si vypůjčila invalidní vozík, abychom ho vyvezli aspoň na zahradu. Jinak nám pomáhá zbytek rodiny, můj přítel a kamarádi“.

(C): „Využíváme pečovatelskou službu, která mamce zařizuje rozvoz obědů. Využíváme i soukromého maséra, který dojíždí za mamkou na dvoutýdenní bázi a taky využíváme transport pro handicapované“.

7. Jak péče o blízkou osobu ovlivňuje Vaši finanční situaci?

(A): „Ze začátku to bylo poměrně náročné, protože 4členná rodina musela vyžít z jednoho platu. Nyní, když jsme s bratrem dospělí je situace jiná. Momentálně vycházíme velice dobře. V průběhu nemoci a trvalého upoutání na lůžko se maminka dostala do finančních situací, které z důvodu těžkých depresí nikomu neřekla a přerostlo ji to přes hlavu. Trvalo to několik let, než jsme to s bratrem dali dohromady, protože jinou pomoc nepřijala, jelikož se to bála komukoli říct. Když to poprvé vyplavalo na povrch, málem to mělo na svědomí rodinný rozpad. Navzdory velice nepříjemným situacím jsme vše dokázali vyřešit svépomocí“.

(B): „Moc nás neovlivnila, protože se dá říct, že péče o tatku nám nezasahuje do financí. Tatka, jak jenom leží a jen mu měníme propocení tričko a nekoupe se každý den tak vlastně kupujeme jen plenky s výplní. Když ještě byl schopný sám i přes bolest pít, tak jsme mu kupovali nutridrinky. Dá se říct, že na něj extra náklady nemáme, kromě těch pomůcek“.

(C): „Péče je potřeba a mamka si většinu péče platí sama, já jí jen nakupuju základní potřeby, ale to vůbec neberu jako finanční zátěž“.

8. Využíváte nějakou finanční pomoc od státu? Pokud ano, jakou? Pokud ne, proč?

(A): „Ano, snažíme se využít vše na co má maminka nárok, tzn. příspěvky na péči, příspěvky na kompenzační pomůcky, příspěvky na mobilitu, příspěvky na děti, invalidní důchod“.

(B): „Myslím, že finanční pomoc nevyužíváme“.

(C): „Využíváme podporu pro pečujícího a mamka má invalidní důchod. Teď opět budu žádat na příspěvek na auto, který byl již několikrát zamítnut“.

9. Jak zvládáte skloubit Váš pracovní život s osobním životem a péčí o blízkou osobu?

(A): „Je to velice těžké, zvládám to díky zaměstnání, které dělám ve volném čase a po nocích“.

(B): „Já jsem na polovičním úvazku, takže musím odpracovat 20h/týdně, takže se to dá skloubit s mým pracovním životem. Mám taky super šéfovou, se kterou se dá rozumně vyjít a taky zná moji momentální situaci s taťkou, takže když potřebuju odejít z práce dřív a postarat se o taťku, tak se vždycky domluvíme“.

(C): „Občas to není jednoduché, ale tím, že je to jediný můj nejbližší příbuzný tak ten čas je potřeba si vyhradit a člověk si ho chce vyhradit“.

10. Zohledňuje Váš zaměstnavatel tuhle konkrétní životní situaci? Pokud ano, jak? Pokud ne, proč?

(A): „Ano, zohledňuje. Vždy mi vyšel dřív, když jsem potřeboval prostor pro péči o maminku“.

(B): „Snažím se skloubit pracovní život tak, abych se o taťku mohla postarat. Samozřejmě, když se vyskytla nějaká situace tak mi vždy vyhověla“.

(C): „Zaměstnavatel ví o dané situaci a umožňuje mi kdykoli kvůli vážným komplikacím odejít ze zaměstnání, abych se o mamku postaral. Naštěstí je to potřeba jen minimálně“.

11. Přinesla Vám tato životní situace a péče o blízkou osobu do života něco pozitivního? Pokud ano, vyjmenujte.

(A): „Myslím si, že ano. Jelikož jsme si s tím s bráchou procházeli od dětství, naučili jsme se být velice samostatní a dost brzy jsme začali žít tzv. dospělácký život. Naučili jsme se více naslouchat lidem a pochopit jejich problémy, ať už psychické nebo fyzické. Naučili jsme se finanční gramotnosti a tomu, že když se někdo zadluží nezadluží jen sebe, ale i celou rodinu. To nejhezčí, co jsme si z celé této situace s bratrem odnesli je vzor rodinného ideálu, protože celou tu dobu držíme pospolu i přes všechny ty překážky“.

(B): „To je celkem těžká otázka, ale asi uvědomění si toho, že se může stát fakt cokoli během jakékoliv doby. Spíš mi to dalo do života, že vím, jaký má nároky člověk, který pečuje doma o někoho blízkého, jaký dávky může pobírat a celkově větší přehled o těchto službách“.

(C): „Větší provázanost s mamkou, máme vůči sobě více důvěry, intenzity a potřeby kontaktu. Taky jaké má mamka možnosti sociálních služeb, které může využívat, jaké má nároky na příspěvky od státu a jaké nároky mám já jako osoba, který o ní pečuje“.