

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Teologická fakulta  
Katedra pedagogiky

## **Diplomová práce**

Saturace potřeb při volnočasových aktivitách v pobytovém zařízení  
pohledem vybraných klientů

Autor práce: Bc. Jana Blažková

Vedoucí práce: Mgr. Věra Suchomelová, Th.D.

Studijní program: Pedagogika volného času (PS)

2024

## Prohlášení

Prohlašuji, že jsem autorkou této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

V Českých Budějovicích dne 15. 3. 2024

.....  
vlastnoruční podpis

## Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucí mé práce Mgr. Věře Suchomelové, Th.D. za přínosné rady, metodické vedení, trpělivost, vstřícnost a čas. Dále děkuji vedení a všem zaměstnancům Sociálních služeb v Kynšperku nad Ohří, p. o., se kterými jsem měla možnost spolupracovat. Děkuji rovněž rezidentům zařízení za ochotu ke spolupráci a čas strávený při společných rozhovorech.

## Obsah

Úvod .....	6
1. Stáří .....	7
1.1 Změny ve stáří .....	7
1.2 Vyrovnávání se stářím .....	9
2. Lidské potřeby .....	11
2.1 Typologie potřeb dle různých autorů .....	11
2.2 Potřeby seniorského věku .....	13
3. Domov pro seniory a volnočasové aktivity .....	16
3.1 Adaptace na přestěhování se do domova pro seniory .....	16
3.1.1 Kvalita života v domově pro seniory .....	17
3.1.2 Standardy kvality sociálních služeb .....	18
3.1.3 Individuální plánování .....	19
3.2 Volnočasové/aktivizační činnosti v domově pro seniory .....	21
3.2.1 Saturace potřeb seniorů při aktivizačních činnostech .....	22
3.2.2 Role aktivizačního pracovníka v naplňování potřeb seniorů .....	30
4. Metodologie výzkumu .....	36
4.1 Stanovení cíle a metody výzkumu .....	36
4.2 Výzkumný vzorek .....	36
4.2.1 Charakteristika zařízení .....	37
4.2.2 Charakteristika participantů .....	38
4.3 Sběr dat .....	41
4.4 Etické aspekty a reflexe výzkumné zkušenosti .....	42
5. Analýza dat .....	44
5.1 Výsledky a jejich interpretace .....	46
Potřeby naplňované při aktivizačních činnostech a jejich projevy .....	46
6. Diskuze .....	53
Závěr .....	56
Seznam použitých zdrojů .....	58
Literatura .....	58
Internetové zdroje .....	61
Přílohy .....	63

Příloha I: Přepis rozhovoru 1 (paní Anna).....	63
Příloha II: Přepis rozhovoru 2 (paní Marie).....	70
Příloha III: Přepis rozhovoru 3 (paní Eva).....	76
Příloha IV: Přepis rozhovoru 4 („hromadný rozhovor“) .....	83
Příloha V: Přepis rozhovoru 5 (pan Václav).....	97
Abstrakt.....	109
Abstract.....	110

# Úvod

V průběhu života projde člověk různými vývojovými etapami, jež mají své charakteristické rysy. Ve stáří jako vrcholné životní etapě dochází v důsledku procesu stárnutí k biologickým, psychologickým a sociálním změnám. Jednou ze zmíněných sociálních změn může být přechod seniora z domácího prostředí do institucionálního bydlení, například do domova pro seniory. Ať už se tato změna odehraje z důvodu věku, tíživé životní situace, snížené soběstačnosti či v důsledku zhoršeného zdravotního stavu, senior zde většinou stráví zbytek svého života. Z toho důvodu by měl být domov pro seniory místem, které bude co nejvíce připomínat domácí prostředí, místem, které bude podporovat autonomii staršího člověka, podněcovat jeho zájem o aktivitu, poskytovat mu kvalitní a důstojný život a respektovat jeho potřeby.

Saturaci potřeb seniorů žijících v rezidenčním zařízení mohou napomáhat také volnočasové aktivity. Problematice naplňování potřeb při volnočasových aktivitách jsem se zabývala již v mé bakalářské práci, v níž jsem rešerši literatury zjišťovala, o které konkrétní potřeby se jedná a co napomáhá jejich uspokojování. Má zjištění byla pak doplněna výpověďmi aktivizačních pracovníků vybraného zařízení. V této práci se na zmíněnou problematiku budu dívat pohledem klientů téhož zařízení. Ráda bych zjistila, jaké jsou dle nich přínosy aktivizačních činností a jak ovlivňují naplňování jejich potřeb. Můj osobní zájem o práci v domově pro seniory vznikl na základě dobrovolnictví a později také absolvované praxe v domově pro seniory, při níž jsem měla možnost podílet se na aktivizaci klientů. Domnívám se, že volnočasové aktivity jsou jedním z aspektů kvalitního života v domově pro seniory.

Cílem této práce je zjistit, jakým způsobem volnočasové neboli aktivizační činnosti pomáhají v naplňování potřeb klientů domova pro seniory. V první kapitole charakterizují základní pojmem stáří a fyzické, psychické a sociální aspekty této vývojové etapy. Následující kapitola je zaměřena na téma lidské potřeby. Zabývá se typologií potřeb jak obecně, tak se zaměřením na potřeby, jejichž naplňování je obzvláště důležité ve starším věku. Tématem další kapitoly je domov pro seniory a volnočasové aktivity. Zaměřím se na adaptační proces seniora při přestěhování do institucionalizovaného bydlení a celkovou kvalitu života. Je důležité, aby se v pobytovém zařízení senior cítil co nejlépe, proto je podstatné pracovat s jeho individuálním životním příběhem. Pro spokojený život v pobytovém zařízení je důležitý také vhodný způsob trávení volného času. Domov pro seniory klientům nabízí širokou škálu volnočasového vyžití, a proto se zaměřím na nejčastěji nabízené aktivity v pobytovém zařízení. Výzkumná část práce je zaměřena na otázku naplňování potřeb seniorů skrze aktivizační činnosti. Prostřednictvím rozhovorů s klienty domova pro seniory zjišťuji, které potřeby mohou být saturovány prostřednictvím nejčastěji se odehrávajících aktivizačních činností v konkrétním zařízení.

Zdrojem pro mou práci je především odborná literatura z oblasti vývojové psychologie a gerontologie, literatura orientovaná na lidské potřeby a na život v domově pro seniory. Dalšími zdroji jsou výzkumné studie zaměřené na potřeby starších lidí či volný čas a volnočasové aktivity podporující kvalitu života ve stáří. Rovněž využívám poznatky závěrečných prací včetně své bakalářské práce. Čerpám též ze zkušeností z praxe v domově pro seniory a z mé současné rodinné situace.

# 1. Stáří

Počátek stáří je různými autory definován rozdílně. Světová zdravotnická organizace označuje věk od šedesáti let do sedmdesáti pěti let za *senescenci* neboli *časné stáří*. Od sedmdesáti pěti do osmdesáti devíti let člověka hovoří o *kmetství*, *vlastním stáří* a období od devadesáti let označuje za *patriarchum* neboli *dlohověkost* (Mühlpachr, 2009: 20–21).

Mühlpachr (2009: 21) uplatňuje následující členění: osoba od šedesáti pěti do sedmdesáti čtyř let je považována za *mladého seniora*, osoba ve věku sedmdesát pět až osmdesát čtyři let je označena za *starého seniora* a osoba ve věku nad osmdesát pět let je *velmi starý senior*.

Stuart-Hamilton (1999: 21–22) dělí osoby starší šedesáti pěti let na kategorie *třetího věku* a *čtvrtého věku*. Staří lidé třetího věku žijí aktivní a nezávislý život, zatímco senioři čtvrtého věku již bývají při zajišťování základních potřeb odkázáni na pomoc druhých. Právě tito senioři bývají rezidenty pobytových zařízení.

## 1.1 Změny ve stáří

Pro práci se staršími lidmi a jejich potřebami je nutné porozumět změnám, které toto vývojové období přináší – změnám fyzickým, psychickým a sociálním.

*Fyzické změny* jsou viditelné již na první pohled. Starému člověku se mění kůže, barva vlasů, dochází k řídnutí kostí a úbytku svalové hmoty, což má vliv na pohybový aparát. Ubývá na rychlosti, síle, obratnosti a odolnosti, člověk se jeví křehce. Změny se týkají také orgánových soustav jedince. Dochází ke snížení průtoku krve všemi orgány, zmenšuje se dýchací kapacita, mění se stav chrupu, dochází k negativním změnám sluchu a zraku (Mühlpachr, 2009: 23–25). V důsledku zhoršené imunity mohou senioři trpět polymorbiditou, tedy může se u nich vyskytovat více onemocnění najednou. Závažnost těchto onemocnění ovlivňuje životní pohodu seniora. V důsledku vážného onemocnění mohou být senioři vylučováni ze společnosti a může u nich docházet k depresivním stavům, které se skrývají za somatickými projevy a může být tedy obtížné je rozeznat (Vágnerová, 2007: 312).

*Psychické změny* se pojí se změnami ústřední nervové soustavy (Dvořáčková, 2012: 13). Dochází k celkovému zpomalení duševní činnosti jedince. S přibývajícím věkem se zhoršují paměťové schopnosti. Starý člověk mívá problémy se zapamatováním a vybavením nových informací. Zhoršuje se rovněž zraková i sluchová percepce a pozornost. Objevují se poruchy pozornosti, poruchy myšlení, chápání, poruchy schopnosti učení (Hátlová, 2010: 16–17).

Rovněž dochází k proměně intelektových funkcí. Je zhoršena fluidní inteligence (Vágnerová, 2007: 316). Fluidní inteligenci lze označit za schopnost řešit nové problémy, k jejímž řešení nelze dojít na základě vzdělání či zkušeností (Stuart-Hamilton, 1999: 50). Fluidní inteligence u člověka slábne již po třicátém roce života, zatímco krystalická inteligence, jež zahrnuje veškeré vědomosti získané v průběhu

našeho života, zůstává věkem nedotčena (Holmerová, I., Jurášková, B., Zikmundová, K. a kol., 2007: 63).

Dochází k zpomalení poznávacích procesů, zhoršení časového odhadu a prodloužení reakční doby. Starý člověk potřebuje více času pro zpracování informací a zvolení adekvátní reakce a už samotný fakt, že se musí rozhodnout, pro něj představuje zátěžovou situaci (Vágnerová, 2000: 451). Ke zpomalení dochází rovněž v reakci na chyby, při čemž se může projevat zvýšená citlivost seniorů na výkyvy vlastní výkonnosti a jejich sklon k opatrnosti (Vágnerová, 2007: 318). Rozvažování, kontrolované jednání, přesné provedení, se stává důležitější než rychlost. Snížená je rovněž pracovní výkonnost (Hátlová, 2010: 16).

Starý člověk se špatně přizpůsobuje změnám. V důsledku toho trvá na svých návycích a stereotypech. Bývá velmi citlivý, ne příliš empatický a někdy i podezíravý vůči okolí (Hátlová, 2010: 15). Zároveň se zvýrazňují některé rysy osobnosti, a to jak pozitivní, tak negativní (Holmerová, I., Jurášková, B., Zikmundová, K. a kol., 2007: 65). Rovněž se výrazněji projevují i ty složky osobnosti, jež jedinec dříve pokládal za špatné a skrýval je (Hátlová, 2010: 15). Dochází k proměnám emočního prožívání. Jde především o pokles pozitivních pocitů, což může mít za následek ohrožení pocitu životní pohody (Vágnerová, 2007: 410–411). Jedinec bývá více labilní, hůře ovládá své emoce.

Ve stáří se též mění hodnoty a priority člověka. Dřívější ideály, záliby a vztahy ubírají na důležitosti a do popředí se dostává důležitost zdravotního stavu a touha po bezpečí, klidu, soukromí. Senior může být nedůvěřivý vůči okolnímu světu. Důležitější než osoby z běžného života jsou nyní osoby blízké a jejich přítomnost jako podpora v ohrožujících situacích (Hátlová, 2010: 15; Mühlhpaehr, 2009: 25).

U starých lidí dochází rovněž ke změnám v oblasti *sociální*. Typickou zátěžovou situací stáří je ovdovění či smrt blízkých osob a vrstevníků. Tato situace vede k větší sociální izolovanosti a prohlubuje u seniora pocit ohrožení a osamělosti. Starý člověk může mít pocit, že bez partnera již nemá jeho život význam. Kontakt se zemřelým partnerem udržuje alespoň na symbolické úrovni. Úmrtí blízkého člověka v seniorovi zároveň prohlubuje strach a myšlenky na vlastní konec života (Vágnerová, 2007: 399; Strmisková, 2007: 23–24).

Jak jsem již uvedla výše, v tomto vývojovém období se zhoršuje zdravotní stav člověka, což vede k postupné ztrátě soběstačnosti a s ní související autonomie. To může být jednou z příčin odchodu do ústavní péče, například do domova pro seniory. Odchod do domova pro seniory představuje v životě starého člověka velkou psychickou zátěž. Senior ztrácí pocit bezpečného zázemí a jistoty a musí se adaptovat na nové, neznámé prostředí a nové osoby ve svém okolí. Zároveň ztrácí kontakt s osobami z dřívějšího života a snižuje se i četnost setkávání s rodinnými příslušníky. Senior si rovněž uvědomuje, že tato změna je signálem poslední fáze života a jeho blízkého konce (Vágnerová, 2000: 496). Změna bydlení se promítá i do oblasti potřeb člověka. Senior přechází do instituce, ve které se vyskytuje mnoho cizích lidí. Může tak docházet k anonymizaci jedince, což může ohrozit pocit vlastní identity. Cizí lidé a nedostatek soukromí v novém prostředí představují riziko pro uspokojování potřeby citové jistoty a bezpečí. V důsledku změny režimu také nebývá dostatečně naplňována potřeba seberealizace (Strmisková, 2007: 24–25).



## 1.2 Vyrovnávání se stářím

Pro lepší pochopení a práci se staršími lidmi je, kromě změn, kterými v tomto věku prochází, dobré znát možné způsoby vyrovnávání se s vlastním stárnutím. Pro některé jedince je stárnutí náročnější, někteří ho snášejí lépe. To záleží na míře schopnosti přizpůsobit se a vyrovnávat se s náročnými životními situacemi. Míra schopnosti adaptace je také ovlivňována prostředím, ve kterém jedinec žije a postojem jeho okolí ke stáří, typem osobnosti, výchovou, vzděláním, zdravotním stavem, emoční inteligencí, vrozenými dispozicemi a celkovou situací, ve které se člověk nachází (Malíková, 2020: 21–22).

Čeledřová, Kalvach a Čevela (2016: 107) ve shodě s Malíkovou (2020: 21–22) uvádějí následující způsoby vyrovnávání se se stárnutím a stářím: první strategií je *konstruktivní přístup*, který popisuje optimisticky laděného člověka vyrovnaného se svým stárnutím. Je tolerantní a přizpůsobivý. Stále se raduje ze života a navazuje osobní vztahy. Má plány do budoucna, ale zároveň si uvědomuje svou smrtelnost. Tento postoj je ideální. Strategie *závislosti* popisuje člověka jako spíše pasivního než aktivního. Bývá podezřívavý a nesoběstačný. Vynucuje si pomoc okolí a odpovědnost a povinnosti přenechává ostatním. K manipulaci ostatních využívá své zdravotní obtíže a citové vydírání. Tento člověk nebývá příliš ambiciózní a cílevědomý. Není též vyrovnaný se svým stárnutím. *Obranný postoj* zaujímají lidé, kteří bývali společensky úspěšní a nechťejí se tohoto postavení vzdát. Jsou hrdí na svou soběstačnost a aby dokázali svou nezávislost, odmítají pomoc druhých. Odmítají si připustit své stárnutí a možnost smrti. Strategie *hostility* hovoří o jedinci, jenž je podrážděný, podezřívavý, závistivý a agresivní. Vinu za své neúspěchy svaluje na druhé či na nepříznivé okolnosti. Takovému člověku hrozí sociální izolace, neboť žije v ústraní, vede samotářský život a k okolí je nepřátelský a nevrlý. Závidí mladým lidem. Ve skutečnosti je ale spíše zraněný a prožívá emoční bolest, což je velmi ničující pro něj i pro jeho okolí. Poslední přístup ke stárnutí je *strategie sebeněnavisti*. Jak už název naznačuje, jedinec, kterého se tato strategie týká, obviňuje ze svých nezdarů sám sebe a obrací nepřátelství proti své osobě. Tím se liší od předchozí strategie. Tento člověk se cítí zbytečný a osamělý, neboť zanedbává společenské styky. Mladým lidem nezávidí, jelikož má pocit, že si již dostatečně užil svého života (Strmisková, 2007: 26–27).

V souvislosti s úspěšnou adaptací na stáří přichází Baltes (2009: 15) s teorií efektivního životního řízení, jež je založena na selektivní optimalizaci s kompenzací. Během *selektce* dochází k redukci aktivit na ty, které jedinec ještě zvládne vykonávat. Ve spojitosti se selekcí upozorňuje Vlčková (2012: 37) na redukci nároků na sebe samotného, jež je jedním z projevů stáří. Uvádí, že vzhledem ke klesajícím schopnostem staršího člověka je redukce nutná, avšak měla by být přiměřená, neboť zbytečná rezignace má spíše negativní důsledky. *Optimalizace* představuje přizpůsobení aktivit dle schopností konkrétního jedince, aby mohly být vykonávány co nejlépe. Při kroku *kompenzace* je činnost, kterou již jedinec nemůže vykonávat, nahrazována jinou činností. Tato teorie může být aplikována na celkový životní způsob jedince zahrnující vzdělávací a volnočasové aktivity vedoucí k posilování vlastních zdrojů, vytváření vztahů s okolím a péči o vlastní zdraví. Senior, jenž selekci, optimalizaci a kompenzaci využívá jako životní strategii, se v porovnání s ostatními cítí lépe a dosahuje vyšších životních úspěchů (Baltes, 2009: 15).

Přijetí faktu stárnutí je důležitým mezníkem v životě člověka. Je nutné přijmout novou situaci a uvědomit si, že stárnutí je přirozeným a nevyhnutelným jevem lidského života. Jedinec, jenž se na tuto životní etapu připravoval celý život a díval se sám na sebe realistickým pohledem, má větší šanci se s faktem stárnutí a všemi výše uvedenými změnami vyrovnat lépe a rychleji.

## 2. Lidské potřeby

Potřebu definuje Příbyl (2015: 31) jako „*projev nějakého nedostatku, chybění něčeho, jehož odstranění je žádoucí*“ a rovněž jako „*silu, která člověka směřuje, posouvá ho k jiným lidem, předmětům, činnostem.*“ Uspokojování potřeb je spojováno s kvalitou života, neboť ovlivňuje veškerou psychickou činnost člověka. Identifikace a následná saturace potřeby je jedním z faktorů, které významně ovlivňují také prožívání stáří.

Lidské potřeby můžeme dělit z hlediska důležitosti pro zachování života na nižší a vyšší. Nižší, tedy primární či fyziologické potřeby jsou takové potřeby, jejichž naplňování souvisí se zachováním lidského života. Bez uspokojení těchto potřeb není možné kvalitně uspokojovat potřeby vyšší, sekundární nebo také psychologické, které se podílejí na utváření osobnosti a individuality člověka (Příbyl, 2015: 32). Příbyl (2015: 32–33) ve shodě se Svatošovou (2012: 21–23) uvádí další dělení potřeb ve čtyřech dimenzích: potřeby biologické, potřeby psychologické, potřeby sociální a potřeby duchovní, spirituální. Mezi biologické potřeby patří samozřejmě příjem potravy a tekutin, vylučování, spánek, dýchání, pohyb. Co se týče psychologických potřeb, sem spadá potřeba bezpečí, důvěry, jistoty a respektování lidské důstojnosti, a to zcela nezávisle na stavu tělesné schránky. Naplňování sociálních potřeb je podstatné, protože člověk je přirozeně společenský. V životě je pro něj důležitý kontakt a komunikace s druhými lidmi. Člověk potřebuje přijímat i dávat lásku. Duchovní či spirituální potřeby se netýkají pouze věřících osob. Tyto potřeby se začínají více projevovat v období nemoci či ve stáří, kdy člověk uvažuje nad svým životem a nad jeho smyslem. Každý člověk potřebuje vědět, že jeho život měl a bude mít smysl až do poslední chvíle a že mu bylo odpuštěno.

Potřeby je možné uspokojovat různým způsobem – žádoucím nebo nežádoucím. Žádoucí způsoby jsou na rozdíl od nežádoucích takové způsoby, které neškodí ani konkrétnímu jedinci ani jeho okolí (Trachtová a kol., 2008: 10). Uspokojování potřeb je ovlivňováno mnoha faktory, například individuálními vlastnostmi jedince, jež vycházejí z jeho temperamentu, dále vývojovým stadiem jedince, zdravotním stavem, jeho pohlavím, dosaženým vzděláním či sociálním prostředím. O procesu naplňování potřeb mluvíme jako o dynamickém, cyklickém procesu, na nějž má kromě ideálů a tužeb jedince vliv také rozvoj společnosti a společenské klima (Šamánková, 2011: 23–25).

### 2.1 Typologie potřeb dle různých autorů

Tématem lidských potřeb se zabývali různí autoři, kteří vytvořili určité typologie těchto potřeb. V rozřazení potřeb se někteří autoři shodují. Například Šamánková (2011: 19) dělí potřeby podle důležitosti pro zachování života na primární a sekundární, čímž se shoduje s dělením potřeb dle psychologa Henryho Alexandra Murraye. Primární, nebo dle Murraye (Příbyl, 2015: 33) též viscerogenní potřeby jsou vrozené, periodicky se opakující fyziologické procesy. Jedná se o potřeby nedostatku: kyslík, potrava, tekutiny a potřeby přebytku: sekrece, urinace, defekace, obrany a úniku. Naplnění těchto potřeb je pro život člověka zásadní. Sekundární neboli psychogenní či sociální, získané, naučené potřeby se odehrávají na nevědomé úrovni. Jsou zakotveny v povahovém

založení člověka, tvoří podstatu osobnosti, mluví o člověku jako o sociální bytosti. V souvislosti s tímto autorem se hovoří též o potřebách skrytých, pod které se řadí obava zůstat bez pomoci, ponížení a narcismus (Šamánková, 2011: 29). Murray na rozdíl od psychologa Abrahama Harolda Maslowa nepřisuzuje potřebám hierarchické uspořádání. Všechny potřeby jsou na stejné úrovni a objevují se na základě vnějších a vnitřních podmínek, tedy na základě sociálního prostředí a aktuálního psychického stavu jedince.

Teorie potřeb dle Maslowa je nejznámější. Tento psycholog dělí potřeby na nižší a vyšší. Mezi nižší potřeby řadí na první úrovni potřeby fyziologické – potřeba spánku, potravy a podobně. Naplňování těchto potřeb ovlivňuje celkové chování a jednání člověka. Na druhou úroveň staví potřebu jistoty a bezpečí. K vyšším potřebám patří potřeba lásky a sounáležitosti. V rozšířeném, osmiúrovňovém modelu potřeb je potřeba lásky řazena pod sociální potřeby. Další potřebou je potřeba uznání, ocenění a sebeúcty. Na nejvyšší úrovni stojí v pětiúrovňovém modelu potřeba seberealizace, sebeaktualizace. V osmiúrovňovém modelu je pak na vrcholu potřeba sebetranscendence, tedy potřeba něčeho, co samotného jedince přesahuje. Osmiúrovňový model je rovněž rozšířen ještě o potřeby poznávací, kognitivní, pod které spadají znalosti a potřeby estetické, pod něž se řadí krása, harmonie... Jak již bylo řečeno, Maslow, na rozdíl od předchozího autora, tvrdí, že potřeby jsou uspořádány hierarchicky a bez uspokojení nižších potřeb nemohou být uspokojeny vyšší. Uspokojování vyšších potřeb je žádoucí pro jedincům pocit klidu a vnitřního života (Trachtová a kol., 2008: 14–15; Příbyl, 2015:34).

Další nehierarchické dělení představuje Artur Manfred Max-Neef. Definoval devět oblastí základních lidských potřeb: bytí/živobytí, péče/ochrana, láska/city, pochopení/porozumění, participace/účastenství, zahálení/volný čas, tvorba/kreace, totožnost/identita, svoboda/volnost. Tyto potřeby se pak promítají do čtyř forem uspokojování: být – týká se kvality života, mít, vlastnit, činit, jednat, být v interakci, ve vztazích s prostředím (Příbyl, 2015: 35–36).

Mnoho dalších způsobů dělení potřeb přináší Šamánková (2011: 17), která se ve svém dělení potřeb podle podstaty člověka do určité míry shoduje s již výše zmíněným osmiúrovňovým modelem potřeb dle Maslowa. Též uvádí potřeby biologické, estetické, sociální a potřebu sebevyjádření, jež je totožná s Maslowovou potřebou seberealizace, a nově hovoří o potřebách psychických, vycházejících z individuálního prožívání a vnímání světa. Též nově představuje potřeby sociální a kulturní, pod které ovšem spadá i potřeba vzdělávat se, kterou Maslow řadí pod kognitivní potřeby. Nově také hovoří o potřebách duchovních, v souvislosti s nimiž mluví o duchovním zaměření jedince a jeho religiózním, filosofickém a psychologickém zaměření a citění. Z dalšího dělení potřeb, které Šamánková popisuje, můžeme uvést například dělení na individuální a kolektivní potřeby, materiální a nemateriální potřeby, nezbytné a zbytné anebo dle četnosti výskytu trvalé, občasné a výjimečné potřeby (Šamánková, 2011: 18-19).

Podle teorie získaných potřeb Davida Clarence McClellanda má člověk potřebu moci, potřebu někam patřit a potřebu něčeho dosáhnout. Člověk s potřebou moci, má tendenci k síle a ovládnutí lidí pro dosažení svého cíle. Člověk se silnou potřebou někam patřit vyhledává zejména harmonické vztahy. Člověk, který chce něčeho dosáhnout, potřebuje slyšet chválu okolí. Vyhýbá se situacím, ve kterých by nemusel být tak úspěšný nebo by z nich neměl zisk (Šamánková, 2011: 29).

Psychiatr Viktor Emanuel Frankl, zakladatel logoterapie, oboru, jenž vidí v člověku bytost hledající smysl, uvádí tři možnosti, jak učinit život smysluplným: naplnit čin, který si vytyčíme, naplnit dílo, které vytváříme, prožít zážitek, setkání a lásku (Šamánková, 2011: 25). Tyto tři možnosti, dle mého názoru, souvisejí s naplňováním potřeb a osobnostním rozvojem člověka.

## 2.2 Potřeby seniorského věku

V průběhu života se potřeby mění z hlediska kvantity i kvality (Trachtová a kol., 2008: 10). V důsledku fyzických, psychických a sociálních změn, ke kterým dochází v období stárnutí a stáří, dochází ke změnám také v oblasti potřeb člověka. Některé dřívější potřeby ztrácejí na významu a do popředí se dostávají zejména potřeby související s pocitem jistoty, stability a bezpečí (Hauke, 2014: 11).

*Potřeba citové jistoty a bezpečí* bývá ve stáří nejintenzivnější. Souvisí také s odchodem do důchodu, během kterého se zvyšuje riziko sociální izolace, neboť starší člověk ztrácí svou pozici ve společnosti a zůstává mu jen zázemí malých sociálních skupin, jako je rodina či přátelé. Role důchodce je pro jedince rolí starého člověka, a tak dochází k posílení dalších obav spojených s negativními důsledky stárnutí, jako je například onemocnění či úbytek sil. Starší člověk si musí zvykat na určitou míru závislosti na jiných osobách a naučit se přijímat pomoc druhých, což pro něj může být nepříjemné, ale zároveň dochází prostřednictvím vazby na blízké lidi k posílení pocitu jistoty. Starší člověk potřebuje cítit, že někam patří, potřebuje cítit pochopení a blízkost druhého – psychickou i fyzickou, například v podobě doteku či pohlazení od milované osoby. Tato potřeba může být saturována například skrze kontakt s dětmi nebo vnoučaty (Vágnerová, 2007: 345; Vágnerová, 2000: 469). Potřeba bezpečí se týká také místa, na kterém se člověk nachází. V tomto případě se jedná o domov pro seniory. Je důležité, aby se senior v domově cítil v bezpečí, aby cítil, že mu zde nikdo neublíží, aby cítil bezpečí vycházející z kvalifikovanosti personálu domova pro seniory pro výkon své práce. Správně kvalifikovaný personál nebude seniora přehlížet a umožní mu včlenit se do procesu, bude s ním jednat s úctou, spolupracovat a respektovat přitom jeho osobnost a potřeby a podporovat jeho autonomii (Šamánková, 2011: 19–20), což pomůže k naplnění seniorovy *potřeby víry v sebe a své schopnosti*. K víře v sebe samého může staršímu člověku dopomoci také příležitostné srovnání se s jeho méně schopnými vrstevníky. Zjištění, že jsou na tom jiní lidé hůře mu může být zdrojem vnitřního komfortu, vděčnosti a naděje. Kromě víry v sebe samého potřebuje senior *důvěřovat* také *druhým lidem*. Potřebuje zakoušet důvěrný vztah k někomu ze svého okolí, mít člověka, který bude jeho opěrným bodem a kterému se může svěřit. Tímto člověkem může být například výše zmiňovaný zaměstnanec rezidenčního zařízení. S potřebou víry souvisí samozřejmě také víra v Boha a vyšší realitu. Pro věřící osoby je důležité vědět, že Bůh je na jejich straně, že se o ně zajímá a miluje je a mohou se na něj kdykoliv obrátit. Skrze vztah k Bohu je tak naplňována nejen potřeba víry, ale i potřeba lásky (Suchomelová, 2016: 99).

*Potřeba lásky* je další oblastí významných seniorských potřeb, které se shodují v pojetí různých autorů. Šamánková (2011: 20) mluví o *potřebě lásky, sounáležitosti, potřebě někam patřit, být milován a moci někoho milovat*. Vágnerová (2007: 347) hovoří také o *pocitu užitečnosti*, který se s touto potřebou pojí. Potřeba lásky často vyvstává do popředí u osob, jež se nacházejí v situacích osamocení, například u rezidentů domova pro seniory. Ačkoliv domovy pro seniory obývá mnoho lidí,

jedinec se mezi ostatními vrstevníky může cítit osamělý. Lidé obývající domov pro seniory vyjadřují potřebu milovat a být milován výrazněji než osoby žijící v domácím prostředí. Potřebují vědět, že mají někoho, koho mohou mít rádi a on má rád je, někoho, kdo je podpoří, vyslechne a někoho, komu mohou na oplátku pomoci nebo poradit. Potřeba dávat lásku druhým se projevuje též jako touha obdarovávat, ať už materiálně či vlastní činností, a touha být pro někoho potřebný. Možnost dávat lásku posiluje vědomí hodnoty a důstojnosti člověka. Významným zdrojem lásky a podpory je rodina seniora, jeho vztah s dětmi a vnoučaty. Zdravé rodinné vztahy jsou nejen zdrojem lásky, ale také podporují důstojnost a hodnotu člověka, který vidí, že své děti dobře vychoval (Suchomelová, 2016: 101–102).

Z pojetí různých autorů lze vyvodit další potřebu, jež nabírá na významu v seniorském věku. Jedná se o *potřebu seberealizace*, s níž se může pojít také *potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty, potřeba uznání a (sebe)úcty*. Vágnerová (2007: 346) ve shodě se Suchomelovou (2016: 87) uvádí, že tyto potřeby nabývají na významu vlivem změn, které přicházejí se stářím. Roli zde hraje snižující se soběstačnost v důsledku měnícího se zdravotního stavu a následná závislost na druhé osobě. Identita starého člověka je zmatená. Jedinec se musí vyrovnat se svým novým sociálním statutem, rolí důchodce. Může se u něj objevit pocit méněcennosti, který se snaží kompenzovat zdůrazňováním minulých výkonů. Dříve dosažené úspěchy jsou nezpochybnitelnou jistotou a vzpomínání a vyprávění o dřívějších kvalitách může seniorovi alespoň symbolicky saturovat potřebu seberealizace. Potřeba seberealizace též souvisí s již zmíněnou autonomií, tedy „*udržením určité svobody rozhodování o sobě a o svém životě*“ (Vágnerová, 2007: 346) a s možností samostatného jednání. Pro staršího člověka je těžké vyrovnat se se zhoršováním vlastních kompetencí a ztrátou nezávislosti. Pro rezidenty domova pro seniory je tato situace ještě těžší. Rezidenční zařízení mají tendenci za své obyvatele přebírat zodpovědnost co se týče uspokojování většiny jejich základních potřeb. Obyvatelé jsou pak v pozici pasivních příjemců a uživatelů služby. „*Obyvatelka běžného domova pro seniory nemá šanci uvařit ani pro sebe, na co má chuť, natož upéct oblíbený koláč pro svou návštěvu, děti, vnuky*“ (E-learningový kurz Duchovní potřeby ve stáří, 2020). K naplňování potřeby seberealizace a sebeúcty může pomoci uznání a ocenění od ostatních lidí. Potřeba seberealizace bývá též uspokojována nepřímou, skrze identifikaci s blízkou osobou a jejími úspěchy. Úspěchy dítěte či vnoučete pak senior prožívá jako vlastní (Vágnerová, 2007: 347).

Jako potřebu, jež též nabývá na důležitosti v seniorském věku uvádí Vágnerová (2007: 344, 347) *potřebu otevřené budoucnosti a naděje*, která se pojí s *potřebou životního cíle* a *potřebou zachování kontinuity životního příběhu*, již uvádí Suchomelová (2016: 92–95). Tato potřeba narůstá vlivem životních změn, jako je například přestěhování se do domova pro seniory, kdy může člověk zažívat pocit strachu a opuštěnosti. Roli hraje též zhoršující se fyzický stav a objevující se nemoci. Starší člověk potřebuje cítit, že i přes odehrávající se změny je to stále on a stále ten stejný život, který je smysluplný a byl žit, jak nejlépe mohl. Zpracovávání minulosti je pro člověka náročné, což je důvodem, proč senioři často symbolicky setrvávají ve světě, který dříve dobře znali. Připomínají si ho prostřednictvím častého vzpomínání, uchovávání starých věcí, zájmem o starší knihy a filmy a podobně (Vágnerová: 2007: 344). Další složitou výzvou je pro starého člověka přijetí nevyhnutelnosti smrti. Zároveň se musí umět těšit z existence zachovaných hodnot, umět pozitivně bilancovat svůj život a dokázat odpustit sobě i druhým. Potřebuje si uchovat naději, že ani po

skončení jeho pozemského života nebude zapomenut, protože jeho život měl smysl (Vágnerová, 2007: 347; Suchomelová, 2016: 92–94).

Vágnerová (2007: 496–497) dále uvádí potřebu, která přímo souvisí s životem v instituci, kterou je například domov pro seniory. Nazývá ji *potřebou přiměřené stimulace a orientace*. Člověk si musí zvyknout na nové prostředí a na dodržování pravidel daných institucí, jako je například doba jídla, klidu a podobně. Pro staršího člověka je každá změna velmi náročná, umístěním do ústavu se navíc omezí jeho orientovanost pouze na prostředí tohoto ústavu. Proto je důležité, aby byl o svém novém prostředí dostatečně informován, aby věděl, co vše se zde děje a aby znal své možnosti.

Saturace duchovních potřeb má pro rezidenty domova pro seniory velký význam, neboť jim napomáhá k spokojenému životu. Senior, jenž má naplněné tyto potřeby, je vyrovnaný, umí věci přijímat takové, jaké jsou, cítí vnitřní sílu a vyznačuje z něj klid. Nemá konflikty se svým okolím, naopak je tolerantní, vstřícný a umí druhé chápat, podpořit je a pomoci jim. Tento člověk též rozumí situacím ve svých dřívějších životních etapách i v té současné a v případě náročné životní situace ví, kde hledat pomoc a odpověď na otázky, které mohou vyvstat (Malíková, 2020: 269).

### 3. Domov pro seniory a volnočasové aktivity

Následující kapitola bude zaměřena na domov pro seniory a volnočasové aktivity v domově pro seniory. Budu se věnovat domovu pro seniory jako prostředí k životu, na které je potřeba se adaptovat a které by mělo splňovat určitá kritéria pro plnohodnotný život seniora. Ke spokojenému životu v domově pro seniory bezesporu přispívají i volnočasové neboli aktivizační činnosti, které jsou zde nabízené. Způsob trávení volného času může napomáhat naplňování potřeb klientů domova pro seniory. Z tohoto důvodu se v následující kapitole zaměřím též na aktivizační činnosti a faktory ovlivňující jejich průběh a celkovou kvalitu.

#### 3.1 Adaptace na přestěhování se do domova pro seniory

Domov pro seniory je zákonem 108/2006 Sb. o sociálních službách, § 49 vymezen následovně: „*V domovech pro seniory se poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.*“ Služba domov pro seniory poskytuje ubytování, stravu, pomoc při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, zprostředkovává kontakt se společenským prostředím, poskytuje sociálně terapeutické činnosti, aktivizační činnosti a pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí (Zákon o sociálních službách).

Přestěhování se do domova pro seniory je jednou ze změn, ke které může vlivem různých okolností v životě seniora dojít. Přejít do nového prostředí představuje zásadní životní změnu a pro staršího člověka, jenž už se nepřizpůsobuje změnám tak dobře, jako tomu bývalo dříve, je bezesporu náročný. V tuto chvíli dochází ke ztrátě zázemí, známého teritoria vlastního bytu či domu a s ním spojené identity. Život staršího člověka se od této chvíle odehrává v neznámém, leckdy ne moc prostorném pokoji, často sdíleném s další osobou či osobami, které jsou pro něj cizí a které si ani dobrovolně nevybral za své „spolubydlící“. S tímto člověkem nebo lidmi si nemusí rozumět a nepřijmou-li ho, může se cítit ostraně. Zároveň před někým cizím přichází o své soukromí a intimitu. Může se stydět nebo se dokonce cítit v ohrožení (Vágnerová, 2000: 496; Blažková, 2022: 11).

Každý jedinec je jiný, a proto i tento přechod každý zvládá jinak. Ne každý přichází do domova pro seniory dobrovolně, ze své vlastní vůle, z důvodu uvědomění, že už by život v domácím prostředí bez pomoci nezvládal. Vágnerová (2000: 499–500) popisuje fáze procesu adaptace v případě *nedobrovolného umístění do domova pro seniory*. Nejprve přichází fáze odporu, během které může být starší člověk negativistický a agresivní vůči okolí, nejčastěji vůči personálu, ale také vůči ostatním rezidentům. Toto chování je obrannou reakcí, projevem frustrace a negativních emocí, které v danou chvíli člověk prožívá a zatím není schopen přiměřenějšího jednání, neboť vnímá tuto změnu jako násilnou a nespravedlivou. Po fázi odporu následuje fáze zoufalství a apatie. Dochází k ní, když se starý člověk vyčerpá a uvědomí si, že odpor nevede k chtěnému výsledku. V této chvíli člověk rezignuje, ztrácí zájem o vše,



i o vlastní život. Následující fází je fáze vytvoření nové pozitivní vazby. Některým lidem se podaří navázat pozitivní vztah například s někým z personálu či s jiným rezidentem, který mu pomůže sdílet novou situaci a dát životu nějaký smysl.

Adaptační proces v případě *dobrovolného odchodu do domova pro seniory* bývá méně problematický, ale též může být pro staršího člověka obtížný. První fází tohoto procesu je nejistota a vytváření nového stereotypu, během níž se člověk snaží zorientovat v novém prostředí a získává informace o způsobu života v instituci. Člověk může být precitlivělý, neboť se mu častěji objevují vzpomínky na minulost. Porovnávají, v čem je současná situace horší a lepší než život před příchodem do domova pro seniory a vytvářejí si postoj k novému „domovu“, což vede k fázi přijetí nového životního stylu, při které si člověk postupně zvykne na nové zázemí a sociální kontakty (Vágnerová, 2000: 500–501).

Doba potřebná k adaptaci závisí na řadě okolností, jako je osobnost klienta, jeho zdravotní stav, úroveň mentálních schopností, okolností přestěhování, spokojenost v novém bydlišti či náročnost nového bydliště (Kalvach, 2004: 496). Pro adaptační proces nově přichozího klienta je stanoveno určité časové období. Během tohoto období by měly být vytvářeny takové podmínky, které budou umožňovat co nejplynulejší přechod z klientova původního prostředí a usnadní mu adaptaci na nový způsob života. Během adaptace se jedinci dostává podpory a systematické pomoci ze strany personálu zařízení. Kdykoliv se může obrátit na svého klíčového pracovníka, jenž mu byl za účelem lepšího zvládnutí adaptačního procesu přidělen (Malíková, 2020: 76).

### **3.1.1 Kvalita života v domově pro seniory**

Otázka kvality života ve stáří nabývá na významu. Pojem kvalita života je předmětem zájmu různých vědeckých disciplín. Kvalitou života se zabývá medicína, psychologie, sociologie, ekonomie a podobně. Kubíková (2016: 13–14) uvádí, že v minulosti byla pozornost věnována snaze o zmírnění či odstranění útrap nemocných a chudých a následně byla zkoumána spokojenost s prací a životem. Nyní je předmětem zkoumání měření a analýza pohody jedince. Samotný pojem kvalita života je obtížně definovatelný, neboť nepopisuje pouze individuální životní standard, ale vztahuje se i k prostředí, ve kterém se jedinec nachází a k jeho požadavkům. Kvalita života rovněž souvisí s uspokojováním potřeb. Může být chápána jako výsledek působení mnoha faktorů – sociálních, ekonomických, zdravotních či environmentálních – které jsou ve vzájemné interakci. Může též zahrnovat otázky pocitu užitečnosti a smyslu vlastního života i subjektivní hodnocení života v pojmech osobní svobody a spokojenosti (Dvořáčková, 2012: 56–57).

Dvořáčková (2012: 97) uvádí, že kvalita života seniorů v domovech pro seniory je determinována mnoha objektivními i subjektivními faktory. Souvisí s osobností jedince, jeho životním stylem, prožitými životními událostmi, zdravotním stavem, schopností zvládat zátěžové situace a podobně. obecně by se dalo říct, že pojem kvalita života člověka postihuje tři hlavní oblasti, jimiž je fyzické prožívání, psychická pohoda a sociální postavení jedince s jeho vztahy k druhým lidem. Kvalita života by tedy měla být posuzována v rámci holistického přístupu k osobnosti člověka jakožto bio-psycho-spirituální bytosti (Dvořáčková 2012: 56).

Calman (1984: 124–127) dochází k podobnému závěru. Pojem kvalita života definuje jako rozdíl mezi sny, nadějemi a očekáváními, které člověk v životě má, a jeho současnými skutečnými zkušenostmi. Dá se říci, že kvalita života je dobrá tehdy, když

se naděje a očekávání jednotlivce spojují se skutečností a naopak, nesetkávají-li se očekávání a skutečnost, kvalita života není dobrá. Priority a cíle člověka se vlivem věku a životních zkušeností mění, avšak stále je důležité výše zmíněný rozdíl zmenšovat či úplně odstraňovat. Kvalita života se pojí s pojmy jako spokojenost, radost a naplnění, schopnost zvládat problémy a životní růst. Cílem je proto snažit se člověku pomoci s dosahováním cílů, které si stanovil s ohledem na všechny složky jeho osoby: tělo, mysl a duch.

Musschenga (1997: 14) určil tři různé, ale vzájemně související významy termínu kvalita života. Prvním je kvalita života jako stupeň normálního fungování a nezávislosti, jenž zahrnuje běžné činnosti denního života, jako je chůze, oblékání, hygiena a podobně. Dalším je kvalita života jako míra spokojenosti se životem jako takovým, tedy celková spokojenost s aspekty života a schopnost přizpůsobit své ambice. Posledním významem je kvalita života jako úroveň lidského rozvoje. Pro člověka v seniorském věku je obzvlášť důležitý druhý z uvedených významů, tedy kvalita života jako stupeň spokojenosti se životem. Starší člověk chápe kvalitu života jako spokojenost s jeho dosavadním životem. Vnímá-li svůj prožitý život jako smysluplný a je spokojený s tím, jak žil, pak hodnotí svou kvalitu života na vysoké úrovni (Dvořáčková, 2012: 58; Křivohlavý, 2002: 164–168). I první z uvedených významů je možné vztáhnout k člověku seniorského věku. Kvalitu života seniora žijícího v domově pro seniory totiž ovlivňuje též úroveň jeho autonomie, tedy do jaké míry je schopen sebeobsluhy, péče o sebe, a také úroveň schopnosti komunikace s druhými lidmi, ať už s personálem či s ostatními rezidenty domova pro seniory nebo s rodinou během návštěv. Senior, který zvládá tyto činnosti, se bude cítit lépe než ten, který je nezvládá (Křivohlavý, 2002: 167). Zachování autonomie a integrace jedince do společnosti by měl být jedním z cílů domova pro seniory či jiné sociální služby.

### **3.1.2 Standardy kvality sociálních služeb**

Domov pro seniory musí – stejně jako všechny druhy sociálních služeb – splňovat standardy kvality sociálních služeb dané Ministerstvem práce a sociálních věcí. Malíková (2011: 50) uvádí, že standardy kvality sociálních služeb „*slouží k tomu, aby zajišťovaly kvalitu poskytovaných sociálních služeb klientům a chránily jejich zájmy a práva v souvislosti se všemi činnostmi spojenými s poskytováním jakékoliv sociální služby.*“ Holczerová a Dvořáčková (2013: 12) dodávají, že cílem standardů kvality sociálních služeb je také podpora rovného přístupu a plnohodnotného života uživatelů sociálních služeb, podpora přirozených zdrojů uživatelů, jejich nezávislosti a autonomie a dále podpora setrvání člověka nacházejícího se v nepříznivé sociální situaci v jeho přirozeném prostředí.

Ve standardech kvality sociálních služeb jsou přesně určeny postupy a pravidla ještě před okamžikem navázání prvního kontaktu mezi zájemcem a poskytovatelem tím, že stanovují povinnost poskytovateli prezentovat informace o svých službách a dbají tak na ochranu práv klientů (Malíková, 2011: 50). Jednotlivé standardy jsou vymezeny měřitelnými kritérii, která umožňují kontrolu nad splňováním daného standardu (Holczerová, Dvořáčková, 2013: 12).

Definice kvality sociálních služeb jsou spojovány zejména s oblastmi jako spokojenost uživatele, reakce na potřeby uživatele, vysoká odborná úroveň péče, cenová přiměřenost, bezpečné a odpovídající prostředí, návaznost a dostupnost péče (Holczerová, Dvořáčková, 2013: 11).

Jedná se o následujících patnáct standardů, jež jsou z důvodu závaznosti pro všechny poskytovatele sociálních služeb formulovány obecně a každý poskytovatel je dále přizpůsobí vzhledem k vlastním poskytovaným službám:

1. cíle a způsoby poskytování sociálních služeb,
2. ochrana práv uživatelů (osob),
3. jednání se zájemcem o službu,
4. dohoda o poskytování služby,
5. individuální plánování průběhu služby,
6. dokumentace o poskytování sociální služby,
7. stížnosti na kvalitu nebo způsob poskytování sociálních služeb,
8. návaznost poskytované sociální služby na další dostupné zdroje,
9. personální a organizační zajištění sociální služby,
10. profesní rozvoj zaměstnanců,
11. místní a časová dostupnost poskytované sociální služby,
12. informovanost o poskytované sociální službě,
13. prostředí a podmínky,
14. nouzové a havarijní situace,
15. zvyšování kvality služeb (Malíková, 2020: 66–71).

### **3.1.3 Individuální plánování**

Jedním z výše uvedených standardů kvality sociálních služeb je takzvané individuální plánování sociální služby. Individuální plánování je podstatné pro kvalitní život rezidenta domova pro seniory. Klade si za cíl poskytování sociální služby v co největším zájmu klienta, přizpůsobuje ji jeho specifickým podmínkám, požadavkům, možnostem a schopnostem a zapojuje ho tak do procesu plánování i výkonu samotné služby, čímž je podporována klientova samostatnost a nezávislost. Díky individuálnímu plánování se zvyšuje klientova kompetence v oblasti rozhodování a přijímání zodpovědnosti za volby ve svém životě. Není jen pasivním příjemcem sociální služby, ale vystupuje jako rovnocenný partner, je spoluzodpovědný za průběh této služby, což mu přináší větší pocit bezpečí. Zná svá práva a povinnosti a má možnost rozhodovat, zda služba naplňuje jeho představy o potřebné pomoci (Hauke, 2011: 16–18).

Individuální plánování začíná již před nástupem do institucionálního bydlení. V této chvíli hraje důležitou roli též rodina seniora, která komunikuje se sociální službou, poskytuje potřebné informace o budoucím klientovi, může více přiblížit jeho životní příběh, zvyky, zájmy, popsat, co má a nemá rád, což v budoucnu usnadní saturaci klientových potřeb (Hořáková, 2018: 66). Zájem ze strany rodiny či přátel a známých taktéž podporuje seniorův proces integrace do nového prostředí a udržování jeho samostatnosti a autonomie (Malíková, 2020: 164).

Při příchodu do zařízení je seniorovi založena dokumentace, která se dělí na část zdravotnickou a ošetrovatelskou, sociální, ekonomickou a ostatní. Rovněž je mu přidělen klíčový pracovník pro adaptační období, jimž může být například sociální pracovník, pracovník v sociálních službách či aktivizační pracovník, na kterého se může senior v případě potřeby obrátit. S klíčovým pracovníkem si klient stanoví cíl pro jeho individuální plán, jehož by chtěl během svého pobytu v zařízení s využitím poskytované sociální služby dosáhnout. Samotné individuální plánování je pak proces zahrnující dialog mezi klientem a jeho klíčovým pracovníkem se zaměřením na klientovy cíle a potřeby. Dvořáčková (2012: 94–96) popisuje čtyři základní modely plánování. Prvním

z nich je *model zaměřený na dosahování cílů*. Jak už z názvu vyplývá, jádrem tohoto modelu je vycházet z uživatelem stanovených cílů. Na začátku je stanoven cíl a dále jsou určeny kroky, jak se k cíli dostat. Záznam plánování bývá strukturovaný, konkrétní a podrobný a vyžaduje kontakt s uživatelem, avšak může se stát, že k naplnění cíle dochází jen formálně. Dalším a z mého pohledu vhodnějším modelem je *model zaměřený na dialog pracovníka a uživatele služby*. Tento model je zaměřený na člověka a respekt při řešení jeho životní situace. Partnersky formulovaný model místo dialogu o osobních cílech klienta preferuje dialog o jeho potřebách. Klíčový pracovník se snaží jedince podpořit, aby se zaměřil na některou z formulovaných potřeb a učinil z ní svůj osobní cíl. Pracovník pak klienta podporuje v oblastech vyplývajících z aktuální situace. Třetím modelem plánování je *model vycházející ze schémat počítačové podpory*. Plánování vypadá tak, že pracovník zadá do počítačového programu okruh potíží a program mu nabídne konkrétní možnosti podpory. Pracovník pak s klientem tyto možnosti projednává a dojednává aplikaci podpory. Systém vykazuje snadnou kontrolovatelnost a měřitelnost, je uživatelsky nenáročný a nabízí přehledné evidence, statistiky, kontroly jednotlivých úkonů. Ovšem z mého i autorčina pohledu dochází k „odlidsnění“, odcizení mezi pracovníkem a uživatelem a vytváření plánu se může jevit jako pouze formální. Posledním modelem je *model expertní*, jež má základy v medicínském pojetí sociální práce. Pracovník si v tomto případě zachovává odstup a expertní pozici spojenou s „mocí“ nad uživatelem. Jsou získávány osobní a sociální anamnézy a pracuje se s dokumentací uživatele. V průběhu plánování dle tohoto modelu získává pracovník mnoho citlivých a osobních informací a klient může postrádat pocit partnerství a může mu připadat, že nad ním má pracovník moc.

Je důležité, aby domov pro seniory nebyl anonymizující institucí. Z tohoto důvodu je podstatné klienta co nejlépe poznat a při plánování vycházet z jeho individuálních potřeb, zájmů a životních hodnot. Tento přístup rovněž slouží jako prevence negativních důsledků ústavní péče. Nenaplnění biologických potřeb by mohlo vést ke stresu, tělesnému utrpení a chátrání. Neuspokojování vyšších potřeb, kterými jsou například potřeba lidského kontaktu či potřeba sounáležitosti, vede k smyslové či emoční deprivaci. Nenaplnění potřeb vztahujícím se ke smyslu života, k seberealizaci, k víře by mohlo vést až ke ztrátě smyslu života, k prázdnotě, nenaplněnosti a úzkosti (Malíková, 2020: 171; Kalvach, 2004: 497). Ke získání klientovy důvěry a ke zjišťování informací je nutný individuální přístup. Hauke (2011: 47) jako jeden ze způsobů zjišťování potřeb uvádí „otázky Ivana Ulehly“, při jejichž kladení vkládáme důvěru do jedince, že on sám nejlépe ví, co potřebuje a jak by měl vypadat jeho život. Otázky, jež lze individuálně přizpůsobit a doplnit, zní následovně:

- Co potřebujete, aby se vám lépe žilo?
- S čím z toho všeho potřebujete pomoci?
- Kdo by měl pomáhat?
- Proč by ten dotyčný s tím měl pomáhat?
- Jak to pomáhání má probíhat?

Na základě zjištěných potřeb je pak možné stanovení měřitelného osobního cíle, na jehož konci stojí naplněné potřeby jedince. Osobní cíl závisí na přáních a potřebách klienta a možnostech domova pro seniory (Hauke, 2011: 95).

Výsledkem plánování je tvorba individuálního plánu. Jak by měl individuální plán přesně vypadat není stanoveno. Někteří poskytovatelé sociální služby tvoří první individuální plán již při jednání se zájemcem (Hauke, 2011: 102). S takovýmto „Prvotním plánem péče při přijetí klienta do zařízení“ jsem se setkala v souvislosti

s mým rodinným příslušníkem. Tento plán obsahoval jméno a příjmení klienta, datum jeho přijetí do zařízení, nejpodstatnější osobní informace týkající se příchodu do domova pro seniory, zdravotního stavu, schopností, temperamentu jedince, rodinné anamnézy, minulého zaměstnání. Na základě předchozího životního stylu, typu osobnosti a návyků jedince byl v plánu určen cíl: rehabilitace, kontakt s lidmi. Dále zde bylo uvedeno, co klient od služby očekává: pomoc s běžnými úkony, navazování přátelských vztahů. Součástí záznamů byly rovněž informace o oblíbených činnostech klienta, oblíbeném jídlu a nápoji, oblíbené barvě a vůni, o jeho vztahu ke zvířatům, o jeho oblíbené hudbě nebo zvuku a další podrobnější informace, jež umožňují lepší práci s klientem a napomáhají uspokojování jeho potřeb.

### 3.2 Volnočasové/aktivizační činnosti v domově pro seniory

Následující kapitola pojednává o volném čase a volnočasových neboli aktivizačních činnostech v domově pro seniory. Nejprve uvedu definice volného času různých autorů, následně se budu věnovat volnému času u osob seniorského věku, jeho funkcím a přínosům volnočasového jednání.

O volném čase hovoří Hofbauer (2004: 13) ve shodě s Pávkovou (2002: 13) jako o čase, ve kterém člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, jako je dělba práce a činnosti související se zachováním života, jimiž je jídlo, spánek, hygiena, dále povinnosti spojené s provozem rodiny a domácnosti. V tomto čase, v němž nemá jedinec povinnosti, se může svobodně rozhodovat, které činnosti bude vykonávat, neboť mu přinášejí příjemné zážitky a pocit uspokojení.

U seniorů, a především u seniorů žijících v institucionálním bydlení, je vymezení volného času jako protikladu k času práce nepřesné. Vhodnější definici, jež nedělí čas na pracovní a volný, uvádí Vážanský (2001: 30): „*Volný čas je charakterizován jako disponibilní časový prostor, v němž by volný čas mohl pro jedince znamenat skutečnou svobodu. Je také dobou, v níž se individuum může nezávisle na jakýchkoli povinnostech výhradně svobodně realizovat a dělat to či ono, k čemu je nikdo nemutí a k čemu též není podvědomě nuceno.*“ Na nepřesné vymezení volného času, tedy na to, že výše uvedené definice nepůsobí univerzálně a nezahrnují všechny kategorie lidí poukazují též Janiš a Skopalová (2016: 17), kteří uvádějí novou definici volného času s důrazem na seniorský věk: „*Volný čas seniorů je takový čas, kdy jsou provozovány zájmové aktivity na základě fyzických, psychických, sociálních a zájmových aspektů jednotlivých osob, které jsou vykonávány mimo čas věnovaný péči o vlastní osobu, domácnost, rodinu a uspokojování základních potřeb jedince v seniorském věku. Jedná se o takové aktivity, které přinášejí radost, zábavu, spokojenost, potěšení a uspokojení.*“

Jako hlavní funkce volného času uvádí Hofbauer shodně s J. Dumazedierem (cit. dle Duffková, Urban, Dubský, 2008: 152) odpočinek, tedy regeneraci pracovních sil, zábavu jako regeneraci duševních sil a rozvoj osobnosti spojený se (sebe)vzděláváním a spoluúčastí na vytváření kultury. Tyto vzájemně se vyrovnávající funkce přisuzuje volnému času rovněž sociolog Alexandr Kamiński (Hofbauer, 2004: 14). Horst W. Opaschowski přikládá volnému času následující funkce:

- rekreace – zotavení a upevnění zdraví, uvolnění a nahromadění fyzických a psychických sil, zajištění spánku a odpočinku;

- kompenzace – odstraňování zklamání a frustrací, vyrovnání jednostranné zátěže, rozptýlení, povyražení, zábava, oprostění se od dodržování pravidel a norem, bezstarostnost;
- výchova a další vzdělávání – potřeba poznávání, učení se, touha dovídat se nové informace;
- kontemplace – potřeba klidu, rozjímání, zamýšlení se nad svým životem, hledání smyslu života a vlastní identity;
- komunikace – potřeba sociálního kontaktu, pocitu sounáležitosti, trávení času s přáteli, láska;
- participace – podílení se, účast na vývoji společnosti, spoluúčast na volnočasových aktivitách;
- integrace – vrůstání do společnosti, potřeba sounáležitosti, tradice, rituály;
- enkulturace – kulturní rozvoj, kreativní seberozvoj, uspokojení touhy po uplatnění se ve společnosti, tvořivost, umění, sport, technické a další činnosti (Hofbauer, 2004: 14–15; Janiš, Skopalová, 2016: 25).

Mnohé z výše uvedených funkcí volného času se shodují s potřebami seniorského věku popsány ve druhé kapitole této práce. Volnočasové aktivity přispívají k seniorově duševní a sociální pohodě a naplňování duchovních potřeb prostřednictvím času stráveném v kolektivu a potkávání se s novými lidmi. Trávení času v kolektivu napomáhá uspokojovat potřebu sounáležitosti a rovněž působí jako prevence sociální izolace. Prostřednictvím volnočasových aktivit se jedinec může cítit stále užitečný, o čemž vypovídá výzkum Tomečkové (2017: 42), v němž je potřeba uznání jedné z respondentek výzkumu naplňována skrze pomoc s dohledem nad probíhající rekonstrukcí v domě, jež obývá. Tentýž výzkum ukazuje, že prostřednictvím volnočasových aktivit může být naplňována též například potřeba porozumění. Saturaci této potřeby se respondentce výzkumu dostává ve chvíli, kdy si během návštěvy může popovídat s kamarádkou (Tomečková, 2017: 42–60).

### 3.2.1 Saturace potřeb seniorů při aktivizačních činnostech

V této podkapitole se budu věnovat vymezení aktivizačních činností v domově pro seniory dle legislativního rámce, představím dělení aktivit dle různých kritérií a uvedu benefity aktivizačních činností pro život rezidenta domova pro seniory. Při aktivizačních činnostech mohou být – jak jsem zjistila v mé bakalářské práci – naplňovány určité potřeby seniorů. Uvedu zde nejčastěji nabízené aktivizační činnosti a potřeby, které skrze ně mohou být saturovány.

Aktivizační činnosti zmiňuje vyhláška číslo 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách v § 15, jako jednu ze základních činností při poskytování sociálních služeb v domově pro seniory. Pod aktivizační činnosti spadají volnočasové a zájmové aktivity, pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s přirozeným sociálním prostředím a dále nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností.

Vrbová (2017: 15–16) ve své práci poukazuje na absenci možnosti naplňování potřeb klientů domova pro seniory ve výše uvedeném vymezení aktivizačních činností dle zákona. Autorka představuje rakouský model ABEDLs® – Aktivity a existenciální zkušenosti života, s nímž – na rozdíl od nás – pracují tamní domovy pro seniory. Tento model je postaven na potřebách a schopnostech klientů. Je rozpracován do třinácti kategorií, jimiž jsou:

- komunikace,
- pohyb,
- udržování životně důležitých funkcí,
- péče o sebe,
- jídlo a pití,
- vyměšování,
- oblékání,
- odpočinek a spánek,
- zaměstnanost,
- cítění a chování se jako muž nebo žena,
- zajištění bezpečného prostředí,
- zajištění sociálních oblastí života – kontaktů a vztahů,
- umění zvládat a zaobírat se existenčními otázkami a životními zkušenostmi (web: AEDL: Pflegekonzept).

Aktivizační činnosti v domově pro seniory by měly především napomáhat ke kvalitnímu životu klientů domova pro seniory. Nejde o pouhé vyplnění času poté, co byly zajištěny všechny prvky základní péče. Tyto činnosti by měly respektovat zájmy seniora a umožňovat mu pokračovat v tom, co je pro něj důležité. Výběr aktivit by měl být založen na naplňování přání a potřeb seniorů a co nejvíce připomínat jejich každodenní život v domácím prostředí (Holczerová, Dvořáčková, 2013: 7). Aktivita, dle vymezení Rheinwaldové (1999: 12), rovněž slouží jako prevence patologického stárnutí. Fyzická aktivita udržuje jedince co nejdéle pohybově aktivního a v tomto smyslu soběstačného. Duševní aktivita slouží jako stimul i těm klientům, u nichž se vyskytují depresivní stavy nebo jsou ohroženi sociální izolací. Aktivita motivuje jedince ke smysluplné činnosti a přispívá tak k jeho plnohodnotnému životu, zlepšuje či zabraňuje zhoršení jeho současnému stavu díky podpoře jeho silných stránek. Aktivitou se posilují, udržují a rozvíjejí funkce lidského těla i mysli.

Aktivizační činnosti v domově pro seniory je možné dělit dle různých kritérií. Vhodné dělení uvádí například Rheinwaldová (1999: 23), která je dělí podle typu vykonávané činnosti na:

- rukodělné a tvořivé,
- společenské programy, diskuze, hry, hudby, tanec,
- cvičení a sportovní aktivity,
- venkovní činnosti,
- vzdělávací aktivity
- a náboženské programy.

V kontextu zaměření této práce je vhodné uvést též dělení aktivit dle Kalvacha (2004: 441) vycházející z lidských potřeb. Autor dělí aktivity podle okruhu naplňovaných potřeb na:

- činnosti zabezpečující základní *biologické potřeby* – jídlo, spánek, hygiena, pohyb, intimita, stimulace smyslů;
- činnosti podporující *jistotu, bezpečí, autonomii, orientaci a kontinuitu* – vytváření domova, vymezení soukromého prostoru, duchovní život, reminiscence, orientace v realitě;
- činnosti podporující *identitu, důstojnost a osobní rozvoj* – společenská role, vzdělávání, studium, učení se novým činnostem, kontrola nad vlastním

životem, udržování kontinuity života, vyrovnávání se s nepříjemnými životními situacemi, zachování lidské důstojnosti také v těžké nemoci;

- činnosti *sociální povahy* – budování a posilování vztahů, začleňování se do společnosti, participace, sociální status, užitečnost pro druhé, milovat a být milován, chvíle strávené s rodinou nebo přáteli, účast na akcích, komunikace s ostatními;
- činnosti *seberealizační* – tvorba, umění, smysl života, vyrovnávání se s vlastním životem a jeho bilancování a oceňování.

Volnočasové činnosti mohou být vykonávány individuálně, párově či ve skupině. Výhodou individuálních aktivit, při nichž je přítomen pouze klient domova pro seniory a pracovník, je možnost poskytnutí jedinci pocitu soukromí a intimity. Při těchto činnostech může pracovník působit přesně tak, jak klient potřebuje. U individuální aktivity je větší šance pro zapojení se jedinců, kterým nevyhovují skupinové aktivizační činnosti (Kalvach, 2004: 441; Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013: 17). Suchá (2013: 17) popisuje jev, který by mohl během individuálních činností nastat. Tím jsou možné příliš vysoké nároky kladené na klienta ze strany pracovníka, jenž by nemusel správně odhadnout, které aktivity klient zvládne a které nikoliv. Tímto by poukázal na klientovy nedostatky, v důsledku čehož by klient mohl pociťovat frustraci a aktivita by přinesla opačné než pozitivní účinky. Aktivity vykonávané v páru, například společně s partnerem, rodinným příslušníkem či pečovatelem, napomáhají saturaci potřeby intimních mezilidských vztahů a potřebu komunikace s dalšími lidmi a sdílení. Společenské aktivity, aktivity ve velké heterogenní skupině, v komunitě, jako jsou například soutěže, hry, kulturní akce, společný zpěv, tanec, podporují prožívání společenství. Skupinové aktivity v cíleně vytvořených menších skupinách jsou určeny pro konkrétní činnost – například společné vaření, společná četba a podobně – nebo pro jedince, kteří se necítí dobře v příliš velkých skupinách. Účast v menší skupině znamená členství, přijetí. Senior cítí, že někam patří, a současně je zachována jeho identita a hodnota. Lze kontrolovat situaci a ovlivňovat dění ve skupině. Tato skupina pomáhá nacházet přátelství a vzájemnou podporu a porozumění, poskytuje pocit bezpečí a důvěry (Kalvach, 2004: 441).

Aktivizační činnosti musí být vždy realizovány s ohledem na osobnost klienta, jeho zdravotní stav, aktuální rozpoložení a potřeby a přání. Aktivity by měly probíhat v takovém prostředí, které bude jedinci příjemné a zároveň pro něj bude podpůrné ve smyslu materiálním, psychosociálním i duchovním. Také samotnou aktivitu musí člověk vnímat jako přínosnou a smysluplnou, to ho motivuje k účasti na ní. Podpora seniora při aktivitě souvisí s nalézáním toho, co mu dělá radost, vyvolává v něm příjemné pocity, naplňuje jeho každodenní život (Kalvach a kol., 2004: 437–438).

Domovy pro seniory nabízejí různorodé volnočasové vyžití. Činnosti, jež zahrnuje aktivizace klientů, bývají často nazývány terapiemi – například arteterapie, muzikoterapie a podobně. Ovšem slovo „terapie“ evokuje spíše léčebný proces, který zde ale není cílem činnosti. V tomto případě jde spíše než o léčbu o aktivity napomáhající ke zkvalitňování života klientů (Blažková, 2022: 14). Vhodnějším označením by bylo slovo „činnost“ nebo „aktivita“, které využívá například Kalvach (2004). Budu-li vycházet z praxe v zařízení, ve kterém jsem rovněž prováděla výzkum k této práci, uvedu jako nejčastěji nabízené následující aktivizační činnosti:

- tvořivé činnosti,
- hudební aktivity,
- aktivity se zvířaty,



- činnosti pracovního zaměření,
- pohybové aktivity a cvičení,
- trénování paměti,
- společenské a stolní hry,
- reminiscence,
- smyslová aktivizace,
- virtuální realita.

### **Tvořivé činnosti**

Při tvořivých či výtvarných činnostech bývají využívány různé techniky, prostředky i materiály. Tyto činnosti slouží k procvičování jemné motoriky a krátkodobé paměti u seniorů a rovněž také jako prostředek k sebevyjádření a seberealizaci, neboť každý účastník má možnost ztvárnit dílo podle svých představ (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013: 131). Nejen výsledek, ale již samotný proces tvorby je podstatný pro uvolnění se, sebeprožívání a sebevnímání (Holczerová, Dvořáčková, 2013: 51). Suchá (2013: 131) poukazuje na důležitost praktického využití výrobku jako prvku v motivaci k účasti seniora na tvořivých aktivitách. Výrobek může sloužit k dekorativním účelům či k obdarování někoho blízkého, což může pomoci v naplňování *potřeby lásky a potřeby smyslu a kontinuity životního příběhu*, jelikož senior se díky tomu stále cítí užitečným a potřebným (Blažková, 2022: 15).

Výtvarné aktivity jsou nejčastěji uskutečňované skupinovou formou, což přispívá k naplňování sociálních cílů, o nichž píše Holczerová (2013: 51–52) a jimiž se rozumí vnímání a přijetí druhých lidí, vytváření uznání jejich hodnoty, jejich ocenění, navázání kontaktů, zapojení do skupiny a kooperace, komunikace, společné řešení problémů, sdílení podobných zážitků, pochopení vztahů, vytváření sociální podpory a reflexe vlastního fungování v rámci skupiny. Při společném sdílení nejen zážitků z tvorby je uspokojována seniorova *potřeba souměřitosti* a kontaktu s okolím (Blažková, 2022: 14).

### **Hudební aktivity**

Při hudebních aktivitách jsou využívány prvky hudby ovlivňující fyziologické procesy, kognitivní funkce, sociální integraci (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013: 115–118). V průběhu aktivizace pomocí hudby nemusí být využívána jen hudba, ale též jiné zvuky, například zvuky přírody, jež pomáhají ke zklidnění, navození vnitřního klidu, zmírnění fyzických problémů či rozvinutí optimismu (Malíková, 2020: 246–247). Tyto zvuky nemusí být ve středu pozornosti, mohou sloužit jen jako zvuková kulisa pro zpříjemnění atmosféry (Blažková, 2022: 15).

V domově pro seniory, který jsem navštívila, bývají hudební aktivity realizovány prostřednictvím koncertů místních kapel, harmonikáře či pěveckých vystoupení dětí ze základní umělecké školy. Tyto aktivity jsou také součástí běžné aktivizace, kdy se klienti sejdou ve společenské místnosti a společně zpívají a poslouchají nejčastěji hudbu, již znají z dřívějších dob. Tímto způsobem může být při hudebních aktivitách saturována *potřeba zachování kontinuity života* jedince (Blažková, 2022: 15). Tuto myšlenku potvrzuje výzkum Karešové (2020: 36), který rovněž objevuje další potřebu, jež může být při hudebních aktivitách naplňována. Jedná se

o *potřebu sounáležitosti* s dalšími lidmi, což vyplývá z výpovědi jedné respondentek, která uvádí, že se ráda setkává s lidmi ve skupině, kde zpívají známé lidové písně.

### **Aktivity se zvířaty**

Během tohoto druhu aktivit je rezidentům domova pro seniory zprostředkováván kontakt se zvířaty. Kontakt se zvířaty může být realizován rezidenční formou – zvíře je chováno v zařízení či docházkovými programy, při nichž docházejí zvířata do zařízení. Nejčastěji se jedná o psy, králíky, kočky či koně. Aktivity se zvířaty přinášejí benefity v podobě stimulace smyslů při hlazení, procvičování motoriky, zklidnění, vytržení z izolace, pozitivní ovlivnění úzkosti a depresivních stavů (Suchá, Jindrová a Hátlová 2013: 129). Suchá, Jindrová a Hátlová (2013: 129) považují zvíře za dobrý prostředek k naplňování *potřeby společenského kontaktu a komunikace*, neboť zvíře může být dobrým tématem k zahájení hovoru.

Podílí-li se senior na péči o zvířata, může se stále cítit užitečný a je uspokojována jeho *potřeba seberealizace*, protože dokazuje, že zvládá nejen sebepéči, ale též péči o zvíře (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013: 128; Pauch, 2010: 40). Pauch (2010: 26) uvádí další potřebu, která může být prostřednictvím kontaktu se zvířetem naplňována. Jedná se o *potřebu kontinuity životního příběhu* jedince, která se objevuje ve chvíli, kdy senior při kontaktu s živým tvorem vzpomíná na dřívější dobu, kdy choval zvířata ve svém domově. Výčet naplňovaných potřeb může být rozšířen také o *potřebu dávat a zakoušet lásku*. Zvířata projevují vděk za péči a strávený čas a tento vděk člověku opětují (Blažková, 2022: 16).

### **Činnosti pracovního zaměření**

Jedná se o činnosti, jejichž cílem je podpora dosahování maximální soběstačnosti a nezávislosti v přirozeném prostředí. Prostřednictvím vhodně zvolené činnosti odpovídající způsobilostem a zájmům konkrétního seniora může být zvyšována kvalita jeho života (Holczerová, Dvořáčková, 2013: 36).

Do této kategorie činností lze zařadit různé aktivity, ať už se jedná o každodenní sebeobslužné činnosti či společenské aktivity organizované v domově pro seniory. V zařízení, které jsem navštívila, je jednou z klienty oblíbených aktivit společné vaření či pečení vánočního cukroví. Tyto aktivity jsou přínosné nejen po zdravotní stránce, kdy dochází k procvičování jemné motoriky a paměti, ale rovněž po stránce naplňování potřeb. Při společenském kontaktu je naplňována *potřeba sounáležitosti* a při vzpomínání na dřívější oblíbené recepty také *potřeba kontinuity životního příběhu*, čehož jsem dokonce byla svědkem ve chvíli, kdy si jedna z aktivizačních pracovník vyžádala klientčin recept na koláč. Tuto potřebu a současně s ní *potřebu smyslu života* je možné naplňovat aktivitami, které byly pro člověka důležité dříve nebo které se pojí s jeho minulou profesí a lze je provozovat i v domově pro seniory. Může se jednat o výše zmíněné vaření či například práci na zahradě (Fojtů, 2017: 37; Blažková, 2022: 16–17). Oblíbenou aktivitou mezi seniorkami, jež by se dala zařadit pod činnosti pracovního, ale také výtvarného charakteru, jsou ruční práce, jako je vyšívání, pletení či háčkování. Během těchto aktivit dochází k naplňování *potřeby seberealizace*. Tato potřeba a současně s ní také *potřeba uznání* a *potřeba užitečnosti* může být rovněž uspokojována při zdobenění osobních i společných prostorů domova pro seniory vlastními výtvary (Blažková, 2022: 16–17).

## Pohybové aktivity a cvičení

Vhodný způsob cvičení má kladný vliv jak na fyzickou i psychickou stránku jedince. Po fyzické stránce zlepšuje imunitu a odolnost organismu, zkracuje dobu potřebnou k rekonvalescenci po různých onemocněních, zlepšuje stav cév, kapacitu plic a střevní peristaltiku a napomáhá k udržování autonomie. Po psychické stránce ovlivňuje sebehodnocení jedince, zlepšuje výkonnost kognitivních funkcí, uvědomění vlastního těla ve vztahu k prostředí, zlepšuje kvalitu spánku, uvolňuje od stresu a zlepšuje koncentraci (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013: 53–54).

Pohybové aktivity též napomáhají uspokojování potřeb seniorů, a to především probíhají-li párově či skupinově. Georgi, Höschl a Vidovičová (2014: 181) považují sociální kontakt a pocit sounáležitosti s ostatními členy skupiny za nejčastější motivační faktor účasti na pohybových aktivitách. Holczerová a Dvořáčková (2013: 50) ve shodě s Kalvachem (2004: 444) uvádějí jako jednu z pohybových činností vedoucích k naplňování potřeb tanec. Tanec nejčastěji probíhá v páru s jiným klientem či zaměstnancem domova pro seniory a saturuje tak *potřebu pobytu ve společnosti a sounáležitosti*. Tanec se rovněž pojí s elegancí a sebedůvěrou a prostřednictvím sociální integrace a vnímání tělesných dotyků naplňuje *potřebu vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty*. Tanec na oblíbený hudební žánr stimuluje vzpomínky na dřívější dobu, na mládí, první lásku, první kroky k samostatnosti, což vede k uspokojování *potřeby kontinuity životního příběhu*.

## Trénování paměti

Trénování paměti slouží k zachování či zlepšování kognitivních funkcí seniorů. K trénování paměti je možné využít téměř jakéhokoli podnětu. Paměť lze trénovat během konkrétních denních úkonů či během řízených aktivit (Holczerová, Dvořáčková, 2013: 62–63). Řízená lekce tréninku paměti zahrnuje různé druhy cvičení. Na začátek by měla být zařazena aktivita, která seniorům umožní zahřát se – tělesně i duševně. Následně se zvyšuje složitost úkonů zaměřujících se na různé kognitivní funkce. V průběhu lekce je vhodné využívat více druhů pomůcek a materiálů a také zařazovat pohybová cvičení. Na závěr cvičení by měla být připravena aktivita, která seniorům dodá elán a radost do další životní etapy (Preiss, Křivohlavý: 2009: 75–76).

Preiss a Křivohlavý (2009: 75–77) uvádějí důležité body pro organizaci lekce cvičení paměti. Poukazují na to, že pracovník by měl brát ohled na kognitivní schopnosti účastníků, a to jak v obtížnosti jednotlivých cvičení, tak v délce trvání lekce. Každý účastník by měl mít dostatek času na rozmyšlení a dokončení aktivity a činnost by mu díky uvolněné atmosféře měla přinášet potěšení, nikoliv pocit, že jde o soutěž. Zároveň je podstatné, aby senior viděl v aktivitě smysl. Proto je dobré propojovat cvičení s běžným životem, například volit témata v souvislosti s aktuálními událostmi či zájmy účastníků.

Během návštěvy konkrétního domova pro seniory jsem měla možnost pozorovat cvičení paměti formou kvízu. Klientům byla přečtena otázka a nabídnuty možnosti odpovědi. Klienti pak společně tipovali správnou odpověď a častokrát se na dané téma začali bavit. Důvod, proč uvádím tuto zkušenost z praxe je ukázka potřeb, které mohou být i při trénování paměti naplňovány. V tomto případě šlo o *potřebu sounáležitosti* se skupinou. Sociální kontakt je jedním z motivačních faktorů účasti na této aktivitě. Prostřednictvím zmiňovaného „bavení se na dané téma“ může být uspokojována seniorova *potřeba kontinuity života*, což potvrzuje rovněž výzkum Taškové (2008: 48).

## Společenské a stolní hry

Jak již název napovídá, při společenských hrách jde o udržování sociálního kontaktu a zlepšování komunikace a spolupráce ve skupině, prostřednictvím čehož může být naplňována seniorova *potřeba soudělosti, potřeba někam patřit*. Přínosem těchto her je také možnost mezigeneračního propojení při hraní her s vnoučaty či pravnoučaty (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013: 83).

Stolní hry slouží, dle své povahy, k procvičování pravé i levé mozkové hemisféry. Levou mozkovou hemisféru procvičí logické hry, jako například šachy, pravou mozkovou hemisféru hry kreativní povahy (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013: 83). Jiné typy her, například kvízy na určité téma, mohou rovněž sloužit k trénování dlouhodobé paměti a zároveň mohou být reminiscenčního charakteru, což napomáhá saturaci *potřeby kontinuity životního příběhu jedince*.

## Individuální a skupinová reminiscence

Reminiscence je v knize Janečkové (2010: 21) definována jako „... *vybavování událostí ze života člověka, které se uskutečňuje buď o samotě, nebo spolu s jinou osobou či skupinou lidí*.“

Individuální reminiscence v domově pro seniory probíhá za přítomnosti klienta a pracovníka. Může k ní docházet přirozeně v průběhu běžného rozhovoru či při řízených aktivitách, jako je například cílený rozhovor nad fotografiemi, oblíbenou knihou, starými filmy, dobovými předměty, recepty a podobně. Při individuální reminiscenci se senior svěřuje pracovníkovi s důvěrnými informacemi, otevírá se mu v různých oblastech života, proto je ze strany personálu důležitá empatie, pozornost a podpora (Janečková, Vacková, 2010: 61–62; 75). Kalvach (2004: 451) popisuje prohlubující se vztah seniora a pracovníka, při němž nastává naplňování *potřeby citové jistoty a bezpečí*. Prostřednictvím vzpomínek dochází k lepšímu poznávání a z objektu pečování se tak stává skutečný člověk s vlastní historií, životními úspěchy i neúspěchy, který si zaslouží úctu, zájem, soucit a lásku.

Skupinová reminiscence probíhá v otevřených a integrovaných skupinách přístupných všem, kteří mají zájem se zúčastnit či v tematicky vytvořených skupinách vzniklých například dle společných zájmů účastníků, jejich původu, bývalé profese, věku a podobně. Reminiscenční skupiny ale vznikají též spontánně, bez podpory pracovníků, jako skupiny přátel, kteří se chtějí potkávat (Janečková, Vacková, 2010: 60; 62–63). Skupinová reminiscence může mít různou podobu – povídání, výtvarné činnosti, zpěv starých známých písní, společné oslavy, vaření dle oblíbených receptů... (Janečková, Vacková, 2010: 76). Janečková (2010: 80) považuje za cíle vzpomínání v reminiscenčních skupinách v domově pro seniory společné trávení času při setkání, vzájemné poznávání se, společné sdílení zkušeností, prožitků a vzpomínek, zlepšení nálady, pobavení se, odpočinek, zlepšení mezilidské komunikace a spolupráce, podporu sebevědomí, příležitost k rekapitulaci života. To potvrzují respondenti jejího výzkumu, kteří uvádějí jako přínos skupinové reminiscence kontakt s novými lidmi, přátelské povídání nad zajímavými tématy, posezení u kávy a vzpomínání na staré časy (Janečková, 2010: 33–34).

Reminiscence pomáhá starším lidem přizpůsobit se nové životní zkušenosti spojené se ztrátou společenské role, pocitem životní prázdnoty, hledání smyslu své osobní existence. Vzpomínání může ovlivnit začlenění jedince do společnosti, je

spojeno s předáváním zkušeností a životní moudrosti a přispívá k překonávání samoty a závislosti na pomoci druhých. Vzpomínky nabízejí nové vidění současné reality, posilují lidskou důstojnost a skrze myšlenku, že život jedince měl cenu a byl plný událostí, které jsou důležité a mohou být sděleny druhým zprostředkovávají *vědomí kontinuity života člověka* (Janečková, Vacková, 2010: 18).

### **Smyslová aktivizace**

Z výčtu cílů smyslové aktivizace dle Wehner a Schwinghammer (2013: 12–14) lze usoudit, že smyslová aktivizace ovlivňuje všechny stránky osobnosti a napomáhá tak zvyšování kvality života seniora. U smyslové aktivizace je stejně jako u reminiscenčních aktivit klíčový důvěrný vztah klienta domova pro seniory a aktivizačního pracovníka. Tomuto vztahu se budu podrobněji věnovat v následující kapitole. Poté co dojde k navázání důvěrnějšího kontaktu, následuje další interakce například za použití fotografie či jiného, klidně i živého, známého předmětu. Senior tento předmět vnímá, připomíná si vůně, barvy, situace či zvuky s tímto předmětem spojené. V reakci na tento podnět mohou přijít myšlenky a vzpomínky, které může senior s pracovníkem sdílet (Vojtová, 2018: 138–139).

Potřeba, která je skrze smyslovou aktivizaci bezprostředně naplňována, je *potřeba sociálního kontaktu, potřeba blízkosti a potřeba citové jistoty, bezpečí a důvěry v okolní svět* (Blažková, 2022: 18–19). Skrze předměty, které senior „ještě poznává“, může být saturována *potřeba sebeúcty* (Vojtová, 2018: 138). Vzpomínky na dřívější dobu, radostné chvíle a životní úspěchy potvrzují seniorovu *hodnotu a důstojnost* a rovněž poukazují na *smysluplnost života* jedince. Tyto životní zkušenosti může starší člověk předávat mladší generaci, čímž se podílí na pokračování něčího života, je někomu užitečný a potřebný, což souvisí s uspokojováním *potřeby životního cíle a otevřené budoucnosti* a též se *zachováním kontinuity životního příběhu* (Blažková, 2022: 21–22).

### **Virtuální realita**

Alternativou tradičních aktivizačních činností může být virtuální realita. Tato nová technologie umožňuje seniorovi virtuálně cestovat, procházet se po lese, navštěvovat města, pamětihodnosti či místa z jeho minulosti.

Výzkum Suchomelové, Diallo a Vavrečky (Sociální práce, 2021(6), 5-18) ukazuje přínos virtuálních zážitků v naplňování potřeb rezidentů domova pro seniory. Jedná se například o *potřebu smyslu a kontinuity životního příběhu*, k jejímuž uspokojování může docházet skrze místo, které senior během virtuálního cestování navštíví. Často jde o místo spojené s dětstvím či produktivním životem, s rodinou, s trávením volného času, dále místo spojené s konkrétním zájmem nebo profesí či místo, které nebylo možné navštívit. Tato aktivita může fungovat též reminiscenčně ve chvíli, kdy senior porovnává navštívená místa se svými vzpomínkami. Další potřeba, jež může být saturována prostřednictvím virtuální reality, je *potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty*. Naplňování této potřeby přispívá už jen samotná možnost volby zážitku či prostředí, ve kterém se bude senior pohybovat. Z důvodu pocitu bezpečí a zachování důstojnosti seniora je podstatné, aby zvolené místo bylo seniorovi známé a aby jeho ztvárnění bylo realistické, bez imaginárních prvků. *Potřeba být součástí komunity a potřeba kontaktu s lidmi* může rovněž být saturována skrze virtuální realitu. Senior se může dostat na místo plné lidí, kteří mávají a usmívají se a mít pocit, že je

mezi nimi a cítit tak jejich blízkost. Potřeba být v kontaktu může být naplněna i prostřednictvím interakce seniora a aktivizačního pracovníka, jenž ho během virtuálního cestování doprovází a dopomáhá mu s technickými záležitostmi. K důležitým psycho-spirituálním potřebám ve stáří patří i *potřeba přesahu každodenních situací*, potřeba „povznést se“, jež je umocňována životem v institucionálních podmínkách a rostoucí závislostí na pomoci druhých. Prostřednictvím virtuální reality se může senior ponořit do krásy a na chvíli uniknout z reality.

Správný způsob využití virtuální reality má vliv nejen na naplňování potřeb, ale také například na snížení depresivních stavů u seniorů či na procvičování kognitivních a psychomotorických funkcí. Pocit volného pohybu ve virtuální realitě může kompenzovat seniorovu omezenou mobilitu v běžném životě (Suchomelová, Diallo, Vavrečka, 2021: 5–18).

### **3.2.2 Role aktivizačního pracovníka v naplňování potřeb seniorů**

V následujících odstavcích se budu věnovat popisu osoby, jež je zodpovědná za průběh výše uvedených aktivizačních činností, tedy aktivizačnímu pracovníkovi v domově pro seniory. Nejprve se pokusím definovat, kdo je aktivizační pracovník. Zaměřím se na vzdělání potřebné pro výkon této profese a dále na požadavky na osobnost aktivizačního pracovníka. Budu se věnovat náplni práce aktivizačního pracovníka s důrazem na vztah ke klientovi a naplňování jeho potřeb.

Termín „aktivizační pracovník“ není vymezen zákonem, a tak je obtížné toto povolání přesně definovat. Použiji tedy definici, již z části považuji za vhodnou, kterou ve své práci uvádí Nekardová (2015: 19): „*Aktivizační pracovník v sociálních službách je definován v Katalogu národní soustavy jako pracovník, který vykonává základní výchovnou činnost, rozvíjí manuální zručnost, vyhledává, organizuje a provádí volnočasové aktivity u osob se sníženou soběstačností z důvodu věku, chronického duševního onemocnění nebo zdravotního postižení, [...], jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby v zařízeních sociálních služeb*“. Důvod, proč tuto definici považuji za vhodnou jen z části je, že uvedená definice se zaměřuje především na naplňování volného času, ale nezmiňuje osobní vztah pracovníka a klienta domova pro seniory, jenž je z mého pohledu důležitou součástí výkonu této profese a hraje podstatnou roli v naplňování potřeb skrze aktivizační činnosti. Aktivizační pracovník není jen někdo, kdo zajišťuje klientům domova pro seniory volnočasové aktivity. Aktivizační pracovník je přítomen už od chvíle adaptačního procesu nově příchozího seniora a stejně jako ostatní personál domova pro seniory se o konkrétním člověku snaží zjistit co nejvíce informací. Samozřejmě klienta informuje o spektru činností a aktivit, které se v zařízení konají, ale také zjišťuje zájmy tohoto konkrétního člověka, aby mohl aktivity přizpůsobit a podpořit tak klientovo zapojení se při těchto činnostech a ulehčit tak jeho adaptační proces (Malíková, 2020: 77).

#### **Profesní a osobnostní předpoklady aktivizačního pracovníka**

Vzhledem k obtížné definici povolání aktivizačního pracovníka je též obtížné definovat profesní požadavky pro výkon této profese. Například v domově pro seniory, v němž jsem prováděla výzkumnou část práce, zastávala roli aktivizační pracovníce žena, jež

dříve v tomto zařízení vykonávala povolání pracovnice v sociálních službách. Pro výkon povolání pracovníka v sociálních službách je dle Zákona o sociálních službách nutné mít základní vzdělání nebo střední vzdělání s výučním listem či maturitní zkouškou nebo vyšší odborné vzdělání a absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu. Aktivizačním pracovníkem může být rovněž sociální pracovník. Pro výkon profese sociálního pracovníka je nutné vyšší odborné vzdělání získané absolvováním vzdělávacího programu akreditovaného podle zvláštního právního předpisu v oborech vzdělání zaměřených na sociální práci a sociální pedagogiku, sociální pedagogiku, sociální a humanitární práci, sociální práci, sociálně právní činnost, charitní a sociální činnost nebo vysokoškolské vzdělání získané studiem v bakalářském, magisterském nebo doktorském studijním programu zaměřeném na sociální práci, sociální politiku, sociální pedagogiku, sociální péči, sociální patologii, právo nebo speciální pedagogiku (108/2006 Sb. Zákon o sociálních službách). Aktivizačním pracovníkem se může stát také pedagog volného času, jímž je osoba, která dle Zákona o pedagogických pracovnících získala odbornou kvalifikaci vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném studijním programu v oblasti pedagogických věd; vyšším odborným vzděláním získaným ukončením akreditovaného vzdělávacího programu vyšší odborné školy v oboru vzdělání s pedagogickým zaměřením; středním vzděláním s maturitní zkouškou získaným ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání v oboru vzdělání s pedagogickým zaměřením, nebo alespoň středním vzděláním s maturitní zkouškou a studiem pedagogiky podle § 22 odst. 1, nebo získáním profesní kvalifikace pro činnost samostatného vedoucího volnočasových aktivit dětí podle zákona o uznávání výsledků dalšího vzdělávání.

Kromě požadavku na vzdělání pro výkon profese aktivizačního pracovníka jsou zde též osobnostní dispozice, jež by měl takový pracovník mít. Matoušek (2003: 52–53) popisuje obecné předpoklady a dovednosti osoby pracující v pomáhající profesi:

- Zdatnost a inteligence – jedinec by měl udržovat fyzickou kondici, neboť pomáhat druhým je těžká a vysilující práce. Dále by měl mít zájem o další vzdělávání se v oboru. Rovněž se pro práci s lidmi předpokládá emoční a sociální inteligence.
- Přitažlivost – pracovník by měl být pro klienty přitažlivý nejen fyzicky tím, zda se vhodně obléká a zda je upravený, ale též pro své jednání s nimi a hledání věcí, jež mají společné.
- Důvěryhodnost, která se skládá z toho, jak klient vnímá pracovníkův smysl pro čestnost, jeho sociální roli, otevřenost, srdečnost a nízkou motivaci pro osobní prospěch. Složkami, jež přispívají k důvěryhodnosti pracovníka, jsou diskretnost, tedy to, že klient může pracovníkovi důvěřovat v tom, že svěřenou informaci nikomu nevyzradí; spolehlivost, tedy že klient může věřit tomu, co mu pracovník říká, dále porozumění – pracovník se bude snažit klienta pochopit, a v neposlední řadě využívání moci, tedy zájem ze strany pracovníka ve chvíli, kdy mu klient něco vypráví.
- Komunikační dovednosti jsou klíčovým prostředkem k navázání vztahu s klientem. Pod tyto dovednosti spadá fyzická přítomnost, neboť pracovník klientovi často pomáhá už jen tím, že se s ním fyzicky i psychologicky setkává. Dalším bodem je aktivní naslouchání, vnímání klienta se schopností přijímat a rozumět klientem vysílaným signálům. Složkou komunikačních dovedností je rovněž empatie, tedy vcítění se do uvažování a pocitů klienta, pochopení a analýza klientových prožitků, tedy schopnost nalézt a popsat klientovy zážitky, chování a pocity, což vede ke konstruktivnímu zpracování jeho problémů.

Pracovník by měl samozřejmě zvolit takový způsob komunikace, který bude brát v potaz fyzické změny vyskytující se u starších lidí, zejména poruchy smyslových funkcí – sluchu a zraku, dále změny duševní, jako je střídání nálad, změny poznávacích schopností (Pokorná, 2010: 54).

Popelková (2023: 35) doplňuje osobnostní předpoklady aktivizačního pracovníka o angažovanost, tedy motivaci pro práci se seniory a schopnost poskytnutí pomoci, dále o odpovědnost pracovníka za svá rozhodnutí a také vyrovnanost, neboť pracovník musí být citově stabilní, aby mohl být oporou pro druhé. Pro práci s lidmi je též nutné umět jednat asertivně bez přítomnosti agrese, být vyrovnaný, trpělivý, odolný vůči stresovým situacím, umět řešit problémy klidně, ale pohotově. Mírka (2018: 23) dodává, že výhodou pro výkon profese aktivizačního pracovníka je, když má jedinec kromě dostatečných znalostí také nějaké „dovednosti navíc“ v oblastech, v nichž jsou aktivizační činnosti uskutečňovány, tedy například ovládá hru na hudební nástroj či různé výtvarné techniky, má kladný vztah k péči o květiny...

Úlohou aktivizačního pracovníka je sestavení vhodného programu aktivit a jeho následná realizace s klienty. Tyto aktivity by měly co nejvíce připomínat život v domácím prostředí a měly by brát ohled na klientův věk, zájmy, schopnosti a potřeby. Aktivizační pracovník by se měl orientovat v široké škále různých aktivit, technik a programů povzbuzujících kreativitu a vyvolávajících chuť být aktivní. Měl by znát vlastnosti jednotlivých činností, aby bylo možné vhodným způsobem propojit činnost s potřebou klienta (Kalvach, 2004: 439). K poznávání různých technik aktivizace může pracovník využít možnosti dalšího vzdělávání se v oboru například skrze kurzy, o nichž ve své práci mluví Lukesch (2023: 51–52). Jako první možnost uvádí autor kurzy v oblasti smyslové aktivizace dle konceptu Hany Vojtové. Kurzy jsou realizovány v následujících na sebe navazujících úrovních:

1. Aktivizační praktikant konceptu smyslové aktivizace: absolvent je kompetentní plánovat, organizovat a odborně realizovat individuální smyslovou aktivizaci seniora na základě jeho individuálních potřeb, vést malé aktivizační skupiny, propojit péči s aktivizací a realizovat ji v souladu s principy konceptu smyslové aktivizace.
2. Aktivizační praktik konceptu smyslové aktivizace: absolvent je kompetentní plánovat, organizovat a odborně realizovat rozšířenou individuální a skupinovou smyslovou aktivizaci. Cílenou péčí a aktivizací uspokojuje individuální potřeby seniora a cíleně propojuje jednotlivé složky v celek v souladu s konceptem.
3. Aktivizační trenér konceptu smyslové aktivizace: absolvent je kompetentní k odbornému vedení jednotlivých aktivizačních pracovníků vyškolených v konceptu. Udržuje proces konceptu smyslové aktivizace a zároveň vytváří aktivizační plány v souladu s chodem zařízení a potřebami uživatelů.

Následující oblastí, v níž se může aktivizační pracovník vzdělávat, je trénování paměti, které bývá v domovech pro seniory řazeno pod aktivizační činnosti. Vzdělávací kurzy v tomto odvětví pořádá například Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging. Absolvováním tohoto kurzu se z jedince stává certifikovaný trenér paměti, což je ovšem podmíněno dalším vzděláváním se v oboru.

### **Aktivizační pracovník ve vztahu ke klientovi**

Pro sestavení přínosného programu je podstatné, aby pracovník kromě druhů činností znal a uvědomoval si individualitu klienta. Každý klient je jiný, a tudíž každému



klientovi vyhovuje jiný druh aktivity. Jiné typy aktivit bude preferovat extrovertní jedinec a jiné introvert. Jiný typ aktivity se hodí pro racionálního, jiný typ pro spíše citově založeného člověka. Jiný typ činnosti bude vhodný pro aktivního, jiný typ pro pasivního klienta (Kalvach, 2004: 440). Je tedy podstatné jedince co nejlépe poznat, neboť špatně vedené nebo nevhodné programování aktivit je v lepším případě neúčinné a v nejhorším případě může dokonce ublížit například tím, že zasáhne klientovo sebevědomí (Zgola, 2003: 148). Poznávání klienta začíná již během výše uvedeného individuálního plánování. Aktivizační pracovník je, zrovna tak jako ostatní pracovníci, obeznámen s osobními záznamy klienta a ví o něm všechny podstatné informace, na základě nichž je schopen zvolit aktivitu vhodnou pro konkrétního klienta, je schopen určit, zda se bude klient cítit lépe ve větší skupině lidí či spíše sám a podobně.

Aktivizační pracovník rovněž zodpovídá za výběr prostředí vhodného k realizaci aktivizace. Zázemí, v němž probíhají aktivizační činnosti, má vliv na naplňování potřeb seniorů. Z vlastního pozorování vím, že je důležité, aby měl klient při aktivizaci „své místo“. A to jak místo myšlené fyzicky – v podobě vhodně umístěné židle či prostoru pro invalidní vozík, tak místo v souvislosti se sounáležitostí se skupinou. Je důležité, aby klient věděl, že i v případě jeho neúčasti na aktivizaci bude mít příště, až se bude chtít zúčastnit, své místo (Blažková, 2022: 27). Samotná místnost určená k aktivizaci by měla být optimálně podnětná, prostorná a přístupná i lidem vlastním kompenzačním pomůckami. Měla by nabízet dostatek světla a vhodné teplotní podmínky. Aktivizační pracovník by měl dbát na vhodné rozestavení židlí v místnosti. Jedna z aktivizačních pracovníček navštíveného domova pro seniory v rozhovoru uvádí: „*Na tý aktivizaci musíš být trošku psycholog, abys zjistila, koho můžeš a nemůžeš třeba posadit vedle sebe*“, čímž poukazuje na to, že je důležité při aktivizaci brát v potaz klientovu schopnost vycházet s ostatními. Je přirozené, že s některými lidmi si rozumíme více a s některými méně, úlohou pracovníka aktivizace je tyto vztahy mapovat a zabránit tak nepříjemným situacím (Blažková, 2022: 28). K prostředí se váže potřeba bezpečí. Opět uvedu myšlenku jedné z aktivizačních pracovníček konkrétního zařízení v souvislosti s rostlinami v zimní zahradě, v níž probíhá aktivizace: „*... jak máme na zimní zahradě ty kytky, tak nám je chtěly uklízečky dát pryč, že tam překáží, nejradši by byly, aby to bylo sterilní prostředí. Ale to by se tam klienti nemuseli ani cítit dobře, to by se cítili jako v nemocnici...*“ (Blažková, 2022: 27).

V části 3.2 této kapitoly jsem při definování volného času seniorů uvedla, že ve volném čase vykonává člověk činnosti, k nimž není nikým nucen. Aktivizační činnosti v domově pro seniory by též měly fungovat na dobrovolné bázi. Rozhodne-li se klient se aktivitu nezúčastnit, neměl by být pracovníkem aktivizace nucen k účasti. Toto pokládá za podstatné nejen Kalvach (2004: 439), který mluví o dobrovolnosti jako o jednom z bodů motivace k aktivitě, ale též dle mého zjištění i aktivizační pracovníce vybraného domova pro seniory, která dodává: „*... když ten člověk nechce z té postele, tak proč ho nutíme? Tak prostě leží celý den, no a co, je dospělej a kdyby byl doma, tak by byl taky v posteli, kdy by chtěl.*“ (Blažková, 2022: 25). Aby měla aktivita přínos, který má mít, musí se jedinec chtít zúčastnit sám od sebe. Úkolem aktivizačního pracovníka je klientovi o aktivitě podat informace, pozvat ho na ni, ale rozhodnutí o účasti či neúčasti už závisí na klientovi samotném. Jedinec má možnost odmítnout aktivitu nebo se při ní aktivně zapojit či jen pozorovat (Rheinwaldová, 1999: 34). Možnost účasti či neúčasti na aktivitě je jednou z mála věcí, o které může jedinec v institucionální péči rozhodovat, a proto je důležité, aby tuto možnost měl. Tato možnost svobodné volby napomáhá saturaci potřeby vlastní důstojnosti a hodnoty (Kalvach, 2004: 27).

Starší člověk se, jak už bylo v této práci řečeno, hůře přizpůsobuje věcem, které jsou mu cizí a nerad experimentuje, a to i při aktivizačních činnostech. Jedinec může mít leckdy pocit, že bude zesměšněn při aktivitě, kterou příliš neovládá, může čelit strachu ze ztrapnění se před ostatními, což může být jedním z důvodů k neúčasti na aktivizaci. Aktivizační pracovník by se měl snažit pochopit a porozumět negativním pocitům klienta a motivovat ho svým přístupem. Důležitou roli zde hraje lidský vztah. Aktivizační pracovník by měl ukázat, že ani on není dokonalý, má své chyby, a ne vše umí, ale dokáže si také sám ze sebe udělat legraci. Tímto způsobem se uvolní atmosféra a klient se v průběhu aktivizace bude cítit lépe (Rheinwaldová, 1999: 34). Aktivizační pracovník při činnostech podporuje sebevědomí klienta volbou vhodných činností dle jeho schopností. V případě potřeby mu se zvládnutí činnosti pomůže, ale zároveň je pro udržování klientovy autonomie a pocitu sebehodnoty podstatné, aby danou činnost alespoň vyzkoušel (Blažková, 2022: 26; Rheinwaldová, 1999: 21). V souvislosti s dopomocí při zvládnutí činnosti a uspokojování potřeb skrze tuto činnost poukazuje Hořáková (2018: 38) na důležitost zhodnocení možností konkrétního člověka. Uvádí pět kategorií schopnosti zvládat uspokojování potřeb. Do první kategorie spadají jedinci, kteří jsou samostatně schopni uspokojovat své potřeby, míra dopomoci je minimální, je důležité prokázat přítomnost, naslouchat a pomoci ve chvíli, kdy si to přeje sám senior. Do druhé kategorie patří senioři neschopní naplňovat své fyziologické potřeby, ale ostatní vyšší potřeby ano. Pomáhající pracovník se v tuto chvíli ocitá ve složité situaci, neboť musí respektovat přání seniora, ale současně dodržovat míru toho, co je za druhého vykonáno, jinak hrozí nebezpečí zdětinštění. Třetí kategorii tvoří senioři s částečnou neschopností uspokojit své fyziologické potřeby. Těmto jedincům je potřeba zprostředkovat činnosti, které jsou ještě schopni sami zvládnout a podporovat je v nich. Současně je třeba vyvarovat se překročení hranice, kterou už senior nemůže naplnit. Následující kategorii tvoří lidé, kteří potřebují k naplnění svých fyziologických potřeb vedení z důvodu omezení kognitivních funkcí. Pátou skupinu tvoří senioři, kteří nejsou schopni naplňovat své fyziologické potřeby a ani rozhodovat. Tito jedinci jsou závislí na pomoci, avšak pomáhající by se měl snažit o získání názoru jedince, nikoli za něj zcela rozhodovat.

Klient domova pro seniory se do určité míry stává závislým na pečovateli či jiném zaměstnanci. Z tohoto důvodu je při péči o starší lidi klíčový důvěrný vztah, který respektuje důstojnost, identitu a potřeby jak staré osoby, tak pečujícího (Zgola, 2003: 15). Jinak tomu není ani při realizaci aktivizace. Aktivizační pracovník by měl ke klientům přistupovat s úctou, motivovat je chápavým postojem a ujišťováním o bezpečí a pohodě (Rheinwaldová, 1999: 35). Vzájemná důvěra ve vztahu klienta a aktivizačního pracovníka je klíčová především v individuálních reminiscenčních rozhovorech, při nichž se klient svěří pracovníkovi i s niternými tématy. Prostřednictvím důvěrného vztahu je naplňována klientova potřeba bezpečí. Pod úctyplné jednání se starším člověkem patří též vhodné oslovování. Nedohodne-li se klient s pracovníkem jinak, pracovník klienta oslovuje „paní“ či „pane“ s příjmením. Malíková (2020: 118) shodně s Rheinwaldovou (1999: 21) uvádí, že aktivizační charakter má i vhodně volená komunikace a přístup ke klientovi. Pracovník s klientem nemá mluvit spatra, ponižovat ho či s ním jednat jako s dítětem. V opačném případě by mohlo dojít k ohrožení pocitu vlastní hodnoty.

V předešlé části práce jsem se zabývala specifiky vrcholné etapy lidského života, následně potřebami v pojetí odlišných autorů a duchovními potřebami, jež se ve stáří objevují více než dříve. Tyto znalosti jsou podstatné pro práci se staršími lidmi.

Následně jsem popisovala zařízení poskytující pomoc a péči ve chvíli, kdy již senior není schopen pobytu v domácím prostředí. Toto prostředí by mělo respektovat individualitu jedince a jeho potřeby v době jeho pobytu i při naplňování jeho volného času. Z tohoto důvodu jsem věnovala kapitolu též problematice individuálního plánování. Představila jsem organizované volnočasové činnosti, které se v pobytovém zařízení odehrávají nejčastěji a senioři se jich mohou účastnit. Věnovala jsem se též osobě, jež aktivizační činnosti organizuje a napomáhá saturaci potřeb skrze tyto činnosti. Využila jsem poznatků z mé bakalářské práce v oblasti naplňování potřeb prostřednictvím volnočasových aktivit, na jejichž základě v následující části práce formuluji výzkumnou otázku.

## 4. Metodologie výzkumu

### 4.1 Stanovení cíle a metody výzkumu

Výzkumný problém, který v práci řeším, je důležitost volnočasových činností pro saturaci potřeb rezidentů domova pro seniory. Cíl výzkumu vychází z cíle diplomové práce, jenž byl stanoven následovně: „Cílem práce je zjistit, zda z pohledu klientů domova pro seniory napomáhají naplňování jejich potřeb také volnočasové neboli aktivizační činnosti, které se v zařízení pravidelně odehrávají, a jakým způsobem.“

Hlavní výzkumná otázka zní:

„Jakým způsobem jsou naplňovány potřeby seniorů skrze volnočasové činnosti?“  
Zde cílím především na potřeby, jež jsem popisovala ve druhé kapitole této práce.

Dále formuluji otázky vycházející z hlavní otázky:

„Jaké potřeby mohou být naplňovány skrze volnočasové činnosti?“

„Co ovlivňuje naplňování potřeb při volnočasových činnostech?“

K naplnění stanoveného cíle jsem zvolila kvalitativní výzkum. Kvalitativní přístup s menším počtem účastníků umožňuje zkoumat danou problematiku více do hloubky a při kontaktu s participantem je možné kromě jeho výpovědi sledovat také jeho neverbální komunikaci, ze které lze vyčíst například to, že se v některých situacích participant necítí příjemně. Na toto můžeme, vzhledem k povaze kvalitativního výzkumu a jeho nízké strukturaci, reagovat například změnou v dotazování (Miovský, 2006: 25–27).

Data byla získávána dvojím způsobem, jednak zúčastněným pozorováním, dále pak semistrukturovanými rozhovory s vybranými klienty domova pro seniory.

### 4.2 Výzkumný vzorek

Výzkumnou část práce jsem realizovala v Sociálních službách v Kynšperku nad Ohří v Karlovarském kraji. Toto zařízení jsem zvolila z důvodu dřívější osobní zkušenosti. Již dříve jsem zde působila jako dobrovolník, později jsem sem docházela na praxi v průběhu studia a v neposlední řadě jsem v tomto zařízení prováděla výzkum k mé bakalářské práci. V průběhu těchto návštěv zařízení jsem měla možnost pozorovat jeho chod, seznámit se s jeho činností a podílet se na aktivizaci klientů.

Zařízení jsem kontaktovala s prosbou o umožnění provedení rozhovorů s klienty. Vedení Sociálních služeb mě spojilo s jednou z místních sociálních pracovníků, která mi pomohla oslovit klienty, s nimiž by se daly rozhovory realizovat. K výběru vhodných

klientů byl použit prostý účelový výběr, který popisuje Miovský (2006: 136) jako metodu záměrného výběru, při níž vybíráme mezi potenciálními účastníky výzkumu takového, který je pro účast ve výzkumu vhodný a zároveň s ní také souhlasí. Vhodný účastník výzkumu byl v tomto případě uživatel služby Domov pro seniory, jenž se více či méně pravidelně účastní aktivit nabízených v domově pro seniory a je ochotný zapojit se do rozhovoru. Z klientů oslovených sociální pracovníci všichni souhlasili s rozhovorem a někteří se k rozhovoru přidali, aniž by byli přímo osloveni. Stalo se tak při hromadném rozhovoru uskutečněném po skončení dopoledního bloku aktivizace, jíž jsem se též zúčastnila. Bližšímu popisu průběhu tohoto rozhovoru a popisu respondentů či participantů se budu věnovat níže.

#### **4.2.1 Charakteristika zařízení**

Jak jsem již uvedla, výzkum jsem realizovala v Sociálních službách v Kynšperku nad Ohří, jež nabízejí pobytovou službu Domov pro seniory, Domov se zvláštním režimem a Domov pro zdravotně postižené. Zároveň poskytují rodinné poradny a náhradní rodinnou péči (web Sociální služby v Kynšperku nad Ohří). Vzhledem k povaze řešeného problému byl výzkum realizován v sociální službě Domov pro seniory. Posláním této služby je pomoc a podpora klientům, kteří se ocitli v situaci, kdy se vlivem zvyšujícího se věku nebo následkem nemoci již nemohou nebo se neumí postarat o sebe a svou domácnost, nemohou využívat terénních sociálních služeb a rodina se o ně nemůže, nechce nebo neumí postarat. Kapacita této služby je čtyřicet čtyři lůžek a její cílovou skupinou jsou dospělí od šedesáti let a dále senioři od šedesáti pěti let věku, jejichž stav vyžaduje pomoc jiné osoby při zajištění soběstačnosti a při zajištění péče o vlastní osobu (web Sociální služby v Kynšperku nad Ohří – Domov pro seniory; Zákon o sociálních službách).

Služby jsou zde klientům poskytovány ve dvou budovách. Hlavní budova je rozdělena do tří pater, z nichž dvě jsou určena službě Domov pro seniory a zbylé patro patří službě Domov se zvláštním režimem. Této službě též náleží další budova v areálu Sociálních služeb, zvaná „Zámeček“. Součástí rozsáhlého areálu je také park s místy uzpůsobenými pro venkovní pobyt klientů. V prostorách parku se též nachází kaplička, jezírko, výběh s kozami, nově rekonstruovaná voliéra s papoušky a záhony s květinami, na jejichž pěstování se mohou podílet i klienti. Co se týče vnitřních prostorů, v každém patře hlavní budovy se nachází společenská místnost vybavená stoly a televizí. Klienti se zde scházejí při společných obědech či večerech a při společenských akcích. Ve třetím patře budovy, které je, jak už bylo zmíněno, určené službě Domov se zvláštním režimem, je tato společenská místnost předělaná na „obývací“ vybavený gauči, křesly, televizí a akváriem. Součástí každého patra je zimní zahrada, v níž nejčastěji probíhají aktivizační činnosti. K dispozici je klientům též kuřárna.

Klienti jsou ubytováni převážně ve dvoulůžkových a v omezené míře též jednolůžkových pokojích. Pokoje jsou vybavené, ale v případě zájmu klienta je možné vybavit si pokoj vlastním nábytkem. Klienti mají samozřejmě též možnost přinést si své osobní věci, jako například povlečení, polštářky, obrazy, televizi, rádio, hodiny, vzpomínkové předměty, květiny či potřeby k realizaci volnočasových aktivit – knihy, časopisy, psací potřeby, kreslení nebo ruční práce (web Sociální služby v Kynšperku nad Ohří – Poskytované služby).

Podstatné je zde uvést též možnosti volnočasového vyžití, které zařízení nabízí. Mezi nejobvyklejší aktivizační činnosti patří ruční a výtvarné dílny, hraní

společenských her, společné čtení knih či novin, trénování paměti či pohybové aktivity, jako je například cvičení s šátky a míči anebo v letních měsících venkovní sportovní aktivity, jako jsou kuželky či pétanque. V domově pro seniory se pravidelně odehrávají koncerty různých žánrů – dechová hudba, country či pěvecká a taneční vystoupení dětí ze Základní umělecké školy Kynšperk nad Ohří. Klienti si mohou společně zazpívat při doprovodu kytary či harmoniky také při společných oslavách – například oslavách narozenin klientů nebo při posezení u kávy. Zařízení pravidelně navštěvují terapeutičtí psi, králíci a poník. V rámci animoterapie též mohou klienti trávit čas u voliéry s papoušky a výběhu s kozami přímo v areálu zařízení. Někteří senioři vítají možnost pomáhat s péčí o květinové záhony a okrasné rostliny na zahradě. V případě zájmu mohou klienti s podporou aktivizačního oddělení vařit a péct v kuchyňce. Realizovat se mohou též při výzdobě interiéru. Domov pro seniory nabízí v rámci integrace do společnosti možnost výletů do blízkých měst, za památkami nebo do kavárny či restaurace. Senioři taktéž navštěvují Krajskou knihovnu v Karlových Varech, kde se kromě vypůjčení knih mohou zúčastnit lekcí trénování paměti nebo se vydávají na divadelní představení do chebského divadla. Většina aktivit, které se v domově pro seniory odehrávají, je skupinová, avšak pracovníci respektují též potřebu intimity a snaží se o porozumění klientům. Z tohoto důvodu nabízejí například možnost individuálních rozhovorů či místo reminiscenční skupiny reminiscenci individuální. Duchovní podporu mohou klienti získat při pravidelných návštěvách faráře (web Sociální služby v Kynšperku nad Ohří – Volný čas).

#### 4.2.2 Charakteristika participantů

Pro účely provedení výzkumu byly vybrány klientky a klient využívající službu Domov pro seniory. Z důvodu zachování anonymity používám pseudonymy „Anna“, „Marie“, „Eva“, „Zdeňka“, „Jiřina“ a „Václav“. Pro jednodušší orientaci přikládám tabulku (Tabulka 1) se základní charakteristikou klientů, jež obsahuje jejich pseudonym, věk, délku pobytu v konkrétním zařízení, zájmy jedince a pravidelnost účasti na aktivizačních programech. Následně klienty představím více a popíšu, jak na mě působili během rozhovoru.

Tabulka 1 - Charakteristika participantů

Jméno participanta (pseudonym)	Věk	Bývalé zaměstnání	Délka pobytu	Zájmy	Účast na aktivizaci
Anna	75 let	úřednice	2 a ½ roku	čtení, pletení, hudba, cestování	nepřavidelná
Marie	81 let	šička rukavic	4 roky	háčkování	pravidelná
Eva	75 let	kuchařka	1 rok	jízda na kole, příroda	pravidelná
Zdeňka	76 let	sklářka	4 roky	péče o zahradu, hudba, tanec, příroda, procházky	pravidelná
Jiřina	78 let	střídačka na hradle	3 roky	tanec, zpěv, příroda, procházky	pravidelná
Václav	70 let	vedoucí velkostroje	½ roku	péče o zahradu	nepřavidelná

### **Paní Anna**

První klientce, se kterou jsem mluvila, je sedmdesát pět let. Vystudovala střední stavební průmyslovou školu, dosáhla maturitního vzdělání. Uvedla, že dříve pracovala na stavebním úřadě a také na národním výboru na oddělení inspekce požární ochrany. V době přestavby budovy úřadu dělala mistrovou na stavbě. V domově pro seniory žije dva a půl roku. Přestěhovala se sem dobrovolně, neboť si uvědomovala, že po zdravotní stránce není zcela v pořádku a nemohla by být sama doma. Na nové bydlení si rychle zvykla, vyhovuje jí řád. Nejprve bydlela ve sdíleném pokoji s paní, se kterou si příliš nerozuměla, dle jejích slov byla paní zlá. Nyní obývá jednolůžkový pokoj, který má decentně zařízený. Již při příchodu do pokoje lze poznat – a později jsme se o tom bavily – jaké má paní koníčky: čtení, pletení, poslech hudby a též zvládá práci s notebookem. Dříve ráda cestovala. Cestování jí nechybí, i v domově pro seniory má možnost jezdit na výlety. Je jí líto, že kvůli problémům s dýcháním už nemůže vykonávat fyzickou práci, na kterou byla dříve zvyklá. Říká, že je introvertní, což je jedním z důvodů, proč se pravidelně neúčastní aktivizačních činností. Dalším důvodem k neúčasti je, že – jak sama říká – „je to zatím zbytečné“. Vysvětluje to tak, že zatím nepotřebuje cvičit jemnou motoriku. Co se týče rodinného zázemí, má kladný vztah s dcerami, tráví čas i u nich doma. Tato paní na mě působila velmi skromně, kultivovaně, slušně. I když sama uvedla, že je spíše introvertní a moc nemluví, nevadilo jí si se mnou popovídat. Mluvila plynule, energicky a v průběhu rozhovoru vtipkovala.

### **Paní Marie**

Druhé klientce je osmdesát jedna let. Před odchodem do důchodu pracovala jako domácí šička rukavic. Práce ji bavila. Do domova pro seniory se přestěhovala před čtyřmi lety i s manželem, který ale před třemi lety – při pandemii covidu – zemřel. Paní uvedla, že ani její zdravotní stav není zcela dobrý. I u paní Marie lze hned při příchodu do jejího pokoje odhadnout její největší koníček, kterým je háčkování. V pokoji má mnoho háčkovaných dekorací, deček, ubrusů... Místnost tak působí útulným dojmem. K háčkování se paní dostala při delším pobytu v nemocnici a nyní je to její vášní a svými výrobky dělá radost ostatním. Nedávno se dokonce zúčastnila zájmového útvaru Dívkův klub v místním domě dětí a mládeže, kde učila dívky háčkovat. Klientka se účastní všech nabízených aktivit v domově pro seniory. Nejraději má ruční práce, poslech dechovky a zpěv. I když o sobě tvrdí, že není příliš komunikativní a nejraději je sama, ráda tráví čas s ostatními klientkami. Pravidelně se s nimi schází na kávu a povídá si. Rodina ji navštěvuje, ale ne moc často z důvodu nedostatku času. Paní na mě působí mile a vstřícně. Během individuálního rozhovoru se jevila nervózně a občas se zakoktala, myslím, že jí více vyhovoval druhý rozhovor, u kterého byly přítomné ještě další klientky.

### **Paní Eva**

Této klientce je sedmdesát pět let. Dvacet let pracovala jako kuchařka v jeslích. Práce ji bavila. Když došlo k uzavření jeslí, udělala si kvalifikační kurz sanitáře a sedm let pracovala v nemocnici na ORL. Z důvodu zhoršení zdravotního stavu jejího manžela musela klientka tuto práci opustit a začala pracovat v německé firmě, kde vydělávala více peněz. V necelých šedesáti letech šla do důchodu. Do domova pro seniory se přestěhovala ze zdravotních důvodů a než nastoupila do tohoto konkrétního zařízení, pobývala v dalších třech institucích v Karlovarském kraji. V domově pro seniory

v Kynšperku nad Ohří je prvním rokem. Co se týče dřívějších zálib, paní ráda jezdila dlouhé cesty na kole. Současný stav jí to nedovolí (paní je na vozíku). Aktivizačních činností se účastní pravidelně, ale nemá oblíbenou konkrétní činnost. Ráda se schází a povídá s ostatními klientkami u kávy. Kromě setkávání se s ostatními se aktivizačních činností účastní, aby se nenudila. Na pokoji prý jen sleduje televizi nebo luští křížovky. Rodina ji pravidelně navštěvuje, ale klientka nemůže navštěvovat syna ani dceru u nich doma, neboť nemají bezbariérový přístup. Klientka během rozhovoru popisovala i nepěkné věci spojené s prostředím jiných institucí, které navštívila. Navzdory nepříjemnému tématu mluvila klidně a dokonce vtipkovala. Působila tak, že je se svou situací smířená a je velmi vděčná za to, jak se jí teď daří.

### **Paní Zdeňka**

Této klientce je sedmdesát šest let. Dříve pracovala ve sklárně. V padesáti čtyřech letech odešla do důchodu. V domově pro seniory bydlí čtvrtým rokem. Po přestěhování se jí prý netrvalo dlouho si zvyknout. Před přechodem do institucionalizovaného bydlení měla vlastní zahradu, o kterou ráda pečovala a pěstovala různé druhy květin. Ráda chodila na procházky a trávila čas v přírodě. Z hudebních žánrů má v oblíbené dechovku, lidové písně a country. V domově pro seniory má ráda hudební vystoupení, při kterých zpívá a tančí jako dříve, když chodila na taneční zábavy. Také na procházky stále chodí. Aktivizace se účastní pravidelně, aby byla v kontaktu s dalšími klienty. Těší ji, když se někde vystaví výrobky z ručních dílen. Říká, že je v domově pro seniory velmi zaneprázdněná, nestíhá se nudit a ani luštit křížovky. S rodinou má dobré vztahy. Má tři děti a vnoučata. Říká, že vnoučata ji dobře znají, protože s ní dříve trávila mnoho času. Tato klientka na mě působila velmi optimisticky naladěná. Byla komunikativní. Zapovídaly jsme se ještě jednou, když jsem ji při odchodu potkala na její pravidelné odpolední procházce po areálu.

### **Paní Jiřina**

Této klientce je dle aktivizační pracovnice sedmdesát osm let. Uvedla, že dříve pracovala na šachtě jako střídačka na hradle. Přestěhování se do domova pro seniory pro ni nebylo náročné a rychle si zvykla. Žije zde třetím rokem. Ráda tráví čas v přírodě a společně s výše uvedenou klientkou Zdeňkou chodí každý den dvakrát denně na procházku po parku v areálu domova pro seniory. S touto paní si velmi rozumí a tráví s ní mnoho času. Ráda se ale schází i s ostatními klienty při společných aktivitách. Aktivizačních činností se účastní pravidelně. Hraje karty, bingo a stolní hry. Ráda zpívá a tančí při návštěvě kapel v domově pro seniory. Dříve ráda navštěvovala taneční zábavy. Rodina za ní pravidelně chodí. Má možnost trávit čas i u rodiny doma, nechce tam však přespávat, protože už je zvyklá na režim a postel v domově pro seniory. Tato paní na mě též působila příjemným dojmem. Byla veselá, vtipkovala.

### **Pan Václav**

Pánovi je čerstvě sedmdesát let. Je vyučený zámečnický. Třicet pět let pracoval na šachtě. Vystřídal zde různé pozice – od pomocníka na velkostroji, přes zámečnicka, po vedoucího velkostroje. Poté v šedesáti třech letech odešel do důchodu. V domově pro seniory bydlí půl roku. Dostal se tam v důsledku zdravotních problémů. Po delším pobytu v nemocnici nemohl být sám doma. Pán se po onemocnění covidem znovu učil chodit, s čímž mu pomáhal personál domova pro seniory. Pán by se rád vrátil domů. Má



dům s velkou zahradou, o kterou vždy rád pečoval a nyní mu to chybí. Aktivizačních činností se moc často neúčastní. Občas prý jen na chvíli navštíví zimní zahradu v době aktivizace, poví klientům pár vtipů a jde zpět do pokoje. Co se týče rodinné situace, nejčastěji ho navštěvuje dcera, neboť v tomto zařízení pracuje. Dále má ještě syna a vnučata. Pán ze začátku rozhovoru odpovídal velmi stručně, příliš nejevil zájem se se mnou bavit. Později se rozmluvil. Je vděčný, že překonal nemoc, ale myslím, že není příliš spokojený. Na život v domově pro seniory si, dá se říct, zvyknul, ale raději by byl doma. V průběhu rozhovoru posmutněl při zmínce o bývalé manželce, se kterou plánoval klidný důchod, ale ona ho opustila. Též ho nedávno po sražení autem opustil jeho pes, z čehož byl rovněž smutný. Znamky radosti se na jeho tváři objevily ve chvíli, kdy mi na telefonu ukazoval fotografii svého padesát let starého automobilu, který si od něj někdo nedávno půjčil na svatbu.

### 4.3 Sběr dat

V první fázi jsem si na základě teoretické části mé práce vytyčila hlavní okruhy, které jsem chtěla zařadit do plánovaných rozhovorů. K okruhům jsem si vytvořila návodné otázky, které bych v případě potřeby mohla v průběhu rozhovoru využít.

K získání dat byly využity metody zúčastněného pozorování a polostrukturovaného rozhovoru. Miovský (2006: 152) popisuje zúčastněné pozorování jako formu pozorování, kdy se pozorovatel přímo pohybuje v prostoru, kde se vyskytují jevy, které pozoruje, stává se tak jejich součástí a mezi ním a daným jevem dochází k interakci, což je výhodou tohoto druhu pozorování. V mém případě šlo o interakci s klienty domova pro seniory, již byli přítomni na každodenním dopoledním bloku aktivizačních činností, který se odehrává v zimní zahradě zařízení. Tento blok aktivizace trval okolo jedné a půl hodiny. Během této doby jsem měla možnost trávit čas s klienty a pozorovat průběh a činnosti aktivizace, interakce klientů s aktivizační pracovníci i mezi sebou a vnímat prostředí i celkovou atmosféru, o čemž jsem si v průběhu pozorování dělala poznámky.

Pro další způsob sběru dat byly využity metody polostrukturovaného interview popisovaného Miovským (2006: 159–162). Pro rozhovor jsem měla, jak jsem již výše uvedla, vytyčené okruhy otázek. Těchto okruhů jsem se držela, ale pořadí otázek jsem zaměňovala vzhledem k průběhu rozhovoru. Miovský (2006: 160) též mluví o vlivu prostředí, ve kterém je rozhovor realizován. V mém případě byl kladen důraz na příjemnost prostředí. Z tohoto důvodu bylo ponecháno na klientovi, aby si zvolil pro něj co nejpříjemnější prostředí. Většina rozhovorů byla realizována v pokoji klientů. Jeden z rozhovorů proběhl v zimní zahradě, ve které zůstalo několik klientů po skončení aktivizační činnosti. Rozhovory probíhaly klidně a během žádného z nich nedošlo k přerušení vlivem někoho dalšího. Délka rozhovorů se lišila vlivem výřečnosti a sdílnosti jednotlivých klientů. Nejkratší rozhovor trval třicet minut a nejdelší jednu hodinu a třicet minut. Také způsob odpovědi jednotlivých klientů byl odlišný. Někdo volil obsáhlé odpovědi, někdo byl stručnější. Participant většinou odpovídali věcně k tématu rozhovoru, ale chvílkami odbočili k jinému tématu. Nemyslím si, že je to špatně, možná právě naopak, protože i díky těmto výpovědím bylo možné klienta lépe poznat, porozumět jeho prioritám a možná pochopit, proč reaguje právě tak, jak reaguje. Z pěti rozhovorů probíhaly čtyři standardním způsobem, jako individuální hloubkové rozhovory za účasti dvou osob, tazatele a respondenta, avšak pátého rozhovoru se, zcela neplánovaně, účastnilo více subjektů. V takovémto případě mluví Švaříček

a kolektiv (2007: 184–186) ve shodě s Miovským (2006: 174–187) o ohniskové skupině. Touto metodou získáváme data za využití skupinových interakcí, které samovolně vznikají a probíhají v debatě na předem určené téma. Tímto se tato metoda liší od tzv. skupinového rozhovoru či skupinové diskuze, kterou stejní autoři shodně charakterizují jako metodu, při níž se provádí strukturované interview s více než třemi osobami najednou, přičemž se nepracuje se skupinovou interakcí a dynamikou a striktně se dodržuje schéma otázka-odpověď (Švaříček a kol., 2007: 184–185; Miovský, 2006: 175). Za ideální počet členů ohniskové skupiny je považováno šest až osm osob (Švaříček a kol., 2007: 185). V mém případě se sešlo sedm účastníků, z nichž se aktivně do rozhovoru zapojili čtyři a ostatní přispěli několika či jen jednou větou. Miovský (2006: 175) pokládá za výhodu propojení ohniskové skupiny s hloubkovým individuálním rozhovorem, což se mi – také zcela náhodou – též povedlo. Švaříček a kolektiv (2007: 187) uvádí jistá specifika role výzkumníka při řízení diskuze. Jedním z nich je, že pro výzkumníka se nehodí termín tazatel, ale spíše moderátor. Moderátor je zodpovědný za průběh a řízení diskuze, podněcuje účastníky, podporuje je v zapojení se do diskuze. Zároveň si moderátor musí dávat pozor, aby účastníky netlačil do předem uvažovaných schémat nebo v rámci diskuze nehodnotil jejich názory. Do diskuze účastníků místy zasahuje, ale jen z důvodu jejího usměrnění v případě vychýlení se od problému nebo ve chvíli, kdy je potřeba navodit nové téma.

Rozhovory jsem nahrávala na záznamník v mobilním telefonu. Každému participantovi jsem před začátkem rozhovoru oznámila, že plánuji rozhovor nahrávat a zeptala jsem se, zda souhlasí. Všichni klienti s nahráváním souhlasili. Rozhovory jsem dále převedla do textové podoby. Pro převod zvukového záznamu jsem využila možnost přepisu z řeči na text přímo v dokumentu Microsoft Word. Využití této funkce přineslo časovou úsporu, avšak přepisy nebyly stoprocentní. Přesnost přepisu je ovlivňována zřetelností mluveného projevu. Několikrát se tedy stalo, že systém nerozeznal, který z účastníků rozhovoru právě mluví a spojil dvě výpovědi do jedné nebo došlo k chybnému přepisu, protože nebyla správně rozumět slova. Dále systém nebral ohled na pauzy v rozhovoru či citoslovce, které účastníci rozhovoru používali. Jak jsem již říkala, funkce přepisu mi pomohla, ale rozhovory jsem si pak raději znovu poslechla a provedla jsem ruční opravu přepsaných textů.

#### **4.4 Etické aspekty a reflexe výzkumné zkušenosti**

Důležitým aspektem výzkumu je i jeho etická dimenze. V rámci procesu sběru dat bylo nejprve osloveno vedení vybraného zařízení, které jsem seznámila s požadavky na provedení výzkumu. Vedení zařízení se spojilo se sociální pracovníci, která mi následně pomohla vybrat vhodné respondenty. Všem dotazovaným klientům bylo vysvětleno, z jakého důvodu jsou rozhovory realizovány a sděleno, že jejich účast ve výzkumu bude anonymní. V prepisech rozhovorů byli klienti označeni pseudonymy. Anonymizována byla též jména dalších lidí, kteří klienti v průběhu interview zmínili, kromě jména aktivizační pracovnice tohoto zařízení. Před začátkem nahrávání byli všichni participant dotázáni, zda s nahráváním zvuku souhlasí.

Ohlédnou-li se za provedenými rozhovory, hodnotím kladně výběr respondentů. I přesto, že šla u některých klientů ze začátku vidět nervozita a jejich odpovědi byly spíše stručné, nakonec bylo dosaženo uvolněnější atmosféry a větší sdílnosti. Neočekávanou situací byl z mého pohledu rozhovor s několika klienty najednou, tedy ohnisková skupina. V literatuře jsou uvedené silné a slabé stránky ohniskových skupin,

kteře jsem tēž v průběhu rozhovoru zpozorovala. Za výhody autoři pokládají vyšší kvalitu dat vlivem interakcí mezi účastníky. Účastníci se v průběhu rozhovoru navzájem podporují, doplňují či konfrontují, čímž je kontrolována věrohodnost odpovědí. Současně z tohoto důvodu může tato forma rozhovoru pro účastníky zábavnější, probíhá totiž jako běžný přátelský rozhovor. Výzkumník má možnost rychle si udělat představu o rozsahu sdílených pohledů. I já osobně jsem zaznamenala moment, kdy se pohledy participantů na dané téma rozcházely. Tato forma je tēž výhodná z časového hlediska, ale zároveň je – dle mého názoru – právě z tohoto důvodu náročná, neboť výzkumník musí sledovat výpovědi několika osob najednou. Při tomto „hromadném“ rozhovoru jsem měla strach, že dojde k tomu, co autoři uvádějí jako jednu ze slabých stránek metody ohniskové skupiny, tedy k tomu, že se participant bude bát otevřít či se mu nebude chtít mluvit o některých tématech, protože pochopitelně ne každému je příjemné řešit osobnější téma mezi dalšími lidmi. Tím by se mohlo stát, že by rozhovor zůstal spíše na povrchní rovině. Měla jsem strach zeptat se například na otázky spojené s přechodem do domova pro seniory a následným zvykáním si. K mému překvapení jedna z klientek odpověděla zcela bez ostychu. Celkově rozhovor probíhal tak, že odpovídal, kdo měl zájem odpovědět a participantí se navzájem ve výpovědích doplňovali. Z mé strany nedocházelo k tomu, co autoři knihy popisují jako chybu moderátora, tedy k hodnocení a ovlivňování názorů participantů či vyvíjení tlaku na rychlost nebo formu jejich odpovědí. I když jsem předem nevěděla, že se jeden z mých rozhovorů uskuteční touto formou a nevěděla jsem tedy, jakých chyb se může výzkumník dopustit, přišlo mi přirozené nechat participanty nerušeně hovořit a až ve chvíli vyčerpání tématu položit otázku po novém tématu. Tímto způsobem jsem postupovala i u individuálních rozhovorů (Švaříček a kol., 2007: 187–191).

## 5. Analýza dat

Jako výsledek sběru dat byly získány přepisy pěti rozhovorů. Pro analýzu dat jsem využila otevřené kódování a následnou kategorizaci. Švaříček a kol. (2007: 211–212) popisuje otevřené kódování jako operaci, při které je text rozbit na jednotky, bloky. Takovouto jednotkou může být slovo, sekvence slov, věta či odstavec. Každé jednotce je přiděleno jméno, kód dle toho, o čem daný blok vypovídá. Při přípravách dat pro analýzu mi pomohla technika barvení textu dle Miovského (2006: 211). Pro lepší orientaci v textu jsem barevně označovala pasáže, které se týkaly určitých tematickým celkům a odpovídají základním výzkumným otázkám. Ve vytištěných prepisech rozhovorů jsem začala hledat prvky spojené se saturací potřeb klientů domova pro seniory při volnočasových aktivitách. Tyto prvky jsem se snažila co nejdříve pojmenovat. Následně jsem významově podobná označení rozřadila do kategorií spojených s výše uvedenými potřebami seniorů.

Analýzou shromážděných informací z rozhovorů a pozorování jsem zjišťovala, které z potřeb seniorského věku popisovaných ve druhé kapitole této práce mohou být saturovány prostřednictvím volnočasových činností a co jejich uspokojování napomáhá.

V souvislosti s aktivizačními činnostmi se nejvýrazněji objevovala potřeba sounáležitosti a citové vazby, potřeba lásky, potřeba užitečnosti, potřeba zachování kontinuity životního příběhu, potřeba seberealizace, potřeba stimulace a orientace a potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty. Při analýze dat se zobrazily i další potřeby, které se neobjevovaly přímo při aktivizačních činnostech, ale jejich naplňování je též důležité pro kvalitní život v domově pro seniory. Šlo o potřebu víry a důvěry a potřebu citové jistoty a bezpečí v souvislosti s jednáním personálu domova pro seniory. Z rozhovorů vyloučily též faktory napomáhající uspokojování potřeb nejen při aktivizačních činnostech a jejich kategorie. Tato zjištění jsou zaznamenána níže v Tabulce č. 2.

Tabulka 2 - Zjištěné potřeby a jejich kategorie

Téma	Kategorie	Podkategorie
Potřeba sounáležitosti a citové vazby	Zájem o společnost (spíše než o aktivitu)	Společnost Setkávání se
		Personál
	Společný zájem	Témata ke konverzaci Legrace Účast
		Mezilidské vztahy
	„Spolubydlíci“	
	Přátelství Úcta Ohleduplnost	
Potřeba lásky a užitečnosti	Rodina a blízcí	Návštěvy Mezigenerační setkávání Zvířata
	Vlastní činnost	Výzdoba Obdarovávání
	Vztahy s ostatními	Vzájemná pomoc Podpora Ohleduplnost Zájem o druhé
Potřeba seberealizace	Realizace činnosti	Zájem o jinou aktivitu Úspěch
		Různorodost činností
	Zdravotní stav jedince	Nemožnost realizace činnosti Zdravotní překážka
Identifikace s rodinnými příslušníky	Úspěchy rodiny	
Potřeba stimulace a orientace	Režim zařízení	Denní program Pravidelnost aktivit
		Adaptační proces
		Informovanost Personál
	Aktuální dění	Orientace v čase Orientace v místě Orientace v událostech
		Kontakt s ostatními
Potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty	Personál zařízení	Komunikace s personálem Vztah pracovníka a klienta Zájem pracovníka
		Pomoc s péčí Zdravotní stav
	Dobrovolnost	Možnost volby Možnost vlastní aktivity
Potřeba zachování kontinuity životního příběhu	Možnost pokračování v činnostech	Záliby
		Zvyky Osobnost jedince
		Zdravotní stav Podpora ze strany personálu

## 5.1 Výsledky a jejich interpretace

### Potřeby naplňované při aktivizačních činnostech a jejich projevy

#### Potřeba sounáležitosti a citové vazby

Potřeba sounáležitosti a citové vazby se pojí se společenskými vztahy. U dotazovaných žen se potřeba scházet se s dalšími lidmi projevovala velmi výrazně: *„Zejtra máme kavárničku... Se tam všichni sejdem. Povídáme si...“* *„My se scházíme i s ženskýma z prvního patra vždycky v kantýně, tam si dáme káfičko a nějaké zákusek...“* Dotazovaný pán příliš nejevil zájem o skupinové aktivity, ale i v jeho výpovědi se tato potřeba objevila. Klient uvedl, že se každý den schází s dalším pánem, společně si dají cigaretu a popovídají si, ale jiné známé v domově pro seniory nemá. Potřebu citové vazby pánovi saturují ošetřovatelky a zdravotní sestry: *„Když je mi smutno, tak si tam sednu před tu sesternu jejich, vona nějaká vyjde, tak pokecáme. Sedne si ke mně a řekne: „Tak co, Vašíku?“ říkám: „Je mi smutno.“ „A copak?“ No, dáme řeč. Člověk pookřeje na duši...“*

Pozitivní vliv skupinových aktivit na naplňování této potřeby dokazuje odpověď na mou otázku, zda mívají klienti i individuální aktivity: *„Občas jo. No ale spíš je lepší, když se tady sejdem. Přece jenom společnost je společnost.“* Další z dotazovaných klientek uvedla společnost jako jeden z motivačních faktorů účasti na aktivitách: *„Jdu mezi lidi.“* Pro tuto klientku jsou spíše než samotná aktivita důležití lidé, se kterými se při aktivitě sejde a stráví příjemný čas.

Další klientka poukázala na sounáležitost se skupinou skrze slovo *účastník*. Společných aktivit v domově pro seniory se moc často neúčastní, je též spíše introvertní typ, ale neboť má v oblibě cestování, jezdí na výlety po okolí, což je také součástí aktivizačních programů. Uvedla, že dříve jezdila jako náhradník, ale teď už s ní při plánování výletů počítají: *„... vypadl jim jeden účastník, tak přišli za mnou, jestli nechci jet. No tak samozřejmě všema deseti že ano. A od té doby jsem byla takovej, no, že mě vzali jako takovou zálohu, takovej náhradník. Ale teď už ne. Teď už jsem účastník.“*

Tato potřeba může být naplňována rovněž při párových aktivitách. Dvě z dotazovaných klientek mají mezi sebou silnou přátelskou vazbu a rády tráví čas společnými procházkami: *„No a my se bavíme, jak chodíme na ty procházky.“* Domlouvají si též společné aktivity: *„My dvě budeme na Silvestra tady, vid’?“*

Potřeba sounáležitosti se skupinou se projevila i ve chvíli, kdy po skončení aktivizačního programu zůstalo několik klientek v zimní zahradě s plánem si ještě společně popovídat. Tyto dámy se scházejí i mimo řízené aktivity, protože, jak samy uvedly, spolu rády tráví čas a rozumí si: *„Myslím, že si rozumíme.“* *„My tady tak kecáme různě.“* *„Rozumím si se všema (...) slavíme narozeniny na zimní zahradě... se tam sejdem. Měli jsme posezení se zákuskama...“*

Zájem o navazování vztahů s ostatními vychází také z temperamentu jedince. Většina klientek, která uvedla zájem o společnost, působila spíše extrovertně. Dotazovaný klient nevyhledává skupinové aktivity, neboť, jak sám uvedl, je spíše introvertní. Toto ladění osobnosti společně s mírou úspěšnosti adaptace jedince na nové prostředí má rovněž vliv na vztah s osobou, s níž jedinec sdílí pokoj. Vztah se

„spolubydlícím“ ovlivňuje seniorovu spokojenost se životem v instituci. Tři z dotazovaných klientek obývají na jejich přání samostatný pokoj. Jednou z nich je paní Anna, která vyprávěla, že důvodem přání samostatného pokoje byl špatný vztah s bývalou „spolubydlící“: „*Já jsem bydlela na druhém konci chodby s jednou paní. Rok. To byl očistec na zemi. Ta paní byla... Nechci pomlouvat, ale byla zlá, jo.*“ Paní Zdeňka se ke své „spolubydlící“ vyjadřovala s úctou ve chvíli, kdy popisovala, že se společně dívají na televizi. Dotazovaný pan Václav sdílí pokoj s klientem, jenž je upoután na lůžko, nemluví, dle klientových slov nekomunikuje ani s rodinou. Klient řekl, že se cítí, jako by byl v pokoji sám. Na mou otázku, zda mu to vadí, odpovídá: „*Ne. Vůbec ne.*“ V další části rozhovoru ale uvedl, že by raději obýval samostatný pokoj.

Při kontaktu s lidmi je důležitá vzájemná úcta a ohleduplnost. Projevy úcty – ať už ve vztahu samotných klientek či ve vztahu k aktivizační pracovníci – jsem sledovala po celou dobu vzájemné interakce. Klientky si navzájem dávaly prostor k odpovědi na kvízovou otázku v průběhu aktivizace, během našeho společného rozhovoru se nestalo, že by někdo přerušoval něčí výpověď. Klientka vždy počkala, až domluví ta předchozí. Ohleduplnost se objevovala i v souvislosti s prostorovými podmínkami místnosti. Klientkám vlastním kompenzační pomůckou byl ostatními zúčastněnými vytvořen dostatečný prostor k projití i posazení se.

### **Potřeba lásky a potřeba užitečnosti**

Uspokojování potřeby užitečnosti je pro osoby žijící v domově pro seniory podstatné. I přes velký počet rezidentů se v zařízení může jedinec cítit osamělý. Naplnění této potřeby mohou napomáhat návštěvy rodiny či blízkých osob. U všech klientů, s nimiž jsem vedla rozhovor, se podpora ze strany rodiny objevila. Kromě rodinných příslušníků, kteří spoluprací s personálem napomáhají jejich spokojenému životu v zařízení, navštěvují klienty zařízení také děti z místní základní umělecké školy, mateřské školy či družiny a v rámci aktivizace si pro ně připravují hudební vystoupení či společně vykonávají různé aktivity: „*... ted'ka před Vánoce byli předškoláci tady. Školka taky, potom družina tady byla, to jsme zdobili venku ten stromek, jak je, tak jsme ho společně zdobili... Dobrý to je. Pěkný. Zdobíme takhle společně. Baví mě to...*“

Potřeba lásky spojená s potřebou užitečnosti se u klientek objevovala nejen ve vztahu k lidem, ale též ve vztahu ke zvířatům chovaným v areálu zařízení: „*Dvě kozy tam jsou. A ty chodíme krmit. Jako krmit... oni je krmí, jasný, ale my je jako přilepšujem. My jim nosíme rohlíky a chleba suchý (...) ještě jsou tady rybičky a ty krmíme taky. A ještě jsou tu ptáčky, tak těm dáváme v létě trávu, jim trháme. Musíme jen takovou, kterou oni mají rádi.*“

Potřeba užitečnosti vyvstává rovněž v souvislosti s produkty vlastní činnosti. Klientky poukazovaly na své výtvary: „*... tamhle toho ptáčka jsem dělala já.*“ „*No a tady ty mandaly jsme taky dělaly...*“ a výzdobou zimní zahrady: „*Takhle to tu zdobíme.*“ Klientky skrze vlastní činnost zkrášlují prostory domova pro seniory, což napomáhá uspokojování potřeby užitečnosti. Jedna z dotazovaných žen ráda háčkuje a háčkovanými výrobky obdarovává ostatní. Dělá jí radost, když může někoho potěšit. Její výrobky se také prodávaly v rámci tematické akce: „*... jsem tam prodávala právě taky výrobky moje, takže se vybraly peníze, tak jsem to darovala sem na naše druhý patro.*“

Tato potřeba je rovněž naplňována skrze vzájemnou podporu a pomoc seniorů: „*Když vidíme, že někdo nemůže, tak si pomůžeme...*“ a přátelský vztah a zájem, jež

bylo možné pozorovat při aktivizačním programu. Klientky se scházely se slovy: „*Ráda vás vidím.*“ „*Už jste zdravá?*“ „*Máte nový svetr?*“ Vzájemně si dělaly prostor u stolu, nalévaly si víno, podávaly občerstvení, vtipkovaly a po skončení aktivizace si pomáhaly s chodítky.

### **Potřeba seberealizace**

Seberealizace souvisí s možností svobodného jednání. Ve vztahu k aktivizačním činnostem se svobodné jednání může projevovat například při samostatném výběru činnosti dle zájmu jedince. O seberealizaci mluvila například klientka, která se namísto poslechu dechovky společně s ostatními rezidenty zařízení rozhodla zůstat ve svém pokoji a poslechnout si žánr hudby, který je jí bližší než dechovka: „*... dechovka není můj šálek kávy. Já miluju jazz, jo, swing a rock. Ten teda mám strašně ráda, takže já si to vynahrazuji, protože to mám tady (ukazuje na rádio) a pustím si to, co potřebuju.*“

Skrze vlastní oblíbenou činnost se realizuje i klientka Marie, jež ráda háčkuje. Marie svými výrobky obdarovává klienty i personál domova pro seniory a rovněž háčkuje na přání. Její výrobky se také prodávaly na akci pořádané v areálu Sociálních služeb: „*Měli jsme tady v tom červenci, jak byl ten Den seniorů v červenci, tak jsem tam prodávala právě taky výrobky moje...*“, což je bezesporu velký úspěch, který saturaci potřeby seberealizace může napomoci.

Další klientka se realizuje skrze péči o květiny, jež jí vždy bavila: „*... zalejváme a tak dále (...) co se stříhá, to udělám*“. U této klientky je potřeba seberealizace saturována též prostřednictvím procházek s další klientkou a možností si tyto procházky samostatně plánovat: „*Tam musíme jít, vid’? Bude oběd, tak potom po obědě. V půl druhý půjdeme.*“

Naplňování potřeby seberealizace může přispět různorodost aktivit. Je důležité, aby i ti klienti, kteří nemají zájem vymýšlet a realizovat vlastní aktivitu, měli dostatečné volnočasové vyžití a mohli objevit aktivitu, ve které budou spatřovat smysl. S tímto může klientům pomáhat aktivizační pracovník: „*... myslím si, že zdejší pracovníci jsou teda nenahraditelní. Oni mají takovou snahu těm lidem tady, co jsme tady, pomáhat, jako je zabavit (...) Holky tady dělají až nemožný věci. Jako jsou úplně bezvadný...*“ Klientka rovněž oceňuje další vzdělávací aktivity pracovníků aktivizace: „*...ta jedna stále chodí na všelijaký kurzy a na všelijaký místa, aby zdokonalila a rozšířila svoje znalosti a tady to teda aplikovala. Jo, fakt je to je taková šikulka no (...) Bavi je to. Rádi pro ty lidi připravujou...*“

Potřeba seberealizace seniorů často bývá naplňována identifikací s úspěchy blízké osoby, například vnoučete. Toto dokazuje klientka Eva, která s hrdostí vyprávěla o své vnučce a jejím nedávném úspěchu: „*Tohle je vnučka. Ta, co studuje v Praze. Má i bakaláře hotovýho, všechno, a byla se podívat u těch postižených dětí... A ta ředitelka si ji tak oblíbila, že si ji vzala, tak chodí tam na brigádu k nim...*“

Roli v naplňování této potřeby hraje míra autonomie jedince ovlivňovaná též jeho zdravotním stavem. Jedna z dotazovaných klientek při dotazu na její dřívější zájmy uvedla: „*My jsme rádi jezdili na kole, my jsme dělali túry na kolech. My jsme s mužem ujeli někdy až sto kilometrů za den. No, a dneska nemůžu chodit.*“ Autorka této výpovědi je upoutána na invalidní vozík, proto pro ni jízda na kole již nepřipadá v úvahu. Zhoršený zdravotní stav nemusí klienty a způsob trávení jejich volného času ovlivňovat jen negativně. Například výše uvedená paní Marie začala s háčkováním při



delším pobytu v nemocnici: „*Začala jsem háčkovat, když jsem se dostala na LDNku do Chebu...*“ a nyní je tato činnost každodenní součástí jejího života, klientce přináší radost a možnost seberealizace. Rovněž klientky Zdeňka a Jiřina, které podnikají společné vycházky se necítí omezované nutností používat při těchto procházkách chodítko. Domov pro seniory zajišťuje bezbariérové přístupy ve vnitřních prostorách i venku na zahradě, a tak není problém procházet se po parku s chodítkem.

### **Potřeba stimulace a orientace**

Potřeba stimulace a orientace se objevuje ve spojitosti s přechodem jedince do pobytového zařízení a adaptací na toto nové místo. Jedinec si při příchodu do domova pro seniory zvyká na nové prostředí, denní řád i personální zajištění instituce a aby se mohl pobytu v instituci co nejlépe přizpůsobit, potřebuje být správně informován. Úspěšnost adaptačního procesu ovlivňuje jeho celkovou spokojenost se životem v zařízení. Roli ve spokojenosti s životem v domově pro seniory hraje také míra dobrovolnosti umístění do instituce. Klientky, jež uváděly, že jejich přestěhování do domova pro seniory bylo dobrovolné, se adaptovaly snáz a nyní jsou zvyklé na denní režim v instituci natolik, že ani nechtějí trávit noc u rodiny: „*Už jsem tady zvyklá na tu postel a prostě na to... na takovej ten režim...*“ V souvislosti s novým prostředím uvádějí, že jsou spokojené a mají vše, co potřebují. Klient, se kterým jsem vedla rozhovor, byl do domova pro seniory umístěn nedobrovolně důsledkem nemoci a na přání svých dětí: „*Já jsem chtěl jít domů, ale děti nedovolily, protože tam jsem sám.*“ Klient si na nové bydlení prý zvyknul rychle, avšak stále doufá v návrat domů. Z pozorování usuzuji, že dotazované klientky jsou naladěné pozitivněji než dotazovaný klient, což se promítá do jejich celkové spokojenosti a kvality života v domově pro seniory a rovněž ovlivňuje interakci s ostatními klienty.

Informovanost se týká též volnočasových činností, v souvislosti s nimiž je naplňována potřeba orientace prostřednictvím obeznámení klientů o aktivitě: „*... denně dopoledne je vždycky, je teda nějaká taková ... se zručností nebo... Já nevím, jak bych to řekla. Aby se ta motorika nějakým způsobem vyvíjela (...) ve dvě hodiny se podává káva, tak si sedí tam u těch stolů na chodbě a tam se drbe...*“ O typu aktivizační činnosti se klienti dozvídají přímo od aktivizační pracovnice nebo z programu vyvěšeného na nástěnce na chodbě či o ní mohou sami rozhodnout ve chvíli, kdy se aktivizační pracovnice zeptá: „*Co byste rádi dělali zítra? Chcete kavárničku, nebo zase nějaký kvíz?*“ Pracovnice také doporučuje klientům, které pomůcky si mají na aktivitu přinést: „*Brejle s sebou?*“ „*To nemusíte.*“ „*No tak už víme, že nic takovýho neděláme, jo.*“

Samotné volnočasové aktivity mohou naplňování této potřeby rovněž přispět. K orientaci v aktuálním dění nejen v pobytovém zařízení ale i mimo něj přispívá udržování kontaktu s ostatními klienty, personálem, rodinou či sledování médií, jako je tomu u klientky Anny, jež sleduje aktuality na notebooku: „*Já jsem si jenom hledala něco k té vraždě v Klánovickém lese...*“ či se orientuje ve světě prostřednictvím čtení knih. Klientka kromě knihy zná též informace o životě její autorky.

### **Potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty**

Uvědomování si vlastní důstojnosti může být pro seniora obtížné ve chvíli, kdy se u něj vlivem věku objevují zdravotní potíže, klesá míra jeho autonomie a roste závislost na pomoci druhých. Tento problém se objevil například u klienta Václava, který líčil, že se

po prodělané nemoci učil znovu chodit a personál zařízení mu v tom byl oporou: „*Mě vozili na vozečku a pak postupně chodítka, francouzský hole... Jsem se učil chodit, no, i když jsem chodil s chodítkem. Nějakej metr ujdou i bez chodítka, ale ještě to není úplně ono. Chodím dolů na rehabilitace, šlapat na kole...*“ Václav se vlivem nemoci dostal do situace, při níž mohlo docházet k ohrožení jeho vědomí vlastní důstojnosti: „*Na záchod... tady je takový pojízdný tohle* (ukazuje na přenosnou toaletu). *Člověk se styděl. Ale co jinýho? No ale pak jsem se nějak přemoh a pomaloučku jsem došel tam na záchod... Teď už to je jenom zlej sen. Teď už to jde. Mi nemusí utírat zadek, to jsem se vždycky styděl...*“ Pro jedince, který byl celý život soběstačný, je tato situace značně nekomfortní, musí se však naučit důvěřovat ošetřujícímu personálu a jeho profesionálnímu přístupu.

K přístupu personálu se váže též jeho zájem o klienta. Výpověď klientky konkrétního zařízení zájem zdejších pracovníků potvrzuje: „*Myslím si, že si o mně pamatují věci. Vypadá to, že mají zájem. To se hned člověk cítí líp.*“ Zájem o klienty byl vidět i při bloku aktivizace, kterého jsem se zúčastnila jako pozorovatel. Pracovnice se klientů dotazovala, jak trávili Vánoce a se zájmem reagovala a rozvíjela jejich odpovědi. Pamatuje si i to, jaký čaj klienti rádi pijí, kdo pije alkohol, zná zájmy klientů a podobně. Aktivizační pracovnice vykazovala po celou dobu pozorování kromě zájmu také úctu ke klientům. Při kvízu, který se odehrával při aktivizaci, měl každý ze seniorů možnost říct svůj tip na odpověď nebo myšlenku, která ho v souvislosti s kvízovou otázkou napadla. Aktivizační pracovnice ničí výpovědi nepřerušovala, naopak na ně navázala, a případnou špatnou odpověď na kvízovou otázku nekomentovala, aby nedošlo ke zesměšnění či ohrožení klientovy důstojnosti. K důstojnému vztahu seniora a pracovníka patří rovněž vhodná forma oslovení. Pracovnice klienty oslovovala „paní“ či „pane“ s příjmením. Pokud si to klient přeje, je možné se domluvit na tykání. Například dotazovaný pan Václav na mou otázku, jak je personálem oslovován, uvedl, že si s některými členy personálu tyká: „*Některá ošetřovatelka nabídla tykání. Je to takový jako příjemnější... Ty, se kterými si tykám, mi říkají Vašíku, Vašíčku... No, to potěší.*“

Potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty rovněž může být v souvislosti s volnočasovými činnostmi naplňována již při samotném zvaní klientů na aktivity. Opět zde hraje roli personál zařízení. V předchozích kapitolách jsem mluvila o dobrovolnosti v účasti na aktivizačních programech. Při rozhovorech jsem se participantů ptala, jak vnímají dobrovolnost oni. Jedna z klientek popisuje: „*... aktivizační pracovnice přijde: „Jdeme v půl desátý na zimní zahradu, tak můžete přijít.“ Já říkám: „Jo, jdu.“ Nenutí nás nikdo. Já myslím, že tady nikdo nikoho nenutí, to jako ne. Prostě kdo může, tak jde.*“ Další klientka tuto výpověď potvrzuje: „*Ne, nenutí mě. Oni mě vždycky pozvou. Přijdou za mnou, že se jde něco dělat a že jestli se nechci přidat...*“ Nenucený přístup potvrzuje rovněž Václav: „*Mě tam volaj furt, abych tam šel... Jak se mi chce, jo. Někdy se mi nechce, někdy se mi chce, tak jim tam řeknu pár vtipů a jdu pryč. Broňa (aktivizační pracovnice) říká: „Pojďte nás pobavit...“* Možnost svobodného rozhodnutí o účasti na aktivizaci dodává seniorům pocit důstojnosti.

Pocit důstojnosti přináší rovněž možnost realizace vlastní aktivity. Opět dávám za příklad paní, jež si vyplňuje volný čas samostatně organizovanými procházkami. Pocit důstojnosti a vlastní hodnoty vyazuje též klientka, která uvedla, že aktivizační činnosti, při kterých se procvičuje jemná motorika jsou, dle jejího názoru, užitečné, ale ona v nich zatím pro sebe nevidí přínos, neboť aktivity, které jsou při nich vykonávané, zvládá bez problému: „*Já jsem se rozhodla, že teda jaksi budu chodit, ale až později. Až*

*to budu potřebovat. Protože ty věci, co tam dělají, tak to já jsem dělala vnoučatům před x lety... “*

### **Potřeba zachování kontinuity životního příběhu**

I po přestěhování se do pobytového zařízení potřebuje senior cítit, že jeho život je stále stejný a smysluplný, jako tomu bylo dříve. V souvislosti s volnočasovými činnostmi přichází uspokojení potřeby zachování kontinuity životního příběhu ve chvíli, kdy senior může i v institucionálním bydlení pokračovat ve svých dřívějších zájmech. U dotazovaných klientek se nejčastěji jednalo o ruční práce – pletení, háčkování, kreslení, pečení, o četbu, poslech oblíbené hudby a tanec, péče o zvířata a zahradu, procházky či výlety.

Klientka Anna uvádí činnosti, které dělala ve domácím prostředí: „... *doma jsem háčkovala ve velkém, pletla ve velkém, četla. A to čtu do teďka. Zahradu jsme měli... A strašně ráda jsem cestovala (...)* *A já si tady taky vyjedu... tady dělají zájezdy různý... “* Konstatuje, že není problém v těchto činnostech pokračovat i v domově pro seniory.

Paní Marie, která již před nástupem do domova pro seniory ráda háčkovala, uvedla: „*Třeba to háčkování, to pokračuju pořád.*“ Tato paní je po celém domově pro seniory známá svou zálibou v háčkování a dostává se jí i podpory ze strany personálu. Uvedla například, že má slíbenou novou skříň, ve které bude moci skladovat pomůcky potřebné k realizaci její záliby.

Tatáž klientka se vyjádřila k možnostem, které v zařízení mají. „*Ale můžeme si tady třeba i něco uvařit, upéct, to jako jde.*“ V případě zájmu lze vařit či péct ve společné kuchyňce. Klienti prý této možnosti moc často nevyužívají, ale některé dámy občas chtějí pro sebe nebo pro někoho uvařit kávu.

Ve chvíli, kdy jsem se s klientkou Marií bavila o dechovce, protože se ten den v domově pro seniory konal koncert, paní uvedla: „*My jsme na ně jako mladý holky chodily pořád.*“ Další klientka dodala: „*My jsme dřív chodily na zábavy, plesy...*“ V těchto aktivitách mohou klientky v upravené podobě pokračovat i v domově pro seniory, neboť je často navštěvují muzikanti, se kterými si mohou zaspívat a zatančit.

Dotazovaný klient Václav uvedl v nadsázce: „*Stačí se domluvit a můžu tady dělat zahradníka...*“ Poukázal na to, že dříve rád trávil čas prací na zahradě. S prací na zahradě zde též mohou klienti pomáhat, například při hrabání listí či sázení a následné péči o květiny, což dokazuje výpověď dotazované paní Zdeňky: „*Vždycky jsem měla zahradu. No a vždycky jsem něco pěstovala. A tady pěstujem taky, tady máme takovou skalku.*“

Ve výpovědích klientů lze vidět, že přestěhování do domova pro seniory nebrání ve výkonů jejich dříve oblíbených činností. Ve většině z nich mohou v případě zájmu pokračovat i v zařízení a personál je jim v těchto činnostech oporou, neboť si uvědomuje, že každá aktivita přispívá k udržování autonomie jedince. Rozsah výkonu činnosti je však ovlivňován různými faktory. Jedním z těchto faktorů je zdravotní stav jedince. Jedné z klientek jsem se po zjištění, že ráda pracuje na zahradě, zeptala, zda je možné se podílet na práci na zahradě i v zařízení. Odpověděla: „*Kdybych chtěla, tak jo. Ale já mám problémy s plicema. Teď, když sedím, tak vypadám jako absolutně zdravej*

*člověk, ale já to neudýchám, proto chodím s tímhle (ukazuje na chodítko s kolečky), že mám možnost si okamžitě sednout, když nemůžu... Takže jakákoliv fyzická práce už je pro mě bohužel tabu, jo, to to mě ale mrzí, protože ji mám ráda.*“ Klientka sama uvádí, že její zdravotní stav je překážkou ve výkonu oblíbené činnosti. Tato překážka může ovlivnit uspokojování potřeby zachování kontinuity životního příběhu. Podobně tomu může být u pana Václava, který řekl: *„Rád jsem zpíval, ale teď si nevěřím (...) se blbě zpívá, když se neslyším na 100 %.“* Následně Václav zazpíval kousek známé písně. Bylo vidět, že ho zpěv baví, ale též šlo z hlasitosti zpěvu poznat, že se cítí „nesvůj“ kvůli zhoršenému sluchu. V této chvíli je možné, že Václav čelí strachu ze ztrapnění se během zpěvu, což může kromě naplňování potřeby kontinuity životního příběhu ohrozit též naplňování výše uvedené potřeby vlastní důstojnosti a hodnoty.

Roli v uspokojování této potřeby hraje rovněž osobnostní nastavení jedince a jeho dřívější zvyky. Někdo byl před příchodem do domova pro seniory aktivní, někdo méně. Jedinci, jenž byl zvyklý na určitý druh aktivity, může tato aktivita v domově pro seniory chybět. Dotazovaný klient uvedl, že byl zvyklý pracovat na zahradě. V domově pro seniory v této aktivitě pokračovat nemůže z následujícího důvodu: *„... já si to dělám podle svého, někomu se to nebude líbit, bude mít výhrady...“* Tento pán byl též zvyklý v zimě topit a přikládat do kotle. Tuto aktivitu institucionální bydlení nenabízí. Minulé zvyky též ovlivňují potřebu účastnit se skupinových aktivit. Výše zmíněný klient byl zvyklý trávit čas o samotě: *„... já jsem byl sedmnáct let sám na baráku, jenom s pejskem a čtyřma slepicemi. Nikam jsem nechodil. Měl jsem práci na zahradě,“* což může být důvodem jeho neúčasti na skupinové aktivizaci. Podobný důvod k neúčasti se objevil i u paní Anny. Paní Anna rovněž nevyhledává společnost, tvrdí o sobě, že je spíše introvertní typ a *„téma hovoru s ostatníma jsou takový drby, a ty já nesnáším.“* Oproti této paní jsou ostatní dotazované klientky velmi společenské a rády tráví čas pohromadě. Minulý život jedince byl ovlivněn rovněž jeho pracovním rozvrhem. Jedna z dotázaných klientek uvedla, že i v domově pro seniory nadále vstává ve stejnou dobu, ve kterou byla zvyklá vstávat dříve: *„Já vstávám v pět hodin. Vstávala jsem vždycky v pět hodin, když jsem chodila do práce, tak vždycky v pět hodin vstamu. To už si rozsvítím a pomalu se oblíkám (...) Já vám hrozně ráda vstávám (...) Jdu na rehabilitaci v půl sedmý. Pak se přijdu nasnídat. Pak si zase ještě chvílku lehnu, zdřímnu si. A pak v jedenáct hodin, v půl jedenáctý jdeme ven.“*

## 6. Diskuze

Hlavním výzkumným záměrem bylo nalezení potřeb, které jsou naplňovány prostřednictvím volnočasových aktivit v domově pro seniory a jejich faktorů. Analýzou dat byly nalezeny následující potřeby, o nichž hovoří Suchomelová (2016) často ve shodě s Vágnerovou (2007): potřeba sounáležitosti a citové vazby, potřeba lásky spojená s potřebou užitečnosti, potřeba seberealizace, potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty, potřeba zachování kontinuity životního příběhu a potřeba stimulace a orientace, již uvádí Vágnerová (2007).

Naplnění potřeby sounáležitosti se ve výpovědích klientek projevovalo skrze časté používání zájmena „my“. Lze usoudit, že dámy, jež se pravidelně schází, se vnímají jako celek, skupinu, v níž má každá své místo a je její součástí, oproti klientovi, který se skupinových aktivit neúčastní a v domově pro seniory nemá nikoho z řad vrstevníků, s kým by pociťoval sounáležitost. Potřeba sounáležitosti a citové vazby tak musí být naplňována skrze jiné vztahy, což se v klientově výpovědi přímo potvrdilo ve spojitosti s přátelským vztahem k personálu. Potřeba citové vazby se nejsilněji projevovala u klientek, jež spolu tráví čas i mimo organizované aktivizační činnosti a dalo by se říci, že jsou dobrými přítelkyněmi. Přátelský vztah napomáhá uspokojovat potřebu sociálního kontaktu, a zároveň může být prevencí ohrožení identity jedince spojené se ztrátou zázemí při přechodu do institucionálního bydlení, o němž píše Vágnerová (2000). Skrze přátelský vztah či vztah s personálem zařízení může být rovněž naplňována další identifikovaná potřeba. Jedná se o potřebu lásky, jejíž uspokojování bývá u osob žijících v domově pro seniory obtížnější.

Saturace potřeby seberealizace byla nejvýrazněji pozorovatelná u klientky, jejíž zálibou je háčkování. Tato klientka se realizuje nejen skrze samotnou činnost, ale také skrze potěšení, které svou činností přináší nejen sobě, ale rovněž ostatním. Uznání ostatních, jak uvádí Vágnerová (2007), naplňování této potřeby napomáhá.

Jako jeden z faktorů ovlivňující naplňování nejen potřeby seberealizace se ve shodě s poznatky Vágnerové (2007) a Suchomelové (2016) objevil zdravotní stav jedince. V důsledku zhoršeného zdravotního stavu po jícího se se stářím dochází k oslabování soběstačnosti jedince, což je jednou z výzev této vývojové etapy popisované například Vágnerovou (2007). V souvislosti s vyrovnáváním se s novým sociálním statutem musí jedinec přijmout též fakt, že některé činnosti již nemůže vykonávat v takovém rozsahu, jak tomu bylo dříve, což je v souladu s Baltesovou (2009) teorií efektivního životního řízení. Konkrétně se jedná o kroky selekce a optimalizace, které se projevují ve chvíli, kdy senior redukuje vykonávané aktivity na ty, které ještě zvládá a věnuje jim pozornost, aby mohly být vykonávány co nejlépe. Vhodným krokem je též kompenzace, tedy nahrazení těžko uskutečňované činnosti jinou aktivitou. V souvislosti s kompenzací uvedu příklad dotazované klientky Evy, jež je upoutána na invalidní vozík. Klientka mi sdělila, že ji bavila jízda na kole, avšak vlivem svého handicapu a pobytu v domově pro seniory, který tuto aktivitu nenabízí, ji již nemůže uskutečňovat. V případě zájmu o pohyb ale může klientka využít jiné formy cvičení, jež jsou v domově pro seniory nabízeny. Nejčastěji se jedná o protahovací cviky s prvky jógy odehrávající se vsedě z důvodu dostupnosti většině klientů, při nichž není invalidní vozík překážkou.

Ve spojitosti s rozhovorem s klientkou Annou vyvstala myšlenka důležitosti dalšího vzdělávání personálu aktivizace, jež potvrzuje slova Kalvacha (2004) o pracovníkově znalosti široké škály různých aktivit, technik a programů a poznatky Lukesche (2023) o dalším vzdělávání v oblasti činností využívaných k aktivizaci. Vzdělanost aktivizačního pracovníka v oboru aktivizačních činností může rovněž napomoci klientovi v saturaci potřeby seberealizace. Potřeba vzdělávání se se projevila i u zmíněné klientky. Tato klientka i přes svůj vyšší věk ovládá technologie, je schopna si cokoliv vyhledat na notebooku, který rovněž využívá ke sledování aktualit. Zpětně zjišťuji, že by bylo vhodné se v průběhu rozhovoru s klientkou věnovat i této tematice, neboť v souvislosti s volným časem jsou vzdělávací aktivity u seniorů stále oblíbenější, na což poukazují i kapitoly v Janišově knize *Volný čas seniorů* (2016).

Skrze vzdělávání se, které ovlivňuje naši orientaci ve světě, se dostávám k další zjištěné potřebě, již je potřeba stimulace a orientace. O této potřebě píše Vágnerová (2007) jako o potřebě spojené s přechodem do nového prostředí a nutností si na toto prostředí zvyknout. Dalo by se říci, že nutnost naplňování této potřeby se objevuje bezprostředně po příchodu do institucionálního bydlení. Vidím souvislost s adaptačním procesem jedince popisovaným ve třetí kapitole této práce a poznatky Vágnerové (2000), jež popisuje nutnost orientace v novém prostředí a získávání informací o způsobu života v instituci jako jeden z kroků adaptačního procesu.

Adaptační proces má vliv na klientův postoj k aktivizačním činnostem. Z rozhovorů vyplynulo, že klientky, jejichž přestěhování se do domova pro seniory bylo dobrovolné, a tím pádem se snáze adaptovaly, jsou naladěné optimističtěji než klient Václav, v jehož stěhování hrála roli nemoc. Tento klient uvedl, že si již na život v instituci zvykl, avšak soudě z řeči jeho těla v průběhu rozhovoru a slov o naději v návrat domů, není v zařízení zcela spokojený. Většina dotazovaných dam se pravidelně a ráda účastní nabízených aktivizačních činností. Častou motivací pro scházení se, kterou zmiňuje rovněž Kalvach (2004), je trávení času ve společnosti lidí, s nimiž si jedinec rozumí. Jak bylo již zmíněno v souvislosti s potřebou sounáležitosti, pan Václav čas se skupinou netráví. Domnívám se, že na toto má kromě Václavovy osobnosti vliv i míra úspěšnosti jeho adaptace a s ní spojená důvěra v okolí.

Následující zjištěnou potřebou je potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty. V souvislosti s touto potřebou bych chtěla poukázat na důležitost vhodného přístupu personálu zařízení, o níž hovoří například Kalvach (2004). Klient Václav se mi svěřil s jeho zkušenostmi s personálem po příchodu do domova pro seniory. Vlivem nemoci se dostal do situace, kdy byl závislý na pomoci druhých i v nejcitlivějších okamžicích jeho života. V této chvíli hrála roli potřeba víry a důvěry v ostatní, již popisuje Suchomelová (2016), při jejímž naplňování je podstatný úctyplný vztah respektující důstojnost klienta. Jinak tomu není ani ve spojitosti s volnočasovými aktivitami v domově pro seniory. Vhodný přístup personálu ke klientovi vycházející ze znalosti klientovy biografie spolu s možností svobodné volby napomáhá seniorovi k uvědomování si vlastní důstojnosti.

Poslední nalezenou potřebou je potřeba zachování kontinuity životního příběhu. Tato potřeba se pojí s důležitostí životního cíle, o níž píše Frankl (2006). Jedinec by si měl stanovovat cíle, neboť cíle nás v životě posouvají. U klientů domova pro seniory je mít cíl obzvláště důležité, neboť cíl motivuje k aktivitě. Práce s cílem se objevila ve výpovědi klientky ve chvíli, kdy popisovala průběh jejího dne.

Vrátím-li se k otázce faktorů naplňování potřeb při volnočasových aktivitách, mohu za jeden z nich považovat adaptační proces klienta, neboť, jak jsem uvedla, míra přizpůsobení ovlivňuje kvalitu života jedince v domově pro seniory a schopnost vycházet s ostatními. Roli v naplňování potřeb klientů domova pro seniory bezesporu hraje i personál zařízení, který se podílí na vytváření vhodného prostředí. Mluvila jsem rovněž o zdravotním stavu jedince, který může být překážkou, ale zároveň též příležitostí k výkonu aktivity.

Limity provedeného výzkumu spatřuji v následujících okolnostech. Během rozhovorů hrálo jak na straně výzkumníka, tak na straně participantů roli aktuální naladění a míra uspokojení fyziologických potřeb. Jeden z rozhovorů byl realizován ihned po skončení aktivizace, při níž se klienti soustředili na kvízové otázky, tudíž se u nich mohla projevit únava. Současně se rozhovor odehrával v dopoledních hodinách před obědem. Tohoto rozhovoru se zúčastnil větší počet klientek, což mohlo mít vliv na míru otevřenosti při odpovědích. Limitujícím faktorem by rovněž mohla být příjemnost prostředí, v němž se odehrávaly rozhovory. Z tohoto důvodu jsem výběr prostředí nechala na klientech. Většina hovorů se z pochopitelných důvodů uskutečnila v pokojích klientů. Důležitým faktorem je též zdravotní omezení na straně klientů. V tomto případě však nebyl shledán handicap, který by ovlivnil schopnost klienta vést rozhovor. Limit, který byl vnímán na straně výzkumníka i některých participantů, byla nervozita, což je pochopitelné, neboť obě strany byly vystaveny neobvyklé situaci. Postupem času se však rozhovor přesunul do přátelské úrovně, i když se jednalo o součást výzkumu, a nervozita se zmírnila. Vliv na kvalitu informací by mohla mít rovněž samotná metoda, jež byla pro výzkum zvolena. Jednalo se o polostrukturovaný rozhovor, jenž nemá přesně stanovenou strukturu, pouze tematické oblasti. Ze strany výzkumníka tak mohlo u některých rozhovorů dojít k vynechání určité oblasti, jež se v jiném rozhovoru objevila. Současně mohlo dojít k odklonění od hlavního tématu, což ale nevnímám jako nevýhodu. Nahrávání rozhovoru na diktafon může být též omezením, neboť zpětné přehrávání umožňuje pouze slyšet zvuk, nikoliv pozorovat řeč těla účastníků. Ke zkreslení dat by mohly vést sympatie výzkumníka ke konkrétnímu klientovi či určitý druh známosti. V tomto případě tomu tak nebylo. S jednou z klientek, s Marií, jsem se sice setkala již při dřívější návštěvě zařízení, ale kromě informace o její zálibě v háčkování jsem o ní nevěděla nic.

## Závěr

Cílem této práce bylo zjistit, zda napomáhají volnočasové aktivity v domově pro seniory naplňování potřeb rezidentů a jakým způsobem k jejich naplňování při těchto aktivitách dochází. Pro kontext práce bylo podstatné vymezit, kdo je senior a jaké změny se s touto vývojovou etapou pojí. Následně jsem se věnovala lidským potřebám, a to obecně a následně těm, které vyvstávají do popředí ve starším věku. Třetí kapitola práce představila domov pro seniory a mluvila o standardech kvality sociálních služeb, které život jedince v domově pro seniory ovlivňují. Jedním ze zmíněných standardů je individuální plánování, kterému jsem rovněž věnovala pozornost. Druhou část této kapitoly jsem věnovala tématu volnočasových aktivit v pobytovém zařízení a potřebám, které lze skrze tyto činnosti saturovat. Ve výzkumné části jsem se věnovala otázce, jaké potřeby mohou být naplňovány skrze volnočasové činnosti a co jejich saturaci ovlivňuje.

Na základě práce s odbornými zdroji a vlastního výzkumu lze konstatovat, že aktivizační činnosti mohou napomáhat saturaci širokého spektra potřeb klientů. Jedná se především o *potřebu vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty*, která je naplňována skrze kontakt klienta a aktivizačního pracovníka, a to nejen přímo při realizaci volnočasových činností, tedy při jejich vhodném výběru, ale také ve chvíli, kdy je klient na aktivizaci zván. V této chvíli je podstatné, aby pracovník aktivizace klienta informoval o uskutečnění aktivit, ale k účasti na nich ho nepřesvědčoval a zachoval mu možnost svobodné volby a přispěl tak k jeho pocitu vlastní důstojnosti. Pocit důstojnosti přináší rovněž možnost rozhodování se nad aktivitou a realizace vlastní aktivity.

Následující zjištěnou potřebou je *potřeba souměřitosti a citové vazby*, jež může být naplňována formou párových či skupinových aktivit, při nichž senior tráví čas s lidmi, se kterými si rozumí a kteří mají podobné zájmy. Tato potřeba bývá častým motivem k účasti na aktivitách. Další klíčovou potřebou je *potřeba lásky* spojená s *potřebou být užitečný* a s ní spojená *potřeba seberealizace*. Potřeba lásky se pojila s přátelským vztahem klientů, zájmem jednoho o druhého, jejich vzájemnou pomocí a podporou během aktivizačních činností, ale i mimo ně. Láska se u klientů neprojevovala nejen ve vztahu k lidem, ale také ke zvířatům chovaných v domově pro seniory, o něž mohou pečovat. Potřeba užitečnosti se ukázala ve chvíli, kdy klientky popisovaly, jak se podílejí na výzdobě domova pro seniory nebo jak pomáhají ostatním klientům s běžnými denními úkony. Potřeba seberealizace může být naplňována skrze oblíbené volnočasové činnosti, ve kterých klient vidí smysl a přinášejí mu radost a skrze možnost individuální organizace těchto činností. Tato potřeba může být uspokojována též prostřednictvím identifikace seniora se životem a úspěchy rodinných příslušníků.

Během volnočasových aktivit může být přirozeně naplňována *potřeba stimulace a orientace*. Tato potřeba může být naplňována prostřednictvím podávání informací o plánovaných aktivizačních činnostech, a to buď skrze kontakt seniora a personálu zařízení či skrze vhodně umístěné informační tabule. Potřeba orientace je též naplňována formou zjišťování aktualit ze světa a s tím spojeným zachovávání přehledu o současném dění.

Poslední z nejčastěji se projevovaných potřeb je *potřeba zachování kontinuity životního příběhu*, která bývá naplňována prostřednictvím pokračování v oblíbených



činnostech i po přestěhování se do institucionálního bydlení. Saturaci této potřeby rovněž napomáhá možnost věnovat se činnostem, které seniorovi dávají smysl a naplňují ho a rovněž vzpomínání na dřívější dobu, což může při aktivizaci přijít například ve chvíli, kdy hraje seniorova oblíbená hudba či je v televizi puštěn známý film či k němu může docházet při organizovaných reminiscenčních aktivitách.

Naplnění či nenaplnění výše zmíněných zjištěných potřeb je ovlivňováno různými faktory. Jedním z nich je klientova celková *spokojenost se životem v domově pro seniory*, která zahrnuje dobrovolnost jeho umístění do instituce, jeho adaptační proces, prostředí domova pro seniory a pokoje klienta, denní režim zařízení a schopnost jedince vycházet s dalšími seniory. Jedinec, u nějž byl přechod do domova pro seniory dobrovolný či si uvědomoval jeho důvod, adaptační proces probíhal bez větších komplikací, nyní je sžitý s denním režimem a s ostatními klienty relativně vychází, je optimističtější naladěný a má větší chuť účastnit se společných aktivizačních činností. Složkou spokojenosti se životem v domově pro seniory je také *přístup jeho personálu* vycházející z celkové filozofie zařízení.

Potvrdilo se, že důležitým předpokladem nejen aktivizačního pracovníka, je respektující vztah ke klientům a zájem o ně. Bude-li pracovník o klientovi vědět dostatek informací, dokáže mu připravit vhodný a přínosný program. Pracovník též musí brát ohled na klientovu osobnost a jeho *minulé zvyky* – například je-li senior zvyklý trávit čas spíše o samotě, nebude pro něj přínosná účast na skupinových aktivitách. Na saturaci potřeb má vliv též *zdravotní stav jedince*. Ten může hrát roli ve chvíli, kdy by senior rád vykonával určitou činnost, ale vlivem jeho zdravotní překážky to není možné. Je důležité, aby se aktivizační pracovník orientoval v různých druzích činností, které může seniorovi nabídnout jako alternativní možnost.

Práce s vzájemně se prolínajícími potřebami seniora je důležitým předpokladem spokojeného života v rezidenčním zařízení. Skrze respektující, úctyplný vztah a individuální přístup s ohledem na fyzická, psychická a sociální specifika vyššího věku může personál zařízení napomáhat klientovi v naplňování těchto potřeb.

Tato práce může aktivizačnímu pracovníkovi objasnit, proč je podstatná znalost konkrétního klienta domova pro seniory. Současně pro něj může být přínosem v oblasti orientace v potřebách starších lidí, jež se objevují i ve volnočasových činnostech. Znalost těchto potřeb a faktorů, jež přispívají k jejich saturaci, může pracovníkovi pomoci v přípravě přínosné aktivity. Práce může rovněž poskytnout východiska například ke zkoumání důležitosti práce s potřebami klientů pobytového zařízení.

## Seznam použitých zdrojů

### Literatura

1. BALTES, Paul B., 2009. Stáří a stárnutí jako oslava rovnováhy: mezi pokrokem a důstojností. In: GRUSS, Peter. Perspektivy stárnutí z pohledu celoživotního vývoje. Praha: Portál, s. 11–27. ISBN 978-80-7367-605-6.
2. BLAŽKOVÁ, Jana. *Volnočasové aktivity jako prostor k naplňování vybraných potřeb seniorů v rezidenčním zařízení*. České Budějovice 2022. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce Mgr. Věra Suchomelová, Th.D.
3. ČELEDOVÁ, Libuše, Zdeněk KALVACH a Rostislav ČEVELA. *Úvod do gerontologie*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3404-3.
4. DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.
5. FRANKL, Viktor E. A přesto říci životu ano: psycholog prožívá koncentrační tábor. 2., oprav. vyd. Přeložil Josef HERMACH. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006. ISBN 80-7192-848-8.
6. GEORGI, Hana; HÖSCHL, Cyril a VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Gerontologie: současné otázky z pohledu biomedicíny a společenských věd*. Praha: Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2628-4.
7. HAUKE, Marcela. *Pečovatelská služba a individuální plánování: praktický průvodce*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3849-9.
8. HAUKE, Marcela. *Zvládání problémových situací se seniory: nejen v pečovatelských službách*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5216-7.
9. HÁTLOVÁ, Běla. *Psychologie seniorského věku*. v Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně, 2010. ISBN 978-80-7414-318-2.
10. HOLCZEROVÁ, Vladimíra a DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4697-5.
11. HOLMEROVÁ, Iva, Božena JURAŠKOVÁ a Květuše ZIKMUNDOVÁ. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. 3., přeprac. a dopl. vyd. Praha: EV public relations, 2007. ISBN 978-80-254-0179-8.
12. Hořáková L. Saturace duchovních potřeb seniorů při aktivizačních činnostech v pobytových zařízeních, České Budějovice, 2018, Diplomová práce, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta, katedra pedagogiky. Vedoucí práce Suchomelová V.
13. JANEČKOVÁ, Hana a VACKOVÁ, Marie. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-581-3.
14. JANIŠ, Kamil a SKOPALOVÁ, Jitka. *Volný čas seniorů*. Pedagogika (Grada). Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5535-9.

15. KALVACH, Zdeněk. *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0548-6.
16. KALVACH, Zdeněk. *Respektování lidské důstojnosti příručka pro odbornou výuku, výchovu a výcvik studentů lékařských, zdravotnických a zdravotně-sociálních oborů*. Praha: Cesta domů, c2004. ISBN 80-239-4334
17. KAREŠOVÁ, Kateřina. Využití muzikoterapie v životě seniora. Online, Bakalářská práce, vedoucí PhDr. Eva Jarolímová, Ph. D. Praha: Univerzita Karlova, Husitská teologická fakulta, 2020. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/121615/130290238.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. [cit. 2024-02-02].
18. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemoci*. Psyché (Grada). Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-0179-0.
19. KUBÍKOVÁ, Miroslava. *Kvalita života seniorů ve vybraných pobytových zařízeních*. Online, Bakalářská práce, vedoucí PhDr. Jindra Vondroušová, Ph.D. Hradec Králové: Univerzita Hradec Králové, Pedagogická fakulta, Katedra pedagogiky a psychologie, 2016. Dostupné z: <https://theses.cz/id/5xc5e3/STAG74767.pdf>. [cit. 2024-01-15].
20. LUKESCH, Vít. *Vzdělávací potřeby aktivizačních pracovníků v domovech pro seniory*. Diplomová práce, vedoucí Mgr. Věra Suchomelová, Th.D. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta, 2023.
21. MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních [sic] zařízeních*. Sestra (Grada). Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3.
22. MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových zařízeních sociálních služeb*. 2., aktualizované a doplněné vydání. Praha: Grada Publishing, 2020. ISBN 978-80-271-2030-7.
23. MATOUŠEK, Oldřich. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-548-2.
24. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Psyché (Grada). Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4.
25. MIRGA, Miroslav. *Aktivizační pracovník v domově pro seniory Nová slunečnice*. Praha, 2018. Absolventská práce. Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická JABOK, Katedra sociální práce. Vedoucí práce PhDr. Hana Pazlarová, Ph.D.
26. MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-5029-7.
27. NEKARDOVÁ, Pavla. *Aktivizace seniorů v Domovech pro seniory v regionu Uherské Hradiště*. Olomouc, 2015. Bakalářská práce. Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Ústav pedagogiky a sociálních studií. Vedoucí práce doc. PhDr. Jitka Skopalová, Ph.D.
28. PAUCH, Karel. *Působení canisterapie na psychosociální stav seniorů*. Liberec, 2010. Bakalářská práce. Technická univerzita v Liberci, Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická, Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky. Vedoucí práce Mgr. Jitka Pejřimovská.

29. POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Sestra (Grada). Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3271-8.
30. POPELKOVÁ, Lenka. *Pozice aktivizačního pracovníka v domovech pro seniory z pohledu sociální pedagogiky*. Online, Bakalářská práce, vedoucí Mgr. Alena Knotková. Hradec Králové: Univerzita Hradec Králové, Pedagogická fakulta, Ústav sociálních studií, 2023. Dostupné z: <https://theses.cz/id/t3nkbs/STAG98598.pdf>. [cit. 2024-01-31].
31. PREISS, Marek a KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Psychologie pro každého. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2738-7.
32. PŘIBYL, Hugo. *Lidské potřeby ve stáří*. Jessenius. Praha: Maxdorf, [2015]. ISBN 978-80-7345-437-1.
33. RHEINWALDOVÁ, Eva, 1999. *Novodobá péče o seniory*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 80-7169-828-8.
34. STRMISKOVÁ, Petra. *Psychosociální potřeby seniorů*. Brno, 2007. Diplomová práce. Masarykova univerzita, Lékařská fakulta, Obor ošetrovatelská péče v gerontologii. Vedoucí práce Mgr. Marie Marková.
35. STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.
36. SUCHÁ, Jitka, Iva JINDROVÁ a Běla HÁTLOVÁ. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3.
37. SUCHOMELOVÁ, Věra. *Seniři a spiritualita: duchovní potřeby v každodenním životě*. Praha: Návrat domů, [2016]. ISBN 978-80-7255-361-7.
38. SUCHOMELOVÁ, Věra, Karolína DIALLO a Michal VAVREČKA. *Virtuální realita jako prostředek k naplnění specifických potřeb seniorů*. Sociální práce. 2021(6), 5-18.
39. SVATOŠOVÁ, Marie. *Víme si rady s duchovními potřebami nemocných?* Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4107-9.
40. ŠAMÁNKOVÁ, Marie. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci: aplikované v ošetrovatelském procesu*. Sestra (Grada). Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3223-7.
41. ŠVARŤÍČEK, Roman a ŠEĐOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.
42. TAŠKOVÁ, Jana. *Význam trénování paměti u seniorů*. Brno, 2008. Magisterská diplomová práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Mgr. Zdeňka Dohnalová.
43. TOMEČKOVÁ, Monika. *Vnímání a význam volného času v pravém stáří*. Brno, 2017. Diplomová práce. Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra sociální pedagogiky. Vedoucí práce doc. Mgr. Radim Šíp, Ph.D.
44. TRACHTOVÁ, Eva; FOJTOVÁ, Gabriela a MASTILIAKOVÁ, Dagmar. *Potřeby nemocného v ošetrovatelském procesu*. Vyd. 2., nezměň. Brno: Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů, 2008. ISBN 978-80-7013-324-4.
45. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

46. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
47. VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Základy pedagogiky volného času*. 2. dopl. vyd. Brno: Print-Typia, 2001. ISBN 80-86384-00-4.
48. VLČKOVÁ, Jindřiška. *Mechanismy adaptace na život v důchodu a jejich efektivita z pohledu seniorů*. Online, Diplomová práce, vedoucí PhDr. Hana Včelařová. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, fakulta humanitních studií, 2012. Dostupné z: [http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/19005/vl%20kov%20E1\\_2012\\_dp.pdf?sequence=1](http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/19005/vl%20kov%20E1_2012_dp.pdf?sequence=1). [cit. 2024-03-01]. VOJTOVÁ, Hana. *Jak (ne)přesadit starý strom: koncept Smyslové aktivizace v péči o seniory a osoby s onemocněním demencí*. Frýdek-Místek: JOKL, [2018]. ISBN 978-80-905419-9-3.
49. VRBOVÁ, Lenka. *Saturace potřeb u klientů domova pro seniory prostřednictvím pánské dílny*. Online, Bakalářská práce, vedoucí Mgr. Věra Suchomelová, Th.D. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta, Katedra pedagogiky, 2017. Dostupné z: [https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/37328/Vrbova\\_-\\_Bakalarska\\_prace.pdf?sequence=1](https://dspace.jcu.cz/bitstream/handle/20.500.14390/37328/Vrbova_-_Bakalarska_prace.pdf?sequence=1). [cit. 2024-01-20].
50. WEHNER, Lore a Ylva SCHWINGHAMMER. *Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4423-0.
51. ZGOLA, Jitka M. *Úspěšná péče o člověka s demencí*. Psyché (Grada). Praha: Grada, 2003. ISBN isbn80-247-0183-9.

## Internetové zdroje

1. AEDL: Pflegekonzepť [online]. Bonn, 2008 [cit. 2024-01-20]. Dostupné z: <http://www.aedl.de/>
2. CALMAN, K. C. Quality of life in cancer patients – an hypothesis. Online. Journal of medical ethics. Roč. 1984, č. 10, s. 124-127. Dostupné z: [https://www.jstor.org/stable/27716277?saml\\_data=eyJzYW1sVG9rZW4iOiJhMjk5MjI1ZC02YjQ0LTRmNDYtOGVjMS0wMjIzNDYwY2MwMzgiLCJlbWFPbCI6ImJsYXprajA1QHRmLmpjdS5jeiIsImIuc3RpdHV0aW9uSWRzIjpbIjcyNTRlNzQ1LWQ2MDU0tNGNkOC1iZDIwLWM3ZTYxNGNiNDc0NSJdfQ&seq=1](https://www.jstor.org/stable/27716277?saml_data=eyJzYW1sVG9rZW4iOiJhMjk5MjI1ZC02YjQ0LTRmNDYtOGVjMS0wMjIzNDYwY2MwMzgiLCJlbWFPbCI6ImJsYXprajA1QHRmLmpjdS5jeiIsImIuc3RpdHV0aW9uSWRzIjpbIjcyNTRlNzQ1LWQ2MDU0tNGNkOC1iZDIwLWM3ZTYxNGNiNDc0NSJdfQ&seq=1). [cit. 2024-01-10].
3. Domov pro seniory | Sociální služby v Kynšperku nad Ohří, příspěvková organizace. Sociální služby v Kynšperku nad Ohří, příspěvková organizace [online]. Copyright © [cit. 19.01.2024]. Dostupné z: <https://ss-po.cz/poskytovane-sluzby/domov-pro-seniory/>
4. Kurz: Duchovní potřeby ve stáří. E-learning JCU [online]. [cit. 2023-11-28]. Dostupné z: <https://elearning.jcu.cz/course/view.php?id=5531>
5. MUSSCHENGA, A. W. The Relation Between Concepts of Quality-of-Life, Health and Happiness. Online. The Journal of Medicine and Philosophy: A Forum for Bioethics and Philosophy of Medicine. 1997, roč. 1997, č. 22, s. 11-28. Dostupné z: <https://philpapers.org/archive/MUSTRB-3.pdf>. [cit. 2024-01-10].
6. Poskytované služby | Sociální služby v Kynšperku nad Ohří, příspěvková organizace. Sociální služby, p.o. Kynšperk nad Ohří, DpS Kynšperk [online].

- Copyright © 2021 [cit. 19.01.2024]. Dostupné z: <http://www.ss-po.cz/poskytovane-sluzby/>
7. Sociální služby v Kynšperku nad Ohří, příspěvková organizace. Online. [cit. 2024-01-19]. Dostupné z: <https://www.ss-po.cz/>
  8. Volný čas | Sociální služby v Kynšperku nad Ohří, příspěvková organizace. Sociální služby, p.o. Kynšperk nad Ohří, DpS Kynšperk. Online. [cit. 2024-01-22]. Dostupné z: <https://www.ss-po.cz/zadatel-klient/volny-cas/>
  9. Vyhláška č. 505/2006 Sb. Vyhláška, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách. Zákony pro lidi – Sbírka zákonů ČR v aktuálním konsolidovaném znění [online].
  10. 108/2006 Sb. Zákon o sociálních službách. Zákony pro lidi – Sbírka zákonů ČR v aktuálním konsolidovaném znění [online]. Copyright © AION CS, s.r.o. 2010 [19.01.2024]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108#cast3>
  11. 563/2004 Sb. Zákon o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů. Zákony pro lidi – Sbírka zákonů ČR v aktuálním konsolidovaném znění [online]. Copyright © AION CS, s.r.o. 2010 [25.01.2024]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-563>

## Přílohy

### Příloha I: Přepis rozhovoru 1 (paní Anna)

Vcházím do pokoje, Anna sedí u stolu a sleduje něco na notebooku. Uvádí mě sociální pracovnice. Anna zavírá notebook. Se sociální pracovnící se domlouváme na detailech, následně odchází. Anna mi sdělila, co sledovala na notebooku. Krátce jsme si o tom popovídaly, což pomohlo odlehčit atmosféru. Následně jsem se klientce představila, sdělila záměr rozhovoru a zeptala se, zda nebude vadit, když budu nahrávat zvuk.

Anna: Já jsem si jenom hledala něco k té vraždě v Klánovickém lese. Trochu se takhle vzdělávám, chci bejt v obraze.

JB: Ona se stala nějaká vražda?

Anna: V Klánovickém lese někdo zastřelil třicetiletého tátu a dvouměsíční miminko v kočárku. No to je děs jako.

JB: To jsem vůbec nevěděla, že se stalo.

Anna: No, to... ve čtvrtek, nebo ve středu minulej tejden. Tak samozřejmě, protože je tam nezletilej, tak policie nedá žádný informace, že jo. No, tak počkáme, na co přijdou...

JB: Hmm.

JB: Abych se vám představila... Sociální pracovnice už mě trochu představila, ale já ještě doplním, o co přesně jde. Já studuji Jihočeskou univerzitu v Českých Budějovicích a teď píšu diplomovou práci, která se zabývá aktivizačními činnostmi v domově pro seniory a vlastně celkově životem v domově pro seniory. A ráda bych se s vámi právě o těchto tématech bavila. Nebude vám vadit, když budu náš rozhovor nahrávat? Jen zvuk, obraz ne.

Anna: Určitě mi to nebude vadit.

JB: Dobře, děkuji.

JB: Nejdřív bych se vás zeptala, co jste ráda dělala, než jste přišla do domova pro seniory?

Anna: Noo, já jsem měla teda širokej záběr. A jako konkrétně doma jsem háčkovala ve velkým, pletla ve velkým, četla. A to čtu do teďka. Zahradu jsme měli, takže ta mně velice za zabrala čas. A strašně ráda jsem cestovala.

JB: A nechybí vám to tady?

Anna: A já si tady taky vyjedu... Jo, tady dělají zájezdy různý. Začalo to tak, že... jako iniciativnější pracovníci jsou o patro vejš, v tomhle směru, jo a... vypadl jim jeden účastník, tak přišli za mnou, jestli nechci jet. No tak samozřejmě všema deseti že ano.

A od té doby jsem byla takovej, no, že mě vzali jako takovou zálohu, takovej náhradník. Ale teď už ne. Teď už jsem účastník.

JB: Tak to je super. A kam třeba jezdíte?

Anna: No všude možně. Frantovy, Mariánky, byly jsme na Červeném zámečku u Chomutova nebo u Jirkova. Tam to bylo moc krásný teda.

JB: Tam jsem nikdy nebyla.

Anna: Jo, to je jako opravdu zajímavá záležitost. A jako myslím si, že zdejší pracovníci jsou teda nenahraditelní. Oni mají takovou snahu těm lidem tady, co jsme tady, pomáhat, jako je zabavit, protože co si budem povídat, číst... čte málokdo, protože jedna nevidí, druhou to nebaví. No a pak se nudí, že jo? Holky tady dělají až nemožný věci. Jako jsou úplně bezvadný.

JB: A třeba jakou aktivitu máte vy osobně nejraději?

Anna: Oh, sorry, tak tady narazíme, protože... Samozřejmě, já jsem tady jedna z nejmladších, protože mně je pouze pětasedmdesát... já si myslím, že je to dost, ale vůči ostatním jsem teda, že jim můžu chodit pro pivo, jo. Ale hlavně tady se pořádají hodně hudební pořady. Zrovna teď nějakéj probíhá.

JB: Jo, to jsem slyšela, když jsem šla okolo.

Anna: A to je dechovka a dechovka není moje, můj šálek kávy. Já miluju jazz, jo, swing a rock. Ten teda mám strašně ráda, takže já si to vynahrazuji, protože to mám tady (ukazuje na rádio) a pustím si to, co potřebuju. A jako na dechovku nechodím, a tý je tady opravdu hodně. Ale všechny ostatní ženský ji milujou, takže to je v pohodě! Já jim to nevyčítám. Já jsem taková blbá výjimka.

JB: Tak každéj má rád něco...

Anna: Jasně. A tak jako. Pak teda denně dopoledne je vždycky, je teda nějaká taková ... se zručností nebo... Já nevím, jak bych to řekla. Aby se ta motorika nějakým způsobem vyvíjela. Nebo vyvíjela se... ona už se nevyvíjí teda u těch lidí, ale aby byla v takovém nějakým rozumným stavu. A to mě nebaví, takže tam taky nechodím. Já jsem se rozhodla, že teda jaksi budu chodit, ale až později. Až to budu potřebovat. Protože ty věci, co tam dělají, tak to já jsem dělala vnoučatům před x lety. A jaksi? Mně to přijde trapný, no. Pro mě teda. Těm ženským se to líbí. A to je dobře, že se jim to líbí. Jo, to jsem ráda, že jako to, a ty holky nad tím tu přípravu, a to mají tak složitou, že. Já je obdivuju. Zejména Pavlínka, ta tímhle zaměstnáními žije, to je jedna ta, já jim říkám kulturní referentka, ale to teda nejsou, že jo? Teď se jim říká moderátorky, nebo jak se jim říká?

JB: Aktivizační pracovnice?

Anna: Ano, no vidíte to, tak jsem blbá. A ta jako ta jednak stále chodí na všelijaký kurzy a na všelijaký teda místa, aby zdokonalila a rozšířila svoje znalosti a tady to teda aplikovala. Jo, fakt je to je taková šikulka no.



JB: No vidíte, na to jsem se taky chtěla zeptat, jaký jsou tady aktivizační pracovnice...

Anna: Úžasný, úžasný. Obě dvě úplně bezvadný. Baví je to. Rádi pro ty lidi připravují... To je dobře. To je potřeba.

JB: No a teda, říkala jste, že na ty aktivity moc nechodíte... Mě by zajímalo, jestli vyhledáváte nějaký sociální kontakt? Máte tu nějaký známý, kamarádky? Trávíte s nimi čas?

Anna: Ale tak. Měla jsem tu jednu. Ta je... dneska ji odvezli do nemocnice. Z toho jsem teda ne zrovna úplně dobrá. To je paní, kterej je pětadevadesát, strašně šikovná ženská, veselá, vtipná. A hlavně chytrá, protože jaksi... Já nechci ty ostatní pomlouvat, chraň bůh, tak to neberte, jo, ale téma hovoru s ostatníma jsou takový drby, a ty já nesnáším. Fakt, ty nesnáším. Já jako nemám ráda takový to tamten s těma támhle... a víte, co udělal tenhle? Vždyť je to jeho věc, tak co? Já se o to budu zajímat? To je jako takový téma... a ty já nemám ráda, a proto teda jako moc do těch místních hloučků nechodím. Zatím jsem teda samotář protivnej, no. Co říkají o mně, ať si říkají, co chtěj, mně to nevadí. A můžu říct, že jsou to samozřejmě takový... Já nevím, ve dvě hodiny se podává káva, tak si sedí tam na u těch stolů na chodbě a tam se drbe, no. A tam jsem byla jednou, když jsem nastoupila a úplně mi takhle vstávaly vlasy na. Hlavě a říkala jsem, že tohle absolvovat nebude, to jako zatím ještě jsem k tomu nedospěla. Ale myslím, že pro ty lidi, co si chtěj takhle povídat, je to dobrý.

JB: Jasně, rozumím. Takže teda spíš trávíte čas tady v pokoji?

(Paní přikyvuje.)

Anna: Já teda 90 % čtu tady. Teď mám tam rozečtenou Cizinku. To obdivuju teda tu autorku. Že ta knížka, tahleta, to je už čtvrtá. Všechny mají minimálně osmnáct set stran. Jak to tu babu mohlo všechno napadnout, to obdivuju.

JB: To si taky říkám, třeba když čtu knížky od Kinga, tak si říkám, kam na ty nápady chodí?

Anna: No ten taky. Ten má fantazii. A tohleto (ukazuje na knihu, kterou má zrovna rozečtenou) navíc je teda trošičku jako historický, že jsou tam i fakta, který teda jsou historický, takže ona musela studovat teda i spoustu materiálů mimo to, než začala teda psát, jo, aby jí to... protože to opravdu. Co já, já mám historii hrozně ráda, tak mi to sedí, jo. Já mám jedinej problém, že si nepamatuju data. Ale já nevím. O Trojský válce vám řeknu kdejakej detail.

JB: No to je dobrý náhodou. Lidi si většinou pamatují data, ale vůbec neví nic o té události.

Anna: Ne, mě teda tohle od mládí... data a čísla telefonu, ty mě nezajímají. Takže nevím ani svoje číslo, ale tak...

JB: No a teda ještě když jsme se bavily o těch aktivizačních činnostech... Říkala jste, že na ně moc nechodíte... A nikdo vás třeba nenutí na ně chodit? Je to všechno dobrovolný?

Anna: Ne, nenutí mě. Oni mě vždycky pozvou. Přijdou za mnou, že se jde něco dělat a že jestli se nechci přidat. Já vždycky slušně vysvětlím, že... že jako ne, no. Tak oni řeknou, že to nevádí, že třeba příště, jo... No a kór teďka v poslední době, to jsem jim říkala, já mám naději, že v sobotu pojedou k dceři, jako na Vánoce, a vrátím se až devětadvacátého. A tady lítá nějaký moribundus, takže jako do toho kolektivu moc nechodím, protože chci odjet. (Směje se.) Je to ode mě takový nehezký, ale je to tak.

JB: To je pochopitelný. Když máte tu možnost jet za rodinou, tak chcete být zdravá...

JB: A rodina vás tady pravidelně navštěvuje?

Anna: Já mám jednu dceru na Krajkovy, to je odsud, já nevím, dvacet kilometrů... S tou si teda denně telefonujeme a jezdí za mnou, pokud má možnost a já jí říkám: „Prosím tě, neblázni.“ Má takovejch vlastních starostí a povinností, a ještě aby často jezdila za mnou, to je blbost. Já si nepřipadám nějaká odložená, já jsem sem šla dobrovolně, protože jsem nechtěla být na obtíž, protože všechny děvčata chodí do práce a co by se o mě staraly, ježiš. A já tam padala jak blbeček, jsem byla pořád na hlavě. Tady jako se mi to vylepšilo. Pravidelnej rytmus a už to je lepší no.

JB: A jaký to tady je?

Anna: Dobrý. Dobrý. Mám tady všechno, co potřebuju. Pokoj pro sebe, tady mám klid. Koupelnu támhle za rohem vlastní, no...

JB: A neměla jste strach, když jste sem šla? Neměla jste strach, jaké to tu bude?

Anna: No, já vám řeknu, že... Já jsem ten barák znala, já jsem ho kolaudovala, já jsem dělala na stavebním úřadě, takže jsem tady byla kdysi, kdysi dávno, když se tohle postavilo, a tak jsem si říkala: „No do prčic, do takovýho baráku bych nikdy nechtěla.“ A nakonec jsem tu skončila, no a jsem maximálně spokojená, protože personál je tady vynikající. Já ty holky obdivuju, protože dělat tu ošetřovatelku, to je řehole, teda fakt. Jednak se fyzicky nadřou. Druhak musí mít dobrej žaludek. A já bych to nemohla dělat. Já jsem říkala, já bych radši dělala od rána do večera u lopaty než tohleto.

JB: To chápu. No tak každěj jsme stvořenej pro něco jinýho.

Anna: Jasně, no, určitě.

JB: Takže teda personál v pořádku?

Anna: Ty jsou tady fakt úplně skvělý. Jednička.

JB: A pamatujou si o vás hodně věcí? Znají vás, snaží se vás poznat?

Anna: Já si myslím, že jo že. Pokud něco, teda jaksi vypustím do terénu (směje se), tak jo, myslím, si že jo. Vypadá to, že mají zájem. To se člověk hned cítí líp, jo...

JB: Kdy ještě se cítíte dobře?

Anna: No já se cítím dobře, když udělám někomu radost, jo, to jako mě teda potěší, a to se cítím fakt dobře. Ráda dělám někomu radost.

JB: A jakým způsobem třeba?

Anna: Že pomůžu a, já nevím, když má někdo chuť si popovídat, tak si taky popovídám, že jo, samozřejmě.

JB: Třeba teď se mnou...

Anna: (Směje se.) Jo to jo, to mi vyhovuje. Ale jinač toho moc nenamluvím, protože není o čem, jo. Ale ráda teda pomůžu. To mi dělá fakt radost. A mně dělají radost vnoučata.

JB: A kolik jich máte?

Anna: Já to mám složitý. Já jsem dvakrát vdaná. Jednou jsem se rozvedla a z prvního manželství mám dvě dcery a z druhého jsem jako vyvdala dceru, takže já mám těch vnoučat požehnaně. No, pět.

JB: A sejdete se na ty Vánoce všichni, nebo jenom někdo?

Anna: No právě, že letos to vyjde. Od tý vyvdaný teda ne, ty se jako zajímají o jiný věci než o mě (směje se), ale já jim to neberu. Nejsem jejich pravá babička, takže to je jaksi pochopitelný a vůbec jim to nevyčítám. Ale s těma ostatníma se sejdu.

JB: Jak probíhá váš Štědrý den?

Anna: Úplně klasicky. Až na ty koledy, ty zpívají akorát holky. Já na to nejsem. A ... No je to jenom štedrá večere, dárečky, no.

JB: A třeba nějaké tradice, dodržujete?

Anna: No já jsem teda zažila jednu jedinou tradici, tam v Krajkový u Jany a u toho jejího druhého manžela. Tam nasypou drobný peníze do umyvadla a myjou si v tom ruce, aby se jich držely celý rok. To jsem v životě neviděla. Jsem na to čuměla, to je nějaký německý zvyk, protože on to je Němec ten její druhý manžel. Ale moc hodnej kluk.

JB: No to je fakt zajímavý. To jsem taky nikdy neslyšela.

Anna: Já na to čuměla jak vejr.

JB: Přijde mi to trochu nehygienický...

Anna: Hrozně teda jo, protože zejména kovový mince jsou samej bacil.

JB: No právě.

Anna: No jo... A tak, dělají to, tak ať si to dělají, no. Je to radost.

JB: To jo... Ještě se zeptám, jak dlouho tady už bydlíte?

Anna: Krátce. Hmm... Dva a půl roku.

JB: Mohla jste si vybrat pokoj, do kterýho půjdete, nebo prostě ten, kterej byl volnej?

Anna: Ten, kterej byl volnej. Já jsem bydlela na druhým konci chodby s jednou paní. Rok. To byl očistec na zemi. Ta paní byla... Nechci pomlouvat, ale byla zlá, jo. Ale bohužel před asi čtrnácti dnama zemřela. Je to hrozný. No a já jako měla hned požádáno od začátku o sólo pokoj, protože jsem si říkala, že to je jediný ideální. A povedlo se mi. Zase ta paní, co tady bydlela, zemřela. No to mně tady jako vadí ze všeho nejvíc, že jestliže se něco takhle... Že se musí čekat až někdo zemře, aby se mohl přijít další, jo. To je, to je nehezký, ale nedá se to... to je skutečnost, že jo... Co si budeme povídat. Nedá se to nijak ovlivnit. Barák se nenafoúkne. A ti, co umřou... Každýho nás to čeká, že. To je jediný, co je úplně spravedlivý... A mimo jiný, víte, co jsem udělala? Protože chci být ještě užitečná i po smrti... A to se málokomu povede... Já jsem uzavřela smlouvu s patologickým ústavem v Praze. A pomůžu nějakým medikům, ať si zařezají. No jako vnitřní orgány určitě darovat nebudu. Ty už jsou zhuntovaný (směje se). Ale jako že zjistí aspoň, kde mám jakej sval. A naučí se z toho něco.

JB: To je zajímavěj nápad.

Anna: Mně to teda jako přišlo... Já jsem zase na internetu na to náhodou narazila v létě. Řekla jsem to holkám, jako dcerám, ty mi říkaly: „No mami, co blbneš?“ Já jsem říkala: „Holky, já vám říkám od začátku, že já chci pohřeb bez obřadu a bič a pryč a rozsypat, ať nemusíte nikam chodit, protože nemáte čas. No to čas teda fakt nemaj. Já mám tady mladší dceru, ta pracuje v Bruselu a žijou v Bruselu už osmnáct let. A ta mladší je tady, ale má taky takový zaměstnání, že ten čas nemá. No to myslím, že všichni současní mladí jsou na tom takhle. Jestliže si chtějí vydělat a mít nějakěj aspoň pěkněj život, tak toho času nemají, no.

JB: Ta doba tomu moc nepomáhá.

Anna: No to teda opravdu nepomáhá.

JB: Moje známá má tři práce a je ráda, že uživí tři děti.

Anna: Tomu věřím. To já jsem šťastná, že nemusím chodit nakupovat, abych se tam nezdržovala mezi těma lidma. A taky hlavně ceny jsou teda úplně neúnosný. To je, to je děs.

(Delší ticho)

JB: Je něco, třeba nějaká myšlenka nebo něco, co se vám v životě stalo, co byste chtěla někomu předat?

Anna: Ježiš, já jsem měla tak nudnej život dlouhej (směje se). Ale ... To, co jsem dělala třeba na stavbě. To bylo dobrý. To jako jo. Já jsem sice vystudovala stavební průmyslovku, mám maturitu, a dělala jsem na okresním národním výboře na inspekci požární ochrany v Sokolově. V té době, to bylo. 74 až 76, se přistavovala budova okresního národního výboru a dělalo se to formou akce Z, takže povinně všichni zaměstnanci okresu měli rozpis a museli chodit na brigády každý den. V práci si to museli odmakat jindy a jako jít na tu stavbu, potřebovali tam mistra. A já jsem na té inspekci dělala taky stavařinu. Předseda za mnou přišel a říká: „Hele, ty, na to se

vybodni, to udělají kluci, půjdeš dělat mistra.“ Je fakt, že teda ti brigádníci jsou tam chodili v okrese ty mi dali tak zahulit, protože já jsem měla strach, že si ublížej. Jo, to to je hrozný, jako jak jsou lidi některý nešikovný nebo nechtějí dělat, jo, fyzická práce pro ně nebyla, protože to byly takový noblesní dámy a pánové. A já jsem tam celou dobu míchala beton, maltu, vozila kolečka tak. Já mám tu fyzickou práci teda ráda. Ačkoliv tady si myslí, že jsem kancelářská krysa.

JB: A proč si to myslí?

Anna: A tak já jim to neřekla (směje se).

JB: A máte i tady možnost se podílet třeba na práci na zahradě, kdybyste chtěla?

Anna: Kdybych chtěla, tak jo. Ale já mám problémy s plícema. Teď když sedím, tak vypadám jako absolutně zdravěj člověk, ale já to neudýchám, proto chodím s tímhle (ukazuje na chodítka s kolečky), že mám možnost si okamžitě sednout, když nemůžu jo a... Takže jakákoliv fyzická práce už je pro mě bohužel tabu jo, to to mě ale mrzí, protože ji mám ráda.

JB: To věřím, když jste na to byla zvyklá celej život.

(Ticho)

JB: Ještě bych se vás chtěla zeptat, co je pro vás v životě hodně důležité, ať už teď nebo dřív.

Anna: No. Nejsem žádná miss, tak nebudu říkat světovej mír (směje se). I když to je samozřejmě jako důležitý. Ale já bych chtěla, hlavně aby byly moje děti spokojený a v pohodě.

JB: To chápu.

Tak já vám děkuju za rozhovor, jestli mi třeba nechcete něco říct.

Anna: Já jsem se rozkecala až až, to stačí.

JB: Bylo to moc milé a opravdu oceňuji, že jste se tak rozpovídala.

Anna: No to vůbec není zač.

JB: Moc děkuju. Mějte se krásně a užijte si Vánoce s rodinou.

Anna: Hezké Vánoce.

Anna mě doprovází ke dveřím, loučíme se, Anna zůstává ve svém pokoji.

## Příloha II: Přepis rozhovoru 2 (paní Marie)

S druhou respondentkou jsem se potkala ve společenské místnosti, ve které zrovna probíhal koncert. Jako respondentku pro rozhovor vybrala tuto klientku sociální pracovnice, která mě klientce představila a řekla, že bych s ní chtěla vést rozhovor k diplomové práci a že rozhovor bude nahrávaný na diktafon. Rovnou jsem se klientky zeptala, zda s nahráváním souhlasí. Souhlasila. Paní Marie navrhla, že půjdeme do jejího pokoje. Cestou jsme si povídaly. Marie mi vyprávěla, jaký koncert zrovna probíhá a jak často navštěvují domov pro seniory hudebníci...

JB: Ještě jednou se zeptám, zda vám nebude vadit, že budu náš rozhovor nahrávat.

Marie: Nebude mi to vadit. Posad'te se.

(Paní mi ukazuje křeslo, na které si mohu sednout.)

Marie: Snad vám něco povím. Já jsem radši sama, jo a takhle, no. To můj muž, ten byl komunikativní. Ten jako jo, já byla právě opak zase no.

JB: To chápu, taky jsem spíš introvertní typ.

Marie: Ale povím vám něco, jestli budu vědět.

JB: Nemusíte mít strach, já vás z ničeho zkoušet nebudu, mně jenom zajímá, jak se vám tu žije a co říkáte na aktivizační činnosti. Sociální pracovnice řkala, že na ně chodíte. Jak často se účastníte?

Marie: Většinou všech. Co to tady jako jsou, tak všechny, na všechny chodím.

JB: A který vás baví nejvíc?

Marie: Tady když přijde pan harmonikář, pan Ho\*\*\*\*a, nebo paní, ta nevím, jak se jmenuje, asi E\*a. Ta je ze Sokolova taky s harmonikou. Nebo potom myslím, že to je starosta tady z toho... no kousíček, který taky hraje na harmoniku. Měli jsme tady striptýz. Muže i ženu předevcírem, no děti sem jezdí, teďka v sobotu jedeme do kostela, na Vánoce. Tady do Kynšperka. Vánoční. Je to hezký. Byla jsem tedy dvakrát už a je to hezký tedy. Naše vedoucí tam zpívá, Miluška, kuchař, jo. Takhle... účastním se tedy všech. Když je to možný účastnice, tedy vše, když je to možný, tak všech tedy.

JB: A baví vás všechny?

Marie: Baví zatím.

JB: Cítíte, že vám to něco přináší?

Marie: No radost hlavně. Takhle když je člověk jenom sám, nebo teda i když já jsem ráda sama, jo, nevyhledávám nějak to, ale když něco je, tak tam jsem no. Jdu mezi lidi.

JB: A kromě toho, že vám to přináší radost, je ještě nějaký důvod, proč chodíte na aktivity?

Marie: No... co zatím říkám, zatím jsem takhle v pohodě. Dostala jsem se ze všeho tedy. Takže mám takhle radost. Jinak já tady mám práce dost. Háčkuju, luštím, maluju ty omalovánky pro dospělé jo. Teď dělám panenky, teďka zrovna dole pro Pavlíčku

(ošetřovatelka), musím to stihnout do zítřka udělat, aby to měla k Vánocům. Měli jsme tady v tom červenci, jak byl ten Den seniorů v červenci, tak jsem tam prodávala právě taky výrobky moje, takže se vybraly peníze, tak jsem to darovala sem na naše druhé patro.

JB: To je super. A třeba i někde jinde neprodáváte? Ony existují různé internetové stránky, kde lidi prodávají...

Marie: To zatím ne. Já spíš dělám a rozdávám. Že lidi mají radost...

JB: A jak si tu rozumíte s ostatními lidmi? Říkala jste, že je nevyhledáváte, ale...

Marie: Rozumím. Se všema. Zatím nemám problém s nikým, vůbec s nikým. Ani s klienty ani s personálem nemám, já nemám tedy problém žádný.

JB: Takže kdyby vás tady z klientů někdo pozval na kávu, šla byste?

Marie: Šla bych. Proč ne... Jo. Taky tady slavíme narozeniny, to máme na zimní zahradě, tak se tam, kdo jako je schopnej, tak se tam sejdeme. Máme tam kávu, že jo, zákusky a tak.

JB: Z chvilí budou Vánoce... Jak se tu slaví? Taky nějak společně?

Marie: No tak já jsem většinou tady na pokoji, jo, jinak to mají v jídelně. Všichni nejedí domů, já taky tedy letos nejdu domů, no, takže uvidím, jak to bude letos. Ta večere je taky v jídelně. Bramborovej salát, řízek, file.

JB: A můžete se nějak podílet na přípravě večere, kdybyste chtěli?

Marie: Ne, zatím ne, zatím tohleto ne. To dělají všechno s kuchyní dole, všechno to jako oni dělají, akorát když my máme každé pátek, když to vychází, tak máme kavárničku na zimní zahradě, tak to si všechno děláme sami, jo. A na Vánoce jsme pekli cukroví. To jsme pekli všichni. Bylo nás čtyři, pět, šest. Šest nebo osm nás bylo. Tak jsme pekli perníčky a linecký, no. Potom třetí patro něco peklo, první patro, jo, to se dá dohromady a na Vánoce se to bude rozdávat na talířky. Ale můžeme si tady třeba i něco uvařit, upéct, to jako jde. Já tu teda zatím sama nepeču...

JB: Co vás bavilo dřív, než jste přišla do domova pro seniory?

Marie: No tak my jsme měli barák, takže zvířata, všechno jo, měli jsme pejska, měli jsme kočičky, slepice, králíky, takže dalo dost práce všechno.

JB: A nechybí vám to tady?

Marie: Ani ne, ani ne, teď už ne, no. A začala jsem háčkovat, když jsem se dostala na LDNku do Chebu, tak tam jako já jsem háčkovala. Tedy děti byly malé. Já mám tři holky. Měla jsem tedy tři holky, takže na ně jsem háčkovala. Maminka háčkovala dečky, záclony, ubrusy, tohleto. Sestra, ta pletla a vyšívala. Teta taky pletla, takže... A holky taky. Teďka ta prostřední, Jitka, co všechno dělala, tedy. Já vám můžu to potom v tom rámečku ukázat. Tu panenku koupila malej, její vnučce, mojí pravnučce, panenku. Je tříletá, Anička. Tak já jsem na ni háčkovala kabátek, kalhotky, bačkůrky a ona zase udělá ten koš, tak jak mají pejskové, jo, ten košík takovej s uchama, aby to Anička mohla nosit. No a krásnou čepičku, já jsem úplně koukala, to zase dělala ona. Šálu, taštičku a rukavičky. No tak to úplně no koukám jako. A čím já se zabavím taky tady. Pořád někdo něco chce takhle, jo. Taky jsem dělala i dole i tady na ty vozejky

takový tašky, jo, aby měli na peněženku a na mobil, jo, to dělám ráda tedy. Říkám, když oni mají radost, já mám taky radost, takže jako...

JB: A celkově, jak se vám tu žije? Chybí vám tu něco?

Marie: Dobře. Nemůžu si stěžovat. Já opravdu ne. To se zeptejte někoho jiného, ale já opravdu říkám, na 100 % na nikoho si nemůžu stěžovat, opravdu ne. Je to všechno v pohodě. I muž byl tady spokojenej. Byli jsme rok na LDNce v Chebu, bylo to tam... Tam jako opravdu tedy to nešlo. Tam se muž věčně hádal s těma sestrama a tohleto. Věčně něco na něj měli. On tam přišel v roce 2015 o jednu nohu a v roce 2019 potom o druhou nohu. Takže jsme tam... a já jsem doma taky zkolabovala, já zase jsem měla zhoubný nádor na ledvině, rakovinový, takže oni mi brali ledvinu. A no holt všechno nemohli sebrat, tak ta rakovina ve mně je, něco mi tam roste. Takže jsem se tam, tam jsem se učila chodit, protože jsem nemohla na nohy. Dostala jsem se z toho, tedy jo, tak říkám, teď je mi úplně fajn tady. Muž, teď je to... v únoru to byly dva roky, co zemřel, no, jak byl ten covid. Měl jít na operaci srdce a bohužel se toho nedočkal už no.

JB: To mě mrzí.

Marie: A byl tady taky spokojenej, to opravdu moc, no.

JB: A jaký je tu personál?

Marie: Personál super, opravdu, no. Každý má nějakou chybu, každý jsme někdo. Ale nemůžu si stěžovat. Zatím jsem neměla žádný problém s ničím, opravdu ne. To se asi měli zeptat někoho jiného než mě, protože já opravdu, no... Já vycházím se všema. To se jich taky můžete zeptat, jo, to jako...

JB: A když jste sem přišla, trvalo vám dlouho si zvyknout?

Marie: Ne. To jsme sem přišli s mužem, takže jako... My jsme byli ten rok na tý LDNce, jo, takže... To jsme si hodně polepšili tedy tady. Byli jsme na druhý straně, takže jako...

JB: Můžu se zeptat, kde jste dřív pracovala?

Marie: Jako domácí šička rukavic. Já jsem ze Skalný, no tak tam jsem šila rukavice, pak nám dali tepláky, no a po mateřský jsem se dala na rukavice tady v Lubech, taky se šily, jo. Takže jako rukavice tepláky no.

JB: Tak to vám asi šlo, ne? Vidím, že jste taková kreativní...

Marie: Jo, to jo no. To mě i bavilo.

JB: A můžete i tady dělat, co vás baví?

Marie: No třeba to háčkování, to pokračuju pořád. Tadyhle ty krabice (ukazuje na krabice vedle stolu), to je samá vlna. To mi postaví teďka tady skříň, zavřenou, po novým roce, takže to nebude jenom takhle... Mám něco uděláno, jo, takže... Taky vám něco dám potom, jo, andělíčka, když jsou ty Vánoce... No, asi patnáct druhů jsem dělala. Teď už všechno takhle nedělám, no, takže jako... ale baví mě to právě. Nemůžu sedět jen tak a nic nedělat, jo.

JB: A kromě toho háčkování, když se zase vrátím k těm společným aktivitám s ostatníma, tak co vás baví?



Marie: No, hrajeme tam Bingo, Člověče, nezlob se nebo si čtete. Potom tam máme vědomostní ty... protože už ta hlava, že jo, tak neslouží. To všechno takhle. Jako zapojují se u všeho tady.

JB: A jsou ty aktivity dobrovolné? Nemáte pocit, že vás někdo nutí ty aktivity dělat? Kdybyste nechtěla...

Marie: Ne, ne, vůbec ne, tak to vůbec ne.

JB: Takže prostě vás někdo pozve, jestli se chcete připojit?

Marie: Pozve no. Broňa (aktivizační pracovnice) přijde: „Jdeme v půl desátý na zimní zahradu, tak můžete přijít.“ Já říkám: „Jo, jdu.“ Nenutí nás nikdo. Já myslím, že tady nikdo nikoho nenutí, to jako ne. Prostě kdo může, tak jde.

JB: Ještě na vás mám otázku. Co je pro vás v životě opravdu důležité?

Marie: Zdraví. To jsem poznala. To jako, opravdu...

(Po delší pauze se Marie zvedá a jde ke stolu. Vyndává krabici s háčkovanými výrobky.)

Marie: Jo tady to. Takový jsem udělala, ty se prodávaly, jak tady bylo... Ta akce, jak tady byla.

JB: To je krásný.

Marie: No, to mám teďka dole pro Pavlíčku. Vezměte si něco z toho tady.

JB: Ta kočička se mi moc líbí...

Marie: No tak si vemte kočičku! Jo, vemte si kočičku klidně, jo.

JB: Moc děkuju. Jste šikovná.

Marie: No, taky jsme měli tady... co je dneska... dneska je čtvrtek, tak v pondělí jsme měli dole zpívání, tak jsme ty koledy jsme tady zpívali, takže to ještě mám tady (ukazuje mi papír s texty koled). Jo, měli jsme tam posezení se zákuskama to a. Já tedy zpívat neumím, protože to vím, že zpívám falešně, ale dole Jana, tak ta říkala prej: „Vždyť nezpíváte falešně.“ Já říkám: Ale jo, já vím, že zpívám, protože když jsem doma začala zpívat, tak abych prej přestala.“ (Smějeme se.)

JB: Tak to asi nevádí, jak člověk zpívá, hlavně že ho to baví.

Marie: Jo, to mě baví, to jo. Zúčastňuju se všeho tedy, co jako je. Toho využívám.

Marie: A tady ještě to jsou moje výtvořky (ukazuje na skříň) ... Tadyto já nedělala, to dělaly jiný klientky. To je právě sněhulák, ale to si vezme naše aktivizační, a ještě to má čepici. Ale on je moc slabej, tak se mu teďka čepici nedala, tu mám tady schovanou, tady je ta čepice. Takže Broňa si to pak veme a někam to musí postavit, a ještě tu čepici dostane. To jako jediný není moje tady.

JB: Jak se vyrábí takovej sněhulák?

Marie: Nafukuje se míček. A dál provázkem potom s lepidlem. No a když potom to zaschne, tak se to propíchne. No a támhle tu babku (ukazuje na panenku na stole), to mi dělala dcera, to jsem já nedělala tedy. To mi dělala ona, no.

JB: To je taky pěkný...

Marie: Jinak takhle... No a támhle (ukazuje na fotku) jsem s mužem, no, to bylo v roce 2020, to jsme tady byli krátce, no. A tamhle dcera nejstarší, ta zemřela tedy, no a její táta, to je můj první muž, taky zemřel, když měl čtyřicet osm. Byl mladej. No a Mirka, když měla čtyřicet sedm. Je to jedenáct let. To samý jsem po ní zdělila já, vždycky říkám, taky měla rakovinu toho... Ale ona měla rakovinu po celým těle, jo, a nepřišli na to a ona taky ne. No a muž na třetí infarkt zemřel. No, a to byl můj druhý muž, můj soused tehdy, kterému jsem pomáhala, když měl těžkej úraz no a nějak... prakticky ho znám, co se tam nastěhovali. I ten jeho syn měl tenkrát asi dva roky. Teď je klukovi padesát sedm. Hodně mi tedy Járy pomáhá, to musím nechat, ten mi jako pomáhá moc. No takže. To jsme dostali, měli jsme tady návštěvu z věznice, byli tady s pejskem, tak tuto nám jako vězni posílali a líbí se mi tady to veršování. Přečtete si to, to je pěkný, a je to pravdivý (podává mi přání s básničkou).

JB: Jo, to je krásný.

Marie: Že jo. Žádný Santa Claus, ale Ježíšek. Takže to jsme dostali, no. Byli tady s pejskem. Tohle všechno jsme dostali. To jsme dostali od dětí. Tam je perníček v tom...

JB: To je hezký, jak si to všechno vystavujete.

Marie: No. Jo, tuto jsme dostali ze školky, děti tady byly, předškoláci, tak jsme dostali tohleto.

JB: Chodí sem děti často?

Marie: No moc často ne, ale teďka před Vánocema byli předškoláci tady. Školka taky, potom družina tady byla, to jsme zdobili venku ten stromek, jak je, tak jsme ho společně zdobili tam.

JB: A jaký to je takhle společně s dětma?

Marie: Dobrý to je. Pěkný. Zdobíme takhle společně. Baví mě to zatím no. Když mi nic není, no zatím je to zaplat' pánbůh dobrý. Nebylo to dobrý, nebylo, ale...

JB: Můžu se zeptat, kolik je vám let?

Marie: Můžete hádat. (Směje se).

JB: To si asi netroufnu. Já moc nemám odhad.

Marie: Já taky neumím hádat. Osmdesát jedna. V loni jsem měla osmdesátku.

JB: Tak to já bych tipla míň.

Marie: Né, to ne. Osmdesát jsem měla loni. To jsem to právě jsem dostala od vnuka (ukazuje na nafukovací číslice nad postelí). Mi přivezl dort. Když jsem viděla ve dveřích takovejhle obrovské dort, tak říkám: „Honzíku, co já s tím budu dělat...“ A pak jsem zjistila, že tam jsou vlny. Bavlny, ty pětiděkové. No právě jeho žena Markéta to dělala. Ona je taková kreativní, jo, to ona dělá, A to já na to koukám, že to je normální dort jo, to bylo veliký, no a tam byla ta čísla. Akorát se mi to vyfouklo, ta nula se vyfoukla. No a tamto (ukazuje na fotku), to je pravnuček, to je fotka ze školky. To jsem taky dělala ty andělíčky tam, jo, tak to tam mají na stromku ve školce v Lubech. To jsem tam posílala andílky a těch srdíček stovku, no, jsem tam posílala. Loni. Letos jako na Vánoce jsem nedělala nic. (Ukazuje mi výzdobu v pokoji.)

JB: Máte to tu krásný.

Marie: No tady ta to byla ta nejstarší, Mirka (ukazuje mi fotku), ona zemřela. Za čtyři roky po ní její muž Luděk, a to je Jitka, která bydlí tady v Nebanicích. No a tu nejmladší tady nemám, Martinu.

JB: A tamta fotka nahoře, to je nějaká fotka z výletu?

Marie: Jo, jo, jo. V Mariánkách jsme byli. Jo, tam je nějaký nos z kamene, tak jako utírám nos. Tady mám vnuka se svojí přítelkyní, to bylo loni. Ne, Martinu tady nemám vystavenou, protože jsem musela něco uklidit a budu stejně všechno vyklízet, až tady dostanu tu zavřenou skříňku. No, takže jsem to zatím dala tam. No, mám pořád jenom Mírku a Jitku. A vnučka, ta bydlí za pivovarem tady...

JB: Takže chodí často na návštěvy?

Marie: Nechodí. Ona jezdí do práce do Chebu. Ona je architektka. No a malou má tady ve školce, tak teďka by měli přijít, no. Vidím je málo tedy, no ale... Nemůže. Ona jezdí pozdě domů a teďka staví barák... No, teďka už asi nestaví, asi ne... Příští rok by jako chtěli už se stěhovat do novýho, tak jsem zvědavá. Tak říkám: „Jít'ó, musíte dělat, abych se toho ještě dočkala...“

(Delší ticho)

JB: Tak vám moc děkuju, bylo to příjemný s váma.

Marie: To nemáte zač. já jdu ještě s váma. On tam asi ještě chvílku bude hrát...

JB: Co hraje za hudbu?

Marie: Na Šlágr nekoukáte?

(Kroutím hlavou.)

JB: Máte ráda dechovky?

Marie: Ježiš, moc. My jsme na ně jako mladý holky chodily. A když jsem měla narozeniny, tak jsem ho pozvala, pana Homolku, aby přišel zahrát. Tak mi přinesl právě CDčko a DVDčko.

Doprovázím klientku zpět do společenské místnosti na koncert. Cestou výtahem vypráví Marie o další klientce, která nedávno zemřela, a právě před výtahem leží upomínková kniha.

JB: Ještě jednou děkuju. Na shledanou a hezké Vánoce.

Marie: Vám taky. Na shledanou.

### **Příloha III: Přepis rozhovoru 3 (paní Eva)**

Se třetí klientkou jsem se setkala ve společenské místnosti, kde zrovna probíhal koncert. Klientka o mně věděla od sociální pracovnice, a tak rovnou navrhl, že si budeme povídat u ní v pokoji. Společně jsme jely výtahem do druhého patra, ve kterém se nachází její pokoj. Doprovázela nás zaměstnankyně domova pro seniory, která si s klientkou povídala. Též jsem se zapojila do hovoru a navázala jsem tak s klientkou kontakt.

JB: Abych se vám ještě trochu představila... Jsem studentka Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích a ráda bych se s vámi bavila o tom, jak se vám zde žije a jak vnímáte volnočasové aktivity...

(Klientka přikyvuje.)

JB: Nebude vám vadit, když budu náš rozhovor nahrávat? Samozřejmě jen zvuk.

Eva: Nevadí.

JB: Děkuji. Nejprve bych se vás chtěla zeptat, protože mi sociální pracovnice říkala, že se účastníte aktivit, jak často se účastníte? Chodíte pravidelně na ty aktivity, co se tady dělají?

Eva: Joo, chodím pravidelně. Když se něco děje, tak chodím.

JB: A jsou nějaké aktivity, které vás baví víc než jiné?

Eva: No, jsme měli tenhle týden i striptýz (směje se). V úterý no. Tady byl jeden pán a jedna paní potom. Hezký to bylo. Jsme se i nasmáli. Každý den je něco, no. Zejtra máme kavárničku...

JB: Jak to vypadá, když máte kavárničku?

Eva: Se tam všichni sejdeme. Povídáme si. Máme kávu nebo i nějaké víno třeba.

JB: Potkáváte se ráda s ostatníma lidma?

Eva: No, no, no, jo. O tom to je. My chodíme hrát i karty.

JB: A máte tady nějakou kamarádku nebo někoho, s kým si hodně rozumíte?

Eva: A jo, mám. S těma, co hrajou karty si rozumím a s paní No\*\*\*vou („Klientka Marie“, se kterou jsem též měla rozhovor).

JB: S tou jsem taky teď povídala, ta je fajn. Vidíte nějaký přínos těch aktivit pro vás? Z jakého důvodu tam chodíte?

Eva: No, tak potkáme se. A taky aby nám uběhl čas (směje se). Protože co tady na pokoji. Buď luštím nebo čumím na bednu.

JB: A co jste ráda dělala dřív, než jste sem přišla?

Eva: My jsme rádi jezdili na kole, my jsme dělali túry na kolech. My jsme s mužem ujeli někdy až sto kilometrů za den. No, teda dneska nemůžu chodit (paní je na vozíku).

JB: To bylo asi náročný, si na to zvyknout...

Eva: No. Jsme chodili na procházky furt a... no jo no.

JB: Hmm no a jakou práci jste dřív dělala?

Eva: Já jsem dělala dvacet let, celých dvacet let v jeslích. Já jsem dětičkám vařila. To se mi líbilo. Hmm tam nás bylo osm ženských. My jsme se nehádaly. Já byla v kuchyni sice sama, měla jsem toho dost práce. Ráno jsem přišla, sem postavila na čaj, na polívku, pak jsem v sedm hodin šla do krámu, pak jsem přišla. Musela jsem rychle udělat pomazánku. Namazat chleby. Postavit mlíko, no. A bavilo mě to. Říkám, a pak v devadesátém roce jesle zavřeli. A my jsme byli zaměstnanci zdravotnictví. Tak nás rozfrkali po nemocnici a já pak dělala ještě sedm let na ORL, na ušním. No, jako sanitárku, jsem si musela udělat kurz. No a dělala jsem sedm let sanitárku. No a pak můj muž měl infarkt. Jenom ten, co tenkrát dostal, čtyři tisíce dvě stě měl peněz. Tak jsem musela jít pryč, protože tenkrát nám, co nám platili, že jo, v nemocnicích. Tenkrát toho nebylo zase tolik, tak jsem musela jít pryč, abysme se vůbec uživili. Jsme měli dvě děti. No tak jsem šla potom ještě do té německé firmy, co otevřeli v Rychnově. No tam jsem byla od devadesátého sedmého roku do roku 2005 a pak jsem šla dolů důchodu.

JB: Můžu se zeptat, kolik je vám let?

Eva: sedmdesát pět mi bylo druhého prosince. A bylo nás osm. Támhle mám moje sourozence (ukazuje na fotku), tam už je nás jenom šest, dva už nebyli. Teď už i ten jeden není, tak je nás jenom pět. Já jsem byla z holek nejstarší, tak jsem musel všechno. Jsem musela dělat. Já jsem měla furt v žakovský knížce, že jsem z rodinných důvodů musela zůstat doma (směje se). Co se nadělalo, no. Jsme měli hospodářství, máma do práce nechodila. Protože by nás jinak neuživili, osm dětí. My jsme byly čtyři holky a čtyři kluci. Holky jsme ještě všechny čtyři, ale kluk už je jenom jeden. No tak.

JB: A chodí sem za váma rodina?

Eva: Joo. Támhle, to je můj vnuk (ukazuje na fotku) od holky. A támhle nám fotky od vnučky a od dalších vnuček. Kluk má dvě holky a holka má holku a kluka. No holka už je vdaná taky. Ta vnučka, ta bydlí ve Vejprnicích, už má dvě děti. Matyáška a teďkon osmnáctýho září se jí narodila holčička. No, mám z nich radost, no. Od kluka ta starší, ta je v Praze, studuje vysokou, už je teda hotová, ale jde ještě dál. No a ta nejmenší, tý bude čtrnáct teďkon v lednu, no, ta chodí do osmičky.

(Delší pauza)

JB: No a kdybyste to měla celkově zhodnotit, jak se vám tady žije?

Eva: Krásně. Fakt krásně. Já jsem byla na přes rok v Dolním Rychnově. Tam je taky pečovatélák. Tak jsem tam byla přes rok. Jenomže pak už jsem tam nemohla být, no, protože to platila pojišťovna. Tam smíte bejt jenom tři měsíce, a já tam byla přes rok. Mě tam pan primář Zel\*\*\*a nechal, no. No pak jsem musela tam odsud pryč, no, a nikde nebylo místo, tak jsem byla půl roku v Loučkách, ale tam, kdybych bejvala zůstala, tak už nežiju.

JB: Jak to myslíte?

Eva: To byla katastrofa. Heleďte se, žádné zvonek na pokoji jsme neměli, furt jsme na ně museli křičet, oni nás vůbec neslyšeli. My jsme byli ve druhém patře. Když jsme potřebovali třeba na velkou... No, než nás slyšeli, tak jsme byli podělaný. No. Katastrofa. Katastrofa. Já se jenom divím, že tam nepřijde žádná kontrola. Tam už ráno v šest hodin, oni tomu dole říkali „do obýváku“, tam bylo pět gaučů. A všechny ty starý

lidi nahnali do toho obýváku. Až do večera do šesti hodin tam ty lidi seděli všechny. Všechny spali. Akorát si šli do jídelny na oběd a na večeri a až po večeri je dali na pokoj. Já tam byl na dva dni v tom obýváku. A už jsem to nemohla vidět. Já jsem... já hrozně lituju lidi. Přišla ta vedoucí, ta šéfová: Paní Ma\*\*\*\*\*ová, pojdte do obýváku. Já říkám: „Já tam nejdu.“ „Pojďte do obýváku!“ Já říkám: „Já jsem vám řekla, že tam nejdu. Že to nemůžu vidět. A kdybyste mě vzali heverem, tak tam nepůjdu.“ No a pak mi dala pokoj teda, jo. Že jsem tam nešla. Už jsem byla jenom na pokoji. Ale tam se nic nedělo jako tady ty akce. To neexistovalo. To vůbec neexistovalo. A všechny dveře byly zamčený. Tam jsme nemohli ani výtahem jezdit. To by měly jenom ty ošetřovatelky, to bylo na čip. No já vám říkám, jak trestanci. To bylo hrozný. Jéžíš, já, když mi holka volala: „Mami, dvacátýho února pojeděš do Pochlovic,“ teda... já jsem tak brečela. Z radosti. No pak jsem byla s jednou paní na pokoji. A pak jsem řekla tý šéfový, že bych chtěla jednolůžák. Že si radši připlatím. No tak mi dala potom jednolůžák. No a jsem ráda. A můžu si dělat co chci. Jako kdybysem byla doma.

JB: Jako kdybyste byla doma... To je hezký.

Eva: Ano, ano. Já jsem byla ještě v pečovateláku na Březový, jenomže tam pečovatelky byly od šestý do půl třetí. No ale co potom?

JB: Pak už tam nebyl vůbec nikdo?

Eva: No, já jsem kolikrát, jak jsem jela na záchod, tak jsem upadla. To kolikrát i v noci jsem musela volat dětem. Holka bydlí v Sokolově a kluk teda na Březový taky. Přišel a říkal: „No mami, takhle to dál nejde. Furt jenom padáš.“ Já říkám: „Petře, já za to nemůžu.“ „No takhle to dál nejde,“ on říkal, „já tě nezvednu sám.“ Já říkám: „Tak běž nahoru pro souseda, pro pana Kadlečka, on ti pomůže. No tak šel nahoru pro pana Kadlečka a pomoh mě zvednout. A to bylo furt. Každou chvíli mi volali „erzetu“. Jsem nemohla vůbec dejchat. No a potom jsem začala chodit k paní doktorce Su\*\*\*\*ová, to je v Sokolově internistka. A on na mě napsala do Varů na toho budíka, ne, já mám toho budíka. A musím zaklepat. Nevím, kde bych... zaplat' pánbůh teda fakt. Se mi dejchá i lepší a všechno. Já už jsem zkusila. Já už jsem měla jedenáctkrát narkózu. To je hrozný. No, co naděláte? Nic nenaděláte... Já když jsem doma upadla tenkrát, to se mi narodila moje vnučka, ta nejmladší, ta čtrnáctiletá. V lednu. A já jsem si ji vzala ven že s ní půjdu na procházku. No já jsem upadla a kočár jsem takhle nadzvedla, no ještě se mi nevytáhla holka. Jéžíšmarjá, všechno bylo od bláta. To akorát padal sníh, prostě čvachtanice... Tak jsem šla druhý den k Lu\*\*\*ovi, doktorovi. Já říkám, že jsem včera upadla a on mi řekne: „Proč jste upadla?“ Říkám: „Kdybych to věděla, tak sem nemusím chodit.“ On mě neposlal nikam dál. Pak jsem šla podruhé vyzvednout odpadky. Upadla jsem před barákem. Potřetí jsem upadla v koupelně, a ještě jsem si roztrhla nohu. Tekla mi krev jako z vola. Tak jsem akorát dosáhla na ručník. Ovázala ručník. A v tom volala holka: „Mami, jak je?“ Já říkám: „Ležím v koupelně, teče mi krev.“ „No prosím tě, tak já přijedu.“ Přijela se ségrou. Já jsem se ještě v ložnici oblíkla, že mě odvezou do nemocnice. Ale z auta už jsem nevystoupila, já necejtila žádný nervy. Já necejtila ruce, já necejtila nohy, prostě nic. Tak jsem ležela na neurologii, no. A šest měsíců jsem byla v nemocnici. A nakonec jsem skončila v Kladrubech. Kdyby bejval mě pan doktor někam poslal, tak jsem nemusela takhle dopadnout.

JB: To jo no.

Eva: Jenomže teď jsem měla chřipku. No ještě mám furt kašel. A pan doktor se na mě tady byl podívat. Poslechl mě akorát vepředu, vzadu ne, nedal mi ani kapky, nic. A odešel.

JB: Takže jste se musela uzdravit sama?

Eva: No. Teď jsem, řekla sestřičce v pondělí: „Nemáte tam nějaký kapky? Vždyť je to hrozný,“ tak mi dávaj teď ráno, v poledne a večer kapky. No ale ten pan doktor, ten chodí i sem, pan doktor L\*\*\*š. A on si, já nevím, jestli si myslíte, že to dává ze svýho, že lidem nic nepíše. Já vím, že on má hodně stížností i na Březový. Protože on je takovej prostě no, on čumí jenom do počítače a ani se na vás pořádně nepodívá.

JB: To je blbý, no. Když pracuje s lidma, tak by se jim měl věnovat.

Eva: No právě, no právě.

JB: Takže teda pan doktor nic moc... A jak je to tady s personálem? Věnujou se vám?

Eva: Jéžiš, ty jsou skvělý, to musím říct, nemůžeme si fakt stěžovat. Když zazvoním, tak přijdou hned. Fakt to je skvělý. Kdyby si tady někdo stěžoval, tak nevím teda, protože ty holky, ať to jsou ty, nebo ty, mají co dělat, když se to vezme, dvanáct hodin, že jo.

JB: Je třeba něco, co vám tady chybí?

Eva: Ani bych neřekla. Ledničku tady mám. Kantýna je tady, můžeme si jít něco koupit. Nechybí mi tady nic. Vaří nám tady dobře. To se musí nechat, fakt. Proti těm Loučkám, to se nedá ani srovnat. Tady fakt dobře vaří.

JB: A jak dlouho že už tady jste?

Eva: No, v únoru, dvacátýho února to bude rok.

JB: Aha. No a když se ještě vrátím k těm aktivizačním činnostem. Kdybyste se chtěla podílet na organizaci těch činností, mohla byste třeba dát nějaký návrh, co byste ráda dělala?

Eva: My občas i vyrábíme něco. Jako na zimní zahradě, když se scházíme, jenomže teď jsme nemohli, protože minulý pátek nás museli všechny namazat. Tady se vyskytly nějaký pupínky a tři dny jsme se nesměli mejt. Jéžiši, já byla tak ráda v pondělí, že mě vykoupali. Dneska jsem se znovu koupala teda, ale to už jsem se koupala, já se koupu sama poprvé. Ale to bylo... všechno nám museli dát vyprat. To bylo hrozný. No tak jsme to právě ani na zimní základu nemohli, protože tam byly povlečený ty deky. Všechno, co nám museli vyměnit, protože všechno dali do prádelny. No tak zejtra snad když tam půjdem na kavárničku.

JB: Těšíte se, až se potkáte s ostatními?

Eva: Těším se. My tam i zpíváme. Vyrábíme kolikrát něco, no.

JB: A trávíte tady i Vánoce, nebo jedete za rodinou?

Eva: Nemůžu za rodinou.

JB: Jak to?

Eva: No kluk má schody. A nemá výtah. On bydlí na Březový nad ordinací. A holka, ta má výtah, ale má šoupačky a můj vozík se tam nevejde.

JB: Aha, tak to chápu. A přijdou vás aspoň navštívit?

Eva: Joo, to joo. Já jsem tady měla i všechny, když jsem měla ty narozeniny. Jsme to slavili v jídelně s rodinou a potom v pondělí čtvrtýho prosince jsme to slavily tady se ženskýma na zimní zahradě. No... to jsme si daly vaječný koňak. Nemáte chuť? Nedáte si vaječný koňak?

JB: Ne, děkuju, já jsem tu autem, ale jste hodná.

JB: No a třeba jak tady probíhají Vánoce?

Eva: Já nevím, já jsem tu ještě nebyla.

JB: No jo vlastně, vy jste tu krátce. No a kdyby se slavily nějak hromadně, všichni klienti dohromady, tak připojila byste se?

Eva: No, to klidně. Ale já nevím, jak to tady chodí, to teprve uvidím.

JB: Jasně, chápu.

JB: A přípravy na Vánoce tady nějak probíhaly?

Eva: No, my jsme pekli. My jsme pekly ty... perníčky. A pak jsme je druhej den zdobili. My jsme pekli perníčky, každý oddělení peklo něco jinýho, a pak se to rozdělí jako. Ty nám dají slepovaný a rohlíčky a my jim dáme perníčky.

JB: Pekla jste i dřív doma cukroví?

Eva: No jo. Dělalala jsem rohlíčky, různý kuličky, slepovaný, hodně jsem toho pekla.

JB: A když si tady navzájem vyměňujete cukroví, vídáte se třeba i jindy s lidma z jiných oddělení?

Eva: Joo. My se scházíme i s ženskýma z prvního patra vždycky v kantýně, tam si dáme kafičko a nějakaj zákusek. Jsem ráda, že jsem tady prostě... Ještě musím právě do kantýny koupit vodu. Ona pak má zavřeno přes Vánoce...

(Delší ticho)

JB: Ještě se zeptám. Co je pro vás v životě důležité?

Eva: Co je pro mě důležité? Hlavně to zdraví. Zdraví a aby moje rodina byla zdravá. Víc si člověk nemůže přát.

JB: Je něco, co byste chtěla, aby se z vašeho životního příběhu dozvěděli lidé? Kdybyste měla někomu něco předat, co by to bylo?

Eva: To bych nemohla nic předat. Já jsem si toho udělal tolik...

JB: Dobře. Chtěla byste ještě něco říct? Napadá vás něco k tomu, o čem jsme se bavily?

Eva: Asi ne. To je všechno.

JB: Tak já vám moc děkuju za příjemný rozhovor.

Eva: Není zač, prosím vás.

JB: Mně to moc pomůže.



Eva: Jo? Tak to jo. Tak to jsem ráda, že jsem vám pomohla.

(Pauza, připravuji se k odchodu.)

Eva: Ani nevím, co máme dneska k obědu. Ještě jsem to nečetla venku.

JB: A co jste měla k snídani?

Eva: Hmm, tu salámovou pomazánku. Byla dobrá. A bílá káva.

JB: Jé, tu jsme pili ve školce.

Eva: Buď máme bílou kávu nebo kakao a čaj, máme málo čaje. Čaj si můžeme napustit venku.

(Delší pauza, poté paní ukazuje na fotku.)

Eva: Tohle je vnučka. Ta, co studuje v Praze. Má i bakaláře hotovýho, všechno... A byla se podívat u těch postižených dětí. U těch malejch ale. A ta ředitelka si ji tak oblíbila, že si ji vzala, tak chodí tam na brigádu k nim. A ona je šťastná, ona od malička byla, vždyt' ona, mezi těma holkama je deset let rozdíl. Ona i tu ségru měla jako kamarádku, ne jako ségru. A Petruška taky. Ona na tu Kačku je jak blázen. „Teď přijede Kačka na Vánoce, babi.“ Už si tam našla frajera v Praze, Egypt'ana.

JB: Hmm, tak to asi umí dobře anglicky, co?

Eva: Umí. No mluví jenom anglicky. On je od osmnácti let v Praze. Teď je mu šestadvacet a neumí ani slovo česky. To je škoda.

JB: No, to je škoda. To by se mohl něco naučit.

Eva: No právě. No tak teď zase už tady jednou byl u kluka a teď přijedou podruhé, na Vánoce. No jo, co naděláme? Hlavně že je hodnej. Prej je hodnej no. Nechodí do hospody, nepije... Ne jako tahleta (ukazuje na fotku), co je tady s mým vnukem, ta Marcela. Ta byla těhotná, to není jeho dcera ta malá, ta byla těhotná a dva dni před svatbou ji nechal Slovák a odjel na Slovensko. To je, co? Kretén jeden... No, teď si ji můj kluk namluvil, ale už jsou spolu přes rok a ta malá, ta je... „Tatínku, tatínku,“ furt volá. Ta ho má tak ráda jo. Voni ty děti za to nemůžou. Ale ještě nezaplatil ani korunu, alimenty. A tuhle jí volal, že by ji chtěl vidět, tak jsem řkala: „Měla jsi ho kopnout do prdele, hajzla.“

JB: To jo.

Eva: Akorát těm dětem zblbnou hlavu. Když jsou tady, tak: „Babi, babi!“ Tuhle jsem tady měla na nafukovací míček, balónek ne, tak jsme si ho házeli a ona: „Babi, hod', babi, hod'!“ Teď jí budou tři roky v květnu. Evička.

JB: Jsem si všimla, že támhle na poličce máte háčkovanou kočičku, vypadá podobně jako ta, kterou jsem dostala od paní No\*\*ový („Klientka 2“).

Eva: No, ta je od ní! Ta tady všechno obháčkuje!

(Smějeme se)

Eva: To je krásný. Potěšila mě.

(Delší ticho)

JB: Chcete se vrátit zpátky na ten koncert? Možná ještě budou hrát...

Eva: Ne, už ne.

Eva: Vemte si tady dečku.

JB: Tu si nechte, to je škoda, ne?

Eva: Nee, vemte si ji.

JB: Tak dobře. Moc děkuju.

Eva: Nemáte za co. Máte památku na mě.

Pravím, že máte památku na mě.

JB: Děkuju.

(Smějeme se.)

Eva: Jedete dolů?

(Přikyvuji.)

Eva: Já jedu dolů s váma. Já jdu do té kantýny.

Doprovodila jsem klientku do kantýny a rozloučily jsme se.

#### **Příloha IV: Přepis rozhovoru 4 („hromadný rozhovor“)**

Po aktivizaci zůstává šest dam a jeden pán v zimní zahradě. Aktivizační pracovnice mě uvede a poví klientům, že bych s nimi ráda vedla rozhovor, který bude nahrávaný a který použiji ke školní práci. V zimní zahradě jsou také dvě dámy („Marie“ a „Eva“), se kterými jsem už dříve povídala soukromě.

Marie: My už to máme za sebou.

JB: Nebude vám tedy vadit, když budu rozhovor nahrávat, jak říkala aktivizační pracovnice?

Marie: Nevadí.

JB: Děkuju, a ještě jednou vás zdravím. Abych se uvedla těm, se kterými jsem ještě nemluvila, já studuju vysokou školu, studuju v Českých Budějovicích, a teď píšu diplomovou práci. Chtěla bych si s vámi popovídat o tom, jak to tady chodí v domově pro seniory, jak se tu máte a jaké se tu dějí aktivity. Je nás tady více, takže kdo se bude chtít zapojit, kdo bude chtít odpovědět, budu ráda. Tak začala bych otázkou: Jak se vám tu žije?

Zdeňka: Tak nám docela dobře, já jsem spokojená.

JB: A jak dlouho už tady bydlíte?

Zdeňka: Já už tady budu v srpnu tři roky. A jsem fakt spokojená, protože je tady park a můžeme denně chodit ven, i dvakrát denně chodíme. V létě i třikrát. Nám se to líbí, no, příroda.

JB: A jste teda zvyklá chodit do přírody? I dřív jste chodila?

Zdeňka: Určitě. Vždycky jsem měla na zahradu. No a vždycky jsem něco pěstovala. A tady pěstujem taky, tady máme takovou skalku...

JB: A co na ní třeba máte?

Zdeňka: Všecky možný květiny. Podle toho, jaká je doba. Na jaře jarní, pak zase až ty podzimní, stále něco.

JB: A sázíte i vy?

Zdeňka: To ano.

Jiřina: Všechno vona (směje se).

Zdeňka: Všechno děláme. I zalejváme a tak dále.

JB: A co ještě děláte na zahradě? Hrabete i listí?

Zdeňka: To ne, to se tady nemusí, protože tady mají ten fukar takovej. To foukají, jo, no a pak mají ty různý stroje, to všechno shrabou a udělají to. To my nemusíme. Ale co se jako dělá, co se stříhá nebo takhle, to udělám.

JB: A ještě jsem viděla, že tam máte nějaká zvířata. Kozu jsem viděla, je tam ještě nějaké zvíře?

Zdeňka: Dvě kozy tam jsou. A ty chodíme krmit. Jako krmit... oni je krmí, jasný, ale my je jako přilepšujem. My jim nosíme rohlíky a chleba suchý. Ale musí se všechno usušit.

JB: No to jo. A chodí sem ještě nějaký jiný zvířata za váma?

Zdeňka: No ještě jsou tady rybičky a ty krmíme taky. A ještě jsou tu ptáčci, tak těm dáváme v létě trávu, jim trháme. Musíme jet takovou, kterou oni mají rádi. Jetýlek a ptačí zob.

JB: A co tady ještě rádi děláte?

Zdeňka: No, tak, já jsem tu spokojená. Já tu bydlím ještě s jednou spolubydlící, rozumíme si, prostě, nehádáme se, koukáme se na to jako všechno. (?)

Eva: Chodí sem pán s pejskama.

JB: s takovýma těma velkýma, chlupatýma?

Marie: Pan Stránský.

Eva: No, to je on. A paní s panenkama.

JB: To jsou takový ty panenky, které vypadají jako živé miminko?

Eva: no, jako miminko.

JB: A když vám přinesou takovou panenku, tak co s ní třeba děláte?

Eva: Si ji pochováme, pohoupáme.

Marie: Vyfotí nás s ní a...

JB: A je to opravdu takovej pocit jako chovat živý miminko?

Eva: To ano.

Marie: Jsou takový dost těžký. No já už jsem dlouho nechovala, ne, a najednou takový mimino živý... tedy ne živý... tak to je zvláštní pocit.

Eva: Minulej týden jsme tady měli striptýz.

JB: Jo, to jste říkala vlastně. No a co? Jak se vám to líbilo? I vám ostatním...

Božena: Já jsem nebyla.

JB: Nebyla jste? Nechtělo se vám?

Božena: Nechtělo. Neměla jsem chuť jít.

JB: Jasně, to je v pohodě.

Marie: Harmonikář nám sem jezdí, harmonikářka taky. Ta teďka měla flašinet, bylo pěkný, no.

JB: A jinak, co rádi posloucháte za hudbu?

Zdeňka: Tak my ještě tu starou. My jsme na dechovku... lidovky, defacto, nebo country taky, když je.

JB: A když někdo přijde, tak můžete s nima zpívat, tancovat?

Zdeňka: Jistě. Zpíváme. Teď jsme zpívali i koledy vánoční.

JB: O tom jsem vlastně slyšela... No a když se tady takhle sejdete, tak co na to máte nejradši?

Jiřina: Zpívat.

Marie: Já myslím všechno, co děláme.

Zdeňka: Povídat spolu a rádi něco vyrábíme nebo kreslíme. No, většinou se to povede každému. Teda vždycky se to povede, kdyžtak se něco opraví... Vždycky je to povedený. Třeba tamhle toho ptáčka (ukazuje na větev na stropě, ze které visí papíroví ptáčci) jsem dělala já.

JB: Takže si tady ty vaše výrobky i vystavujete?

Zdeňka: Ano. Takhle to tu zdobíme.

Marie: (Mluví na paní.) Ano, ano. Akorát ten sněhulák je u mě. Nebyl čas, aby ho Broňa (aktivizační pracovnice) dala sem někam.

Zdeňka: No, já vím.

Marie: (Ukazuje na zeď.) No a tady ty mandaly jsme taky dělaly, ale to už je delší dobu, co jsme dělaly ty mandaly.

Zdeňka: Táhle to vzádu jsem dělala já. Takhle to je. Ono to popadalo něco teda, protože už to tady je dýl. My jsme tady měly ještě jednu tu jako Broňu, Dášenku, no a ta už šla do důchodu a tím pádem je tady jenom jedna a každou chvíli ji taky berou někam. Buď musí někam k lékaři, jako na doprovod, nebo někde chybí, nebo různě no...

Jiřina: Vypomáhat musí.

Zdeňka: Jo.

JB: A když teda paní Broňa nemůže, tak co vy děláte? Taky se tady sejdete? I bez ní?

Zdeňka: Můžeme jít třeba na jedničku (první patro). Můžeme tam jít kdykoliv, když tam se vždycky taky něco dělá, tam jsou dvě ty, co to dělají.

Jiřina: No, na čtení nebo na výrobu nějakou. Můžeme tam jít

Eva: Na bingo.

Jiřina: Na bingo no.

Marie: Na čtení. Čtení mají v pondělí a v pátek. V úterý je bingo no, myslím.

Zdeňka: Jinak něco vyrábějí taky.

Jiřina: A my (ukazuje na Zdeňku) obvykle jdeme ven.

JB: To je dobře, když je hezky, tak proč toho nevyužít.

Zdeňka: My půjdeme i dneska ještě. Na procházku po celém parku.

JB: park tu máte hezkej.

Jiřina: Je to tu moc pěkný. Moc se nám tu líbí. A jsme tady spokojený, že můžeme všude chodit.

JB: A máte i nějaké individuální aktivity?

Zdeňka: Občas jo. No ale spíš je lepší, když se tady sejdeme. Přece jenom společnost je společnost.

JB: Rozumím. A co říkáte na to prostředí? Tady jak to tu na vás působí?

Zdeňka: Na mě dobře.

(Ostatní dámy přikyvují.)

Jiřina: Cítím se tu dobře. Dneska svítí to slunce...

JB: A jak tady probíhá váš běžný den?

Zdeňka: No tak ráno, že jo, vstanem normálně, že jo, na snídane. Potom v půl desátý jdeme sem většinou, no a tady je ten program nějaký, jo, no do těch jedenácti. My (ukazuje na Jiřinu) většinou ještě jdeme ven na tu hodinu. Přijdem na oběd, pak jdeme odpočinout chvíli a jdeme znova ven.

Jiřina: My dvě akorát. To se jedná o nás dvě.

JB: A v kolik chodíte spát?

Božena: No, různě.

Zdeňka: Já chodím v osm.

Božena: Já se dívám na televizi, takže později. Někdy dřív, někdy později. Podle toho, co je v televizi.

Zdeňka: My chodíme sem na televizi. Já televizi nemám, protože já ji tam nemám kde postavit, jinak doma mám televizi, bych měla, že jo, jasně, ale tady nejde postavit. A potom já nechci...

Marie: Na zeď se dá dát.

Zdeňka: ... já nechci sluchátka, protože K\*\*\*\*\*a (paní, se kterou sdílí pokoj) má něco jinýho, se kouká. No sluchátka, to já ani nechci, to nemá cenu.

JB: Hmm, to chápu.

Zdeňka: A my jdeme obě dvě spát v osm.

JB: A co ještě děláte na pokoji? Čtete někdo?

Jiřina: To není čas. Vůbec. (Směje se.)

Marie: Nejsou na to oči, bych řekla já. Jako nemůžu už tak číst, no.

Zdeňka: Já jsem dříve tolik luštila, no a tady mám, co luštit, ale ani mi no... No nemám čas, tak.

JB: No vidíte, a to by člověk řekl, že tady budete mít spoustu času...

Zdeňka: No nemáme. My jsme zaměstnaný něčím jiným.

Marie: A to já mám čas na luštění.

Jiřina: Hrajeme karty. Nebo Ālověĉe, nezlob se.

(Delší ticho)

JB: Jeřtě bych se vás chtěla zeptat na personál. Jaký je?

Zdeňka: Jsme spokojený. Chovajı se k nám dobře.

Jiřina: Velice jsme spokojený. Vyhovujou nám ve všem.

JB: Takže třeba, kdybyste si neĉo přála, tak oni vám to splní?

Jiřina: Ano. Jsou všecky ochotný.

Zdeňka: Jsou hodný. A je s nima i legrace.

JB: No já jsem koukala, jak tady s vámi Broņa dělala legrácky.

Zdeňka: A co vy, co budete, a se vyuĉıte?

JB: Já teď studuju pedagogiku, tak bych mohla třeba pracovat s dětma. Někde v domě dětí a mládeže, na kroužcích...

Zdeňka: Tam je hezky no.

JB: Pracoval někdo z vás s dětma?

Eva: Já jsem dělala v jeslích. Ale já jsem vařila.

Zdeňka: Já ne. Já jsem pracovala ve sklarne, v tovarne, jako ve velkej sklarne.

Eva: A Jiřina hrála karty na řachte!

(Hromadný smích)

Jiřina: Dělala jsem na hradle. Těch kolejí tam bylo plno. Po tech kolejích jezdily vlaky, a když jsem pustila vlak pod zakladaĉ nebo pod velkej bagr, tak než oni to naložili, tak já jsem u výhybky hrála karty.

Marie: (Mluví na Jiřinu) A kde jsi dělala? V Habartově?

Jiřina: V Habartově, ano. V Habartově na Medardu.

Marie: A neznala jsi tam M\*\*\*ovou?

Jiřina: G\*\*\*\*\*u?

Marie: G\*\*\*\*\*u ne, ale její paní mámu, ta tam taky dělala. Jak ona se jmenovala? Vlasta.

Jiřina: Ano. Vlasta. Znala jsem. Ta umřela na pódiu.

Marie: To nevím. Její muž taky zemřel. No, to vím.

Jiřina: Na pódiu normálně byla. Tam padla. Ona měla to srdce nemocný.

Marie: Vidıř to no.

Zdeňka: A na jakým pódiu?

Jiřina: Normálně jsme měli veĉırek. Na pódiu byla a padla a umřela.

Marie: Jo takhle, no. Vlasta. Jednou jsme tam u ní byli no akorát. No tak dál. To jsme si jenom takhle... kde jsi dělala... to se můžu jindy ptát.

JB: A co vy? Kde jste pracovala

Božena: Já jsem dělala spíš takovou skladnici a všehochuť, no, prostě co bylo.

Jiřina: Já jsem dělala střídačku na hradlech. Když jsem dělala na tom malým hradle, tak tam byl čas hrát i karty. Když jsem byla na tom velkém, tak jsem neměla čas vypít ani kafe.

JB: A ještě se vás zeptám, jaký jste měla dřív koníčky? Co vás bavilo dělat?

Božena: Jo, to nevím, koníčky. To nevím přímo co. Podle stáří. Takže když jsem byla mladší, tak samozřejmě nějaký ten sport nějaká ta zábava. Takže všechno no, takhle mimo ani nevím, co bych dělala.

JB: A jaký sport jste měla ráda?

Božena: Tak tanec, protože jsem chodila do tanečního souboru, tak to jsme tam poskakovali, říkám vždycky, no.

JB: A tančíte ještě i tady, třeba když máte nějaké to posezení s hudbou?

Božena: Tady netančím.

JB: A vy ostatní tančíte?

Marie: Jo, tančily jsme na chodbě, že jo.

Zdeňka: Jo, jo.

JB: A proč na chodbě?

Marie: Protože... Jak ona se jmenovala? Paní E\*a. Ona hrála na harmoniku a hrála tady a pak chodila po pokojích, kteří nemohli. No a my jsme byly na chodbě, poslouchaly jsme, no a pak tam že jo, dvě písničky nám zahrála, tak jsme tančily.

(Společný smích)

Zdeňka: Tango. Tančily jsme tango.

Jiřina: Tango, no. Ale pomalu.

Zdeňka: My jsme dříve chodili na zábavy, stále, plesy, každý týden jsme chodili.

Marie: Teď už to tak nejde, no.

Božena: To jsme byli ještě mladý, že jo, tak co bychom dělali, to jsme chodili tancovat.

Marie: Já jsem ještě tančila dole, teďka s Janou (aktivizační pracovnice) na prvním patře, jak byl tady pan H\*\*\*\*\*a (harmonikář). Mám dvě fotky z toho. Broňa fotila a Jitka (dcera) mi to poslala včera.

Jiřina: Dříve ty holky nechodily s klukama od patnácti. To se chodilo holky zvlášť na zábavy, kluci zvlášť se vyřádili jsme se.

Marie: A zvlášť každé domů.



Jiřina: A zvlášt' kařdej domů, ano. A teďko ty holky nic neužijou. V patnácti nebo ve čtrnácti už se vodí za ruce.

Eva: Co vodí, už jsou těhotný.

Zdeňka: Ale teďkon až po třicítce mají děti. Hodně dlouho mají děti mladí lidé.

Marie: To se ani nedořijou těch pravnoučat. Těch už určitě ne. Ještě těch vnoučat jo, ale...

Zdeňka: A dyť teď ty babičky a ty dědečkové ani nemají čas, chodí do práce.

Marie: Nejsou v důchodu, no. Nemůžou ani hlídat.

Zdeňka: No my jsme to měli jiný, my jsme... já jsem třeba šla ve čtyři a padesáti do důchodu, když jsem měla tři děti. No, a to jsem mohla potom hlídat ty vnoučata. Ty mě znají ze všech stran jako.

JB: A vídáte se často s rodinou? Chodí vás sem navštěvovat?

Jiřina: Ano.

Zdeňka: Já jsem teď měla předevcírem zrovna tady vnuka.

Jiřina: Pro mě dneska přijde.

JB: A půjdete někam?

Jiřina: Půjdu k němu domů.

JB: A na jak dlouho?

Jiřina: Jenom do večera. Já totiž nechci spát u nikoho.

Zdeňka: Ani já ne.

Marie: Že jo, já taky ne.

Zdeňka: Já bych mohla taky. I na tři dny bych třeba mohla, jo, ale nechci, protože už jsem tady zvyklá na tu postel a prostě na to... na takovej ten režim a nechci je nějak omezovat. Nikoho.

Marie: Jo, to je pravda taky, no.

Bořena: Už jsme zvyklý tady.

JB: A trvalo vám dlouho, než jste si tady zvykly?

Marie: Ne, ani ne.

Zdeňka: Mně taky ne.

JB: Jak náročný pro vás byl přechod do nového prostředí?

Zdeňka: Nebyl. To ani ne.

Jiřina: Pro mě taky ne. Já tady mám vlastně všechno, co potřebuju. Rodina za mnou chodí. A tady se takhle bavíme...

JB: Takže byste řekla, že si s ostatními rozumíte?

Zdeňka: Já myslím, že jo. Že si rozumíme.

Marie: No to jo. My tady tak kecáme různě.

Jiřina: No a my (ukazuje na paní Zdeňku) se bavíme, jak chodíme na ty procházky.

JB: A je třeba něco, co vám tady chybí? Nebo něco, co byste chtěly, ale nemůžete?

Božena: Já nevím.

Marie: Já taky nevím. Nic.

Zdeňka: Kdybychom si řekly, tak můžeme všechno mít. ale my třeba kolikrát ani neřeknem.

JB: A proč neřeknete?

Zdeňka: No tak dejme tomu bysme si usmažily topinky, ale to tady neřekneme, aby to tady vonělo nebo.

JB: Myslíte, že by to nešlo, kdybyste se s někým domluvily?

Marie: Ale jo, může se to tady. Můžou péct i to, jo.

Zdeňka: Šlo by to, ale jako by to no...

Marie: No to stačí to ten topinkovač. Nemusí to na kamnech, že jo.

Zdeňka: Nebo když jsou houby, tak bysme si rádi usmažili, že jo taky.

Marie: No taky to jde, všechno jde. Jenom chtít...

Jiřina: Broňa přinese houby, my je nakrájíme a uděláme smaženici.

JB: Jo, to je super. Takže se taky zapojujete v kuchyni?

Marie: Ano, ano.

Eva: Já mám topinkovač. Tak když chceš topinky, tak přijď.

Zdeňka: Jé, já bych si dala topinky.

Eva: Já mám i česnek. Já jsem si tuhle udělala z toho toustovýho chleba.

Marie: Jo, to je dobrý.

Eva: Přišly ošetřovatelky, co tady smrdí? Česnek! Já říkám: „No a co? Já jsem si dala topinky a česnek.“

Zdeňka: No právě že se to nelíbí ostatním. Že to smrdí.

Eva: Namazala Ramou, já mám Ramu, nakrájela na to česnek a jaký to bylo dobrý?

Zdeňka: Já bych si to taky dala.

Marie: Já to mám ráda s taveným sýrem. Jo, topinku a tavenej sýr, to mám ráda. Jenomže už tu topinku já nemůžu. Moje zuby už nekoušou. To b musel být tak jenom jemně.

Zdeňka: No jenom říkám, že pak se to tady nelíbí, protože to jde cejtít, že jo.

Eva: Ale prosimtě, tak to vyvětrá, ne? Já mám otevřený okno furt. Tak to vyvětrá.

Zdeňka: Ono to je takový, no. Kde je hodně lidí, to je jako něco jiného.

Marie: Já jsem si včera dala toustovej, jsem si řekla a budu dělat chlebíčky.

Zdeňka: Teď tu mají toustovýho plno.

Marie: No včera jsem si nechala dát pět kousků, říkám, mám na chlebíčky. Na Novej rok budu dělat no.

JB: A budete nějak hromadně oslavovat Nový rok? Nebo každá zvlášť?

Marie: No já nevím no. Asi každá zvlášť na pokoji, ne. Nevím, já budu na pokoji.

Jiřina: My dvě budeme tady, vid'?' (Mluví na Zdeňku.)

Zdeňka: My koukáme na televizi. Tady na tu.

JB: Na takový ty silvestrovský pořady?

(Paní přikyvuje.)

Eva: Já jsem včera koukala na cirkus. Ale to bylo. Monte Carlo.

Zdeňka: To je taky nádhera ty cirkusy. Dříve se hodně chodilo do cirkusu.

Marie: Chodili jsme, no.

Jiřina: Teď holt je všechno jinačí. My jsme zažili, ještě když byly lampy, no jenom lampa, žádná elektrika. Jenom petrolejky.

JB: Nám teď nedávno doma vypadla elektrika. A to bylo takový, jakože člověk nemůže nic dělat najednou. Jak jsme zvyklí prostě být na počítači nebo koukat na televizi, tak to bylo takový krásný, takový ticho najednou, člověk si mohl odpočinout...

Marie: Černá hodinka. Tu si dělám i tady, černou hodinku. Nesvítím...

Zdeňka: Dřív byli hodně společenský lidí. Hodně se scházeli dřív, protože nebylo tady to všecko, jo, nebyly možnosti tak, že lidi scházeli a bavili se spolu. Na vesnici, na návsi pod stromem...

Jiřina: Děti rodiče prosily, aby šli domů, a tady děti vyhání rodiče, aby šli ven a oni nejdou... Se hrály různé hry, míčový, že jo aty poskakování, ty všelijaký panáky... Tuty děti už to neznají.

Zdeňka: Holt jsme jiná generace, no.

JB: No a chodí sem za váma děti?

Marie: Chodí. Byli tady předškoláci. Družiny.

Zdeňka: Chodí i ze školky. Ty byly tak roztomilý.

Marie: A jsme zdobili stromek venku s dětma z družiny. Dost jich tady bylo, že jo?

JB: Máte radost, když přijdou?

Marie: Jo, děti jo. Ale i když přijdou dospělí, když hrajou a to...

JB: A je vám příjemný, když takhle někdo přijde si s váma popovídat? Třeba teď já...

Zdeňka: Jo jo jo.

Marie: Jo, to určitě. Kdyby nebylo, tak už tady nejsem.

JB: A je to takhle i při těch aktivitách? Že když nechcete, tak nemusíte?

Zdeňka: Jo, jo. Nemusíme.

Jiřina: My jdeme sami.

Marie: Se nahlásí, v kolik hodin se sejdeme a kdo chce, tak jde.

JB: A víte třeba dopředu, jaká aktivita bude?

Marie: Ne, zatím nemá, ale zrovna říkala Broňa, že to bude muset napsat. Na každéj den. Takhle vždycky přijde ráno a akorát dneska jsem se jí ptala, říkám: „Brejle s sebou?“ „To prej nemusíte.“ No tak už víme, že nic takovýho neděláme, jo.

JB: Takže když je třeba nějaký tvoření, tak si radši ty brejle vezmete.

Marie: No tak to je lepší, to nám i řekne, že si je máme vzít. Ale takhle když si povídáme, tak je nepotřebuju.

Eva: No jo, půl dvanáctý.

Zdeňka: Za chvíli máme oběd.

JB: A co budete mít?

Marie: Knedlík a štěpánskou hovězí. Pak je mandarinka a večer je paštika.

JB: S nějakým pečivem?

Zdeňka: Já to nečetla, nevím.

Jiřina: S chlebem, většinou.

Marie: Já to čtu, ale zapomínám.

Zdeňka: Já taky. Než dojdu na konec chodby, tak to zapomenu.

Eva: A kde vy vlastně bydlíte?

JB: V Těšovicích u Sokolova.

Marie: To je za Kauflandem, z kopečka dolů.

Eva: Tam kdysi bydlela moje kamarádka.

Marie: A já tamtudy jezdila do Královského Poříčí.

JB: No to je přesně ta vesnice, o kterýj jste před chvílí mluvily. Všichni se tam znají, míváme různý akce, třeba dětský den nebo vaření guláše o prázdninách, tam se sejde hodně lidí...

Zdeňka: To je hezký, ano.

Marie: Tuto, kde tohle bylo s těma gulášema? V Nebanicích to myslím bylo. Já říkala dceři, jestli ochutnávala, no stačila ochutnat jenom tři, ale víc ne, jo, no tak tam jako, to to vím, že tam taky se něco děje.

Zdeňka: Na těch vesnicích se lidi lepší znají, no jsou u sebe, no, každéj si pomáhal.

JB: A tady si taky vzájemně pomáháte?

Zdeňka, Marie: Joo, pomáháme.

Zdeňka: Když vidíme, že někdo nemůže, tak si pomůžeme. Třeba když někdo něco nemůže zvednout nebo někam dojít, tak mu to donesem.

Jiřina: My to přineseme, jdeme nakoupit, když někdo potřebuje. Takový maličkosti, no.

JB: No ty maličkosti, to je důležitý, to dělá hodně.

Marie: Já zapaluju cigaretu. Jsem se to naučila. Když tam je na balkoně pan Ne\*\*\*ný, tam ty tři vykouří dopoledne. A aby nemusel zvonit (na personál), tak mně zavolá na mobil. On je na vozíku. Tak jsem se naučila mu zapálit cigaretu.

Eva: Já taky zapaluju jedny paní, když sedíme venku.

Jiřina: On tu cigaretu drží ve vidličce.

JB: Jak to?

Jiřina: Má prsty zkroucený. Takže to má to takhle tady na suchej zip a má jo ta má vidličku. A protože vidlička má čtyři nožičky, tak to prostřední má trošku odtažený, aby ta cigareta tam šla.

JB: To je parádně vymyšlený.

Eva: Člověk si musí umět poradit.

Zdeňka: No jo no tak. Tak už dopoledne dneska nejdeme ven...

Jiřina: Bude oběd, tak potom po obědě. V půl druhý půjdeme.

Marie: Dneska má být hezky. Sluníčko.

Zdeňka: No právě to sluníčko, to je příjemný.

Marie: Mi krásně hřeje do pokoje.

Zdeňka: Ale včera byl měsíc, ten byl teda. Úplněk. Já nemohla spát, já jsem koukala a říkám, no měsíc svítí...

Marie: Já jsem nemohla spát. Mně se spalo moc špatně, ale ten byl nádhernej ten měsíc, už hned zvečera.

Marie: Já jsem měla tak světlej pokoj...

JB: A včera byl teda úplněk?

Marie: Byl.

JB: No, to hodně lidí nemůže spát při úplňku.

Marie: Já jsem usnula asi ve čtyři hodiny.

Eva: To já už mám třikrát vyspáno. Ve čtyři hodiny.

JB: Jé, to jste takové ranní ptáče?

Zdeňka: To jo. To jsem byla vždycky.

Marie: No já jsem šla spát v půl dvanáctý, v jednu jsem byla vzhůru. Ve tři jsem usnula a ve čtyři jsem zase byla vzhůru, no, a to už jsem jenom polehávala a říkám: „Mám pustit televizi, nemám pustit televizi? Ale nepustila jsem.

JB: Vždycky vstáváte tak brzo?

Marie: Ne. Ale nemůžu spát, no nemůžu spát, tak se převaluju a nejde to a prášky nechci právě no. Jednou jsem si vzala, minulej tejden to myslím bylo, jak jsem říkala tu půlku. A já byla jak přiblblá ráno, tak to tedy ne.

Zdeňka: Já vůbec si neberu prášky na spaní.

Eva: Já už bych se asi nevzbudila.

Marie: Já jsem vstávala taky, kolik bylo, tři čtvrtě na devět, snídaně byla na stole, a já jsem spala no.

Jiřina: Já vstávám v pět hodin. Vstávala jsem vždycky v pět hodin, když jsem chodila do práce, tak vždycky v pět hodin vstanu. To už si rozsvítím a pomalu se oblíkám.

JB: Teda. To jste dobrá. A to se vám vůbec nechce si přispat někdy?

Jiřina: Ne. Já vám hrozně ráda vstávám.

JB: A když ráno vstanete takhle brzo, tak co děláte potom?

Jiřina: Jdu na rehabilitaci v půl sedmý. Pak sem přijdu nasnídat Pak si zase ještě chvílku lehnu, zdřímnu si. Na ustlanou postel. A pak v jedenáct hodin, v půl jedenáctý jdeme ven.

Zdeňka: Když tady nic není. A když tu něco je, tak ne.

Jiřina: Dneska jsem zaspala, dneska jsem se probudila až v půl šestý.

JB: Až...

(Hromadný smích)

Marie: Já v osm hodin. Už jsem měla snídani na stole. A stejně jsem nejedla, neměla jsem nějakou chuť. Co bylo, rohlík se sýrem, že jo?

Jiřina: To já k jídlu jsem vždycky první. Já nikdy je nechávám, všechno sním. Takhle dobře tady vaří.

Eva: No jo, já budu muset jít, já mám takovou žízeň.

Marie: Nechceš se napít? (Podává skleničku s vínem.)

Božena: To není na žízeň. Jo, to je tak na chuť.

Marie: Já tam mám ještě trošičku.

Božena: To vypiješ, to je trošička.

Marie: Kdo mě povede potom?

Božena: To není daleko.

Marie: Jo? Já půjdu až na druhý konec. Já půjdu po čtyřech!

(Hromadný smích)

Božena: Ty letadla tady nějak lítají... Už vidím druhý, třetí.

Jiřina: Včera stříleli kachny tady.

JB: A to jde tak slyšet, jo?

Jiřina: My jsme byly venku.

JB: A třeba vlak taky slyšíte, když projíždí?

Božena: Jo, jo.

JB: Tak nádraží je kousek. To jenom sejdete dolů vlastně.

Marie: Kdyby se mohlo jít takhle, jo, tak člověk je tam hned na nádraží, jenomže to musí takhle obejít trošku.

JB: Ale tady se dá jít rovnou takhle dolů, ne? Tady vyjdete z areálu bránou a rovnou dolů...

Marie: No jo, podél kolejí se dá jít anebo tou pěšinou, jenomže tam je takovej bordel, oni tam právě vozili ty klády nebo, tak to tam opravdu se nedalo jít. Strašnej bordel. Všechno je to tam rozjetý, jo, bláto, tam nedá se tam jít podél kolejí. Já chodívala se dívat na ty labutě. Tam u nádraží na tom rybníčku.

JB: Tam je ta ptačí pozorovatelná. A chodíte tam ještě? Když je dobrý počasí...

Marie: Byla jsem tam asi dvakrát, no. Tak teďka, ne, teď jsem tam nebyla. Jinak jsem chodívala.

Jiřina: (Mluví na Zdeňku) Tam musíme někdy jít, vid'?

Marie: No až bude hezky, teďka určitě ne, tam je hrozný bláto, tam se nedá jít. No Jitka (dcera), když přijde, říká: „Mami, já jdu podél kolejí jenom, protože tam se nedá vůbec chodit.“

Vlasta (která se doteď neúčastnila rozhovoru) se mě ptá: Vy tu teď budete s náma?

JB: Já jsem se jenom přišla podívat, jak to tu probíhá, a popovídat si s váma. Ale chodila jsem sem už před dvěma rukama na praxi.

Marie: Tak to si vůbec nepamatuju.

JB: Já si právě zrovna vás pamatuju. Ale asi jen tak od vidění. Já jsem byla na praxi ve třetím patře (domov se zvláštním režimem).

Zdeňka: No, oni nemůžou sami chodit ven. Akorát tady to druhý patro a první můžeme chodit ven a zámeček taky nemůže. Tam jsou ty nejhorší. Tak jsou zamčený.

Jiřina: Oni si nic nepamatujou. Zabloudili by a kdo by je hledal.

Marie: No vždyť tady se stalo, hledali nějakou paní a ona prej přelezla normálně plot a našli tady ji dole u kolejí.

JB: Přelezla plot, jo?

Zdeňka: No, on není moc vysoký...

Marie: Ale já bych si netroufla teda...

Božena: Už vás vidím, jak přelízáte plot... (Hromadný smích.)

Zdeňka: Ale oni jsou pořád otevřený vrátka z jedny strany.

Marie: V pondělí tady byla Jitka jo, když šli od vlaku, tak šli tudy a šli zpátky a museli jsme to obejít, byly zavřeny. Ve čtyři hodiny už byly zavřeny vrata.

Jiřina: Ano, někdy je zavřou.

Marie: Asi jak byly možná ty svátky teďka. Museli to obejít. Oni sem přijeli vlakem, ale zpátky že jdou pěšky domů.

JB: A kde bydlí, že šli pěšky?

Marie: V Nebanicích. To je tak pět kilometrů. Dali si procházku po Vánocích. Že prej musí ze sebe shodit ty kila, co nabrali.

Zdeňka: Tak jo, tak jdeme, ne?

JB: Tak vám děkuju. Bylo to moc příjemný si s váma takhle popovídat.

Zdeňka: To vůbec nemáte za co.

Klientky odcházejí, vzájemně si pomáhají s chodítky, a ještě si povídají. Při odchodu se loučíme. Přeji jim dobrou chuť k obědu.



## **Příloha V: Přepis rozhovoru 5 (pan Václav)**

Za doprovodu aktivizační pracovnice vcházím do pokoje Václava. Aktivizační pracovnice mě představuje a vysvětluje Václavovi, že s ním chci vést rozhovor, který bude nahráváný. Rovnou se Václava ptám, zda mu nahrávání nevadí. Odpovídá, že nevadí. Václav sedí na posteli. Mě vyzývá, ať si přinesu židli a posadím se naproti němu. Představuji se mu.

JB: Ještě jednou dobrý den. Abych vám vysvětlila, proč tu jsem... Jsem studentka, studuji Jihočeskou univerzitu v Českých Budějovicích a ráda bych se vás zeptala na pár informací ohledně aktivizačních činností a celkově domova pro seniory. Ještě jednou se zeptám, zda vám nebude vadit, když budu náš rozhovor nahrávat.

Václav: Nevadí mi to.

JB: Dobře, děkuji.

JB: Tak jak se tu máte? Jak se tu žije?

Václav: Ale jo, dobrý.

JB: A jak dlouho už tu jste?

Václav: Půl roku.

JB: Tak to je chvilka zatím.

Václav: Jsem tu od třináctýho června.

JB: Takže si ještě jako zvykáte, nebo?

Václav: Už jsem zvyklej.

JB: A jak šlo zvykání si?

Václav: Šlo to rychle.

JB: Neměl jste z ničeho obavy?

Václav: (Kroučí hlavou, že neměl.)

JB: Je třeba něco, co byste zde změnil?

Václav: Já nevím. Já myslím, že to funguje dobře.

JB: Co vám tady nejvíc vyhovuje?

Václav: Ten klid.

JB: A kdybyste měl říct, jak na vás působí tady prostředí? To, jak to tu vypadá.

Václav: No, docela normálně. Ale doma je doma.

A je to tu třeba trochu jako doma, joo. No ale jinak dobrý.

JB: A jaký je personál?

Václav: Skvělejš. Skvělejš. Nemám žádný připomínky.

JB: A co vám nejvíc vyhovuje na tom personálu, na tom jejich chování?

Václav: No, tak ten jejich přístup. Jsou milí, ochotní. Nenadávají, trpěliví jsou.

JB: Myslíte, že mají všechny předpoklady pro tuhle práci?

Václav: No, to teda jo. To každěj dělat nemůže, to vám řeknu na rovinu. To je obdivuju. Snaží se. Chovají se slušně. Mě zdolal covid. Šestadvacátýho minulej rok. Šestadvacátýho listopadu. Se mnou šlehlo a konec. Byl jsem půl roku v Ostrově v nemocnici, pak jsem šel sem. Já jsem chtěl jít domů, ale děti nedovolily, protože tam jsem sám. My jsme rozvedení. Tak říkali aspoň ty začátky, než mě naučili chodit, no, všechno. Mě vozili na vozejku a pak postupně chodítka, francouzský hole... Jsem se učil chodit, no i když jsem chodil s chodítkem. Nějakej metr ujdu i bez chodítka, ale ještě to není úplně ono. Chodím dolů na rehabilitace, šlapat na kole, udělám si čtyři kilásky a pak jdu zpátky na pokoj.

JB: Řekl byste, že vám prospěla ta péče tady v tom covidu?

Václav: Jo, rozhodně. Klid, najíst mi dají a klid je tady.

JB: A jak tady vaří?

Václav: No, dá se to. Doma je doma, no ale.

JB: Jasně no.

Václav: Jako jo.

JB: A jaký jídlo třeba máte rád?

Václav: Všechno. Já jím všechno.

JB: To je dobře.

Václav: Jinak narodil jsem se v Budějovicích, a to je všechno. To je všechno. Jinak Budějovice neznám. Tetu mám v Písku. Takhle to je...

JB: No a jak jste se dostal sem do Karlovarského kraje?

Václav: S rodičema za prací. V Sokolově jsem dělal na šachtě třicet pět let.

JB: A co jste tam dělal?

Václav: Všechnu! Od začátku. Všechno. Jako pomocník na velkostroji, pak zámečníka, protože jsem vyučenej zámečník. No potom jsem dělal vedoucího velkostroje. No z té funkce, to je nejvyšší, co tam dělník může dosáhnout. No a z tý už jsem šel pak do důchodu. V třiašedesáti. No a už je mi (ukazuje na rámeček nad sebou, ve kterém má přání k sedmdesátým narozeninám).

JB: Hmm, sedmdesát. To je pěkný.

Václav: No, čtrnáctýho října mi bylo.

JB: A nechybí vám práce?

Václav: Mám tam barák, v Sokolově, velkou zahradu, ale nevím, jestli bych zvládnul něco dělat, protože mi to zničilo plíce ten covid, jo. Říkám, na nohy jsem nemoh. Se projdu párkrát po chodbě a (předvádí, jak se mu špatně dýchá) jak

lokomotiva. Už to není ono, co to bývalo, no lepší to nebude. To už tak asi kdyby to zůstalo aspoň tak, no, jak je to teď.

Václav: Co z toho budete mít tady z toho rozhovoru?

JB: Já píšu diplomovou práci, a právě dělám takhle rozhovory s různými Václavy a pak do tý práce použiju vaše odpovědi... jak se vám tu žije a tak.

Václav: No dobrý je to.

JB: Jak třeba probíhá váš běžný den, co děláte?

Václav: Nic (směje se). No a kdo nic nedělá, nic nezkazí. Nic moc. Přes víkendy to je nuda. Takhle v tejdnu je tady ta aktivizátorka, ta Broňa, že jo, tady se furt něco děje. Tady zpívali koledy... Nějaký hry a takový. A o víkendu tu není, to každé je zalezlej u sebe.

Já jsem byl na svátky u dcery, protože bydlí vedle tady v tom paneláčku. Tady je zaměstnaná taky. Je tady nahoře.

JB: A co dělá: Aktivizační pracovníci?

Václav: No od ledna. A jinak dělala ošetřovatelku. Teďka tadyta (ukazuje na fotku nad postelí, na fotce je pán a tři aktivizační pracovníce v kostýmech na Mikuláše, ukazuje na aktivizační pracovníci v kostýmu čerta) čertice na kraji odešla do důchodu od prvního ledna, tak dcera jde místo ní nahoru. A teďko je pod náma. Marta Bu\*\*\*ová.

JB: No to je hezký, tak to má kousek do práce.

Václav: No, asi dvě minuty.

JB: A co jste dělal na Štědrý den u dcery?

Václav: No tak já jsem byl tam...

JB: A máte nějaká vnoučata? Byla tam vnoučata?

Václav: No jéje. Já mám vnuka, tomu bude šestadvacet. A vnučka, ta chodí do šestý třídy, to je zase od nejmladší dcery. Já vám dvě dcery a jednoho syna. Ta nejstarší, ta dělá tady. Ta nejmladší dělá v Sokolově, bydlí v Sokolově. A syn dělá na stanici technický kontroly tady v Rychnově. Ale tam dělají nákladáky jenom. Je technik. No tak mně bylo v říjnu sedmdesát a jemu v listopadu čtyřicet. Tak jsme měli kulatiny v rodině letos.

JB: A slavili jste to nějak?

Václav: Různě, no, tam. Protože tam měl, syn měl pozvanou mámu, no. My se nemusíme, tak tam jsem nebyl. Ale když jsem měl já narozeniny, tak mě odvezli do Třebeně. Tam měl zase ten přítel tý nejmladší dcery, tak ta má kamaráda, kterej tam má restauraci, no krásný to bylo, dobrý. Jsme to důstojně oslavili. Ale kouřil jsem. Devět měsíců. A měl jsem radost, že jsem se dožil tý sedmdesátky, tak jsem si zapálil jednu, druhou... No a už to jede zase (opět předvádí zhoršené dýchání).

(Delší ticho)

Václav: A svět je malej. Protože tamhle ten chlapec, ten nahoře, to modrý (ukazuje na nástěnku s fotkami nad postelí pána, se kterým sdílí pokoj), no tak ten chodí s mojí

vnučkou do třídy. A navzájem se neznáme, tady jsme se viděli poprvé. Přišla vnučka, řikala: „Jé, tady s tím klukem chodím do třídy.“

JB: To je dobrá teda, svět je opravdu malej. No a tady s pánem, jak vycházíte?

Václav: On nemluví. Jak kdybych tu byl sám.

JB: A vadí vám to?

Václav: Ne. Vůbec ne.

JB: A kdybyste si chtěl tady s někým popovídat, tak máte s kým?

Václav: Jasně. Ošetřovatelky. S těma se dobře povídá... Některá nabídla tykání. Je to takový jako příjemnější.

JB: A jak vás jinak oslovují?

Václav: Příjmením. Akorát ty, s kterýma si tykám, mi říkají Vašíku, Vašíčku... No, to potěší.

JB: No to určitě.

Václav: No a rodina a děti za mnou jezdí no. Mimo tý jedný, ta tady dělá, tak ta je tu každou chvíli. A syn a ta druhá dcera jezdí. Dovezou tatínkovi pivo (nalévá si pivo z plechovky). No a já jsem spokojenej. Teď byly Vánoce, tak výjimečně Prazdroj, že?

JB: A jaké pivo máte rád?

Václav: Já piju Gambrinus desítku.

Václav: A vy jste z Budějovic?

JB: Ne, ne, já jsem ze Sokolova.

Václav: A tam studujete?

JB: Přesně tak. Ale mám tam příbuzný. Ne teda přímo v Budějovicích, ale ve Zlivi. Tam odtud je můj děda, kterej teď shodou okolností bydlí taky tady...

Václav: Tady, jo?

JB: O patro výš. A sem do kraje se taky přestěhoval za práci...

Václav: Tak to jo. No jinak, plno Sokolováků pochází z Jižních Čech. Všichni sem šli za práci, no.

(Delší ticho)

JB: No a když se vás teda zeptám k těm aktivizačním činnostem, který tam probíhají na zimní zahradě... Já jsem se dneska byla podívat, co se tam třeba dělá, a dneska tam měli kvíz. Míváte to často, tyhle kvízy?

Václav: No to je různý. Ona má nějakej program a dělá různě takový akce. Před Vánocema dělali ty figurky nějaký. No a zpívali koledy...

JB: A vy taky chodíte?

Václav: Ale. Když oni zpívaj tak falešně. To se nedá. Já ležím tady, je otevřeno, oni zpívaj a furt dokola Vánoce, Vánoce přicházejí. Tak se seberu, vezmu si cigaretu

a chodítka a jdu na balkon. Říkám tý Broně (aktivizační pracovnice): „Už je naučte taky něco jinýho.“ „No oni trénujou, oni tady budou vystupovat po baráku s tím.“

JB: Oni prej zpívali o Vánocích u stromečku.

JB: No a jinak nějaký jiný činnosti, co se tam dělají... Navštívujete něco?

Václav: Mě tam volaj furt, abych tam šel... Jak se mi chce, jo. Někdy se mi nechce, někdy se mi chce, tak jim tam řeknu pár vtipů a jdu pryč. Broňa říká: „Pojďte nás pobavit...“

JB: A chodíte tam třeba taky, abyste viděl ty lidi?

Václav: Vždyť to jsou babky! To jsou babky. Já jsem dědek, ale já nemusím mít všechno no, já jsem skromnej...

JB: A myslíte, že kdyby se tam scházeli jenom pánové, tak byste tam chodil radši?

Václav: Hm. To mi jako nevadí, jestli je to chlap nebo ženská, ale... helejte, já jsem byl sedmnáct let sám na baráku, jenom s pejskem a čtyrma slepicema. Teda slepice v kurníku (směje se), jo, ale já jsem byl v baráku. Nikam jsem nechodil. Měl jsem práci na zahradě, a to... Zlomek vteřiny, a je to úplně jinak všechno.

Václav: Já jsem ještě měl štěstí, že zrovna tam u mě byl zeť. Mi zavolal rychlou. Tři čtvrtě hodiny prej mě tahali zpátky. Pak jsem byl stejně měsíc v tom spánku umělým. Hned se mě ptali potom: „A viděls jsi tam nějaký ten tunel?“ Jsem říkal, já vůbec nic nevím, vůbec nic nevím. Někdo vypráví, že tam vidí nějaký světlo a konci tunelu. Já vůbec nic nevím. Akorát vím, jak jsem měl... potom do mě píchali nějaký ty morfia nebo co. A takový hnusný sny. No to bylo neskutečný.

JB: Pamatujete si třeba nějaký ten sen? Nebo... Chcete o tom mluvit?

Václav: Synovi se narodily dvojčata. Oni přišli na návštěvu a já říkal: „Kde máte malý?“ „Jaký malý?“ A já prej: „Jestli si ze mě budete dělat srandu, tak už sem nechoďte a vypadněte. Pral jsem se s nima, protože já myslel, že mě učí na drogy, to chodili furt, píchali něco, přivázali mně ruce tady k madlům. Hrůza. Syn prodal barák, se mi zdál, auto mi prodal...“

JB: No, to je hrozný. Pak se člověk probudí a neví, co je realita a co se mu zdálo.

Václav: No. Kde máte děti? My žádný nemáme... Vy si ze mě děláte srandu... Co je dneska za den? Pondělí. Jak může bejt pondělí, když včera bylo úterý? Já ani nevěděl, kde jsem.

Václav: Jak říkám, dcera za mnou taky jezdila, ta nejmladší. Domče je špatně taky. Já říkám: „Cože, takovej kousek, a potřebuje Kinedryl, jo?“ „jaký kousek?“ Já říkám: „No v Sokolově.“ „Ale vždyť ty nejsi v Sokolově.“ Já říkám: „A kde jsem?“ „V Ostrově.“ Já to čtyři měsíce vůbec nevěděl, kde jsem.

JB: A to vás rovnou odvezli do Ostrova?

Václav: Sokolov a do ostrova, následná péče. Tady to nemají prý takový zařízení. Jsem měl samý kabely. A EKG jelo furt a dechání... Tady mám díru, tady udělali, tam strčili to... Jsem dechal... Do žaludku tady taky díru, tam jsem měl hadičku, když mě krmili tekutou stravou... No pak mi to osmnáctýho května vyndali. Ale to už jsem jedl normálně. Ale to tam nechávali pro jistotu. Osmnáctýho května mi to vyndali... Tady vodsad' (ukazuje si na krk) mi vyndali tu trubičku osmýho května. No a už jsem začal

dejchat sám. No, dejchat... CHOPN... chronická obstrukční plicní nemoc mám no. Mám takovej sprejček, inhalátor, to beru každej den, dvakrát třeba fouknu... Stejně mi to nepomáhá vůbec... Na záchod, tady je takový pojízdný tohle. Člověk se styděl. Ale co jinýho? No ale pak jsem se nějak přemoh a pomaloučku jsem došel tam na záchod. Docela z ruky tady. Teď už to je jenom zlej sen. Teď už to jde. Mi nemusí utírat zadek, to jsem se vždycky styděl...

JB: To chápu. Je to taková zvláštní situace. Člověk je celý život zvyklý bejt soběstačnej, a pak...

Václav: Jo. Takový jednoduchý věci, a najednou je to problém. Převlíct se a totle...

(Václav pozoruje pána, se kterým sdílí pokoj.)

Václav: Už zase to dělá. To on i v noci. Vždycky tahá za to madlo. Teď už mně to nějak nevadí, ale ze začátku jsem se lekl, co to je.

JB: Víte o pánovi něco?

Václav: No nic moc. Ani s rodinou se moc nebaví. Chodí každej druhý den za ním. Má prý jít do Sokolova nebo do Rychnova, aby to měli blíž, no. Jeho manželka je ze Starýho sedla. Jenom leží, ho přebalují, krmí... No, mě taky krmili a vozili na vozečku, ale už je to pryč. V některých situacích se člověk stydí, ne, když vás koupe ženská nebo vytírá zadek... Musí se to překonat a chtít. Chtít žít. Jsme tady na dovolený. Nebudeme se hádat ani mračit, že. Já jim to říkám, oni kolikrát se tam pošťuchou ty ošetřovatelky. „Nechte toho. Se mě zeptejte, já jsem tady a za chvíli je to jinak,“ říkám, „já vám můžu vyprávět.“ „Vždyť je to jenom sranda. Říkám: „Aha, tak jsem tu srandu špatně pochopil.“

JB: Jako že se až moc hádají, myslíte?

Václav: Noo, ale no. Se pošťuchou, se pomlouvaj tady. „Já jsem čtyřikrát prej vdaná,“ říkala Broňa a já říkal: „Si, děláte legraci?“ „Ne, ona vám to neřekla Ži\*\*ová?“ „Ona to říká každému, kdo sem nově přijde.“ Říkám: „Mně to neříkala.“ To musí bejt ero, co? Po čtvrtý vdaná...

JB: No jo no, tak třeba to nevyšlo ty vztahy...

Václav: Takovej je život.

JB: A co vy? Jak dlouho jste byl ženatej?

Václav: Dvacet sedm let.

JB: To je dobrý.

Václav: Hmm, to je paráda. Ale pak jsem šel na tu noční a ona se zamilovala, manželka. Já jsem byl vždycky takovej pro rodinu, aby rodina měla, jsem se staral, a něco mi někde uniklo. Je s ním, holt no, na Březový. Za těch sedmnáct let, co jsme rozvedený, jsem ji viděl asi dvakrát v Sokolově. A jednou když zjistila, že se máme střetnout proti sobě na chodníku, přešla na druhý chodník... Jsem se těšil na důchod, jo, děti půjdou z baráku, jo, budem si spolu užívat... Tak žije s jiným, no... Já jí to přeju. Je šťastná. Vždyť se má dobře. Děti mě navštívily tady včera tady kluk, tady syn byl z Nejdku. Já jsem byl přes tam, že jo. Za zlý. Včera dopoledne jsem se vrátil, protože jeli k máme na oběd, byli pozvaní...

JB: Cítíte se nějak osaměle?

Václav: Ne. Ne, vůbec. Já vám to můžu říct... já ráno se modlím: „Stojí to za hovno.“ Takhle. A to mám každý ráno. Každý ráno, to je takovej rituál. Vstanu a než se proberu úplně jako. Stojí to za hovno. Ale je to pravda na jednu stranu, já jsem si to představoval jinak ten důchod. Ale jinak jsem spokojenej.

JB: Co třeba jste měl v plánu na ten důchod, kdybyste nebyl tady, ale doma, co jste plánoval?

Václav: Hmm tak. Kdybych bejval, měl svoji milovanou ženu, to už není. Tak nic. Tak ta zahrada. Skleník já jsem... mě to bavilo. Stejně jsem všechno rozdál, úrodu, dětem potom. Říkali: „Taťko, ty máš tak dobrý brambory.“ Ale přijít a pomoci taťkovi... Akorát syn přišel, posekal, to jo. Co jinýho, no záliba taková byla...

JB: No a kdybyste třeba chtěl tady dělat něco na zahradě, mohl byste?

Václav: Ne. To není pro mě. To není pro mě. To je pro ně... a to já... já si to dělám podle svýho, někomu se to nebude líbit, bude mít výhrady. Mám to zapotřebí?

JB: Já jsem se akorát vzpomněla, že jedna paní říkala, že venku sází kytky, tak jestli jako máte tu možnost a tak.

Václav: No to jo, to by byla možnost. Mi říkala jedna ošetřovatelka. Stačí se domluvit a že tady můžu dělat zahradníka.

JB: A třeba nějaký jiný činnosti, který byste dělal doma, můžete dělat tady?

Václav: To asi ne. Jiný činnosti jsem nedělal, jenom zahrada. V zimě přikládat do kotle...

JB: Hm, tak to tady asi fakt nejde, přikládat do kotle.

Václav: Psa mi zajelo auto. Pejška. Jack russell teriér. Takovej malej splašenej.

(Pán hledá fotku v telefonu.)

Václav: Tady chrápe. No srazilo ho auto. Kdy to bylo... ve středu před Štědrým dnem... A tohle je moje milovaný autíčko (ukazuje fotku). Půjčoval si ho kamarád na svatbu. Když vdával dceru. Tak chtěli nostalgii, tak si to půjčil... No, a to je on no. Pak mi ho přejelo auto. Dcery kamarádka v Kaceřově má nějakej statek, tak po dlouhodobé neschopnosti ho dala tam, on jí vyběhl ze zahrady a srazilo ho auto a prej teda ani nezastavil ten řidič... Má děti malý, tak brečely prej. Mi to přišla oznámit večer, ne, já už jsem viděl, že něco se stalo, ne, na ní to poznám. No a že volala kamarádka, že...

JB: To mě mrzí... No a teda, říkal jste, že jste měl ještě slepice?

Václav: No, čtyři. To mi stačí. Jsem ještě stejně rozdával vejce.

JB: A musel jste kvůli slepicím vstávat brzo? Můj děda, když měl slepice, tak vstával hrozně brzo, aby je pustil.

Václav: Ne, ne. Musely počkat, až jsem vstal. Jako když jsem chodil na šichty, tak to jsem vstával ve tři čtvrtě na čtyři. Než jsem to pokrmil, psovi dal, nasnídal. No, to jsem chodil do práce, ale jako když jsem měl volno, tak jsem se vzbudil v půl devátý, jsem vylezl na zahradu, otevřel kurník, nasypal jim. Nejdřív dostaly zvířátka a pak jsem se nasnídal.

JB: A tady vstáváte v kolik hodin? Přispíte si?

Václav: Voni tady přijdou v sedm hodin. Dobré ráno a teď to courá jeden za druhým. Toho (pána na vedlejší posteli) přijdou přebalit, pak sestřička donese léky. Pak přijde vedoucí, přinese nám nutri drinky. Potom, už když zhasnu jenom malý nechají svítit, tak přijde paní uklízečka a už je rachot. V osm hodin je snídaně a pak různě no. Jdu na rehabilitaci dolů nebo jdu do koupelny. Vykoupu, převlečou postel, čistý prádlo na sebe a čeká se. Na dvanáctou je oběd. Pak je svačinka kolem půl třetí. Různý ovoce a jogurty... No a pak je večere v pět hodin a stavte se na hlavu třeba. Oni se střídají, ve tři čtvrtě na sedm odejdou, tady je s náma jedna na noční, tady obíhá. Vždycky co se šustne, já už jsem ve střehu. V půl druhý přijde pána přebalit.

JB: To to máte dobře zmáknutý ten denní režim.

Václav: No takhle to je tady no. Tady jsou dvě babky, ty jsou jak dvojčata. Vemou chodítka, sjedou dolů, chodí tady na procházky...

JB: S nima jsem taky dneska mluvila, zrovna říkaly, že půjdou odpoledne.

Václav: No, chodí dopoledne i odpoledne. Já jsem si vždycky říkal ty vole, proč oni mají tak špinavý ty kolečka? Oni tam rajtují kolem těch koz a tam je bláto. Už mě taky zvaly na rande. „Tak pojdte s náma.“ A já říkám: „No jo ale by to se mnou šlehlo, kdo tam co udělá.“ „Tak my zavoláme někoho.“ Jsem se vymluvil.

JB: Nechtělo se vám s nima?

Václav: Ne. Kdyby byly mladší, tak jo... Máte prázdniny? Nebo se to tak neříká?

JB: Jo, jo, mám prázdniny. Vánoční.

Václav: No. Musíte dávat pozor. Aby vám tam nedej bože nevletěl nějaký magor. Jako v tý Praze. To mají z těch americkéjch filmů. Já bych jim dal. Na vojnu. Na dva roky. Tam z nich vyléčí ten stres, nebo co to maj. Já jsem byl dva roky a dva měsíce, no a ještě cvičení. Dvě cvičení jsem měl ještě, povinný. Teď je to strašný. Nebo ten paintball nebo co to je, jak po sobě střílí ty kuličky. Já bych to zakázal. Přece míří na člověka, ne?

JB: A ona je to docela rána, když člověk dostane tou kuličkou, docela to bolí.

Václav: Takovýhle kraviny, to jo. Malý děti... knížku nějakou si přečíst nebo něco. Mobil, tablet... Taky mi dali tady toho ďábla (ukazuje mi tablet). Dali mi tablet na Vánoce.

JB: A co na něm děláte?

Václav: Nic. Akorát to umím zapnout a vůbec s tím nic neumím. Já si říkal na co, na co? Tady ten mobil mám, já nevím, osm let. Slouží. Já se dovolám, mně se dovolaj... „My ti koupíme chytřej...“ Já nechci, já jsem na to zvyklej. Dovolám se, napíšu esemesku, fotí to... Znáte to, starý lidi už tak odmítají novinky. No a já už jsem jeden z nich. Na co, když to slouží?

JB: No a třeba dali vám nějaký knížky do toho tabletu? To by šlo, kdybyste si chtěl takhle číst.

Václav: Jo, jako myslíte nějaký... to ne, tam nic není, to je nový, to je prázdný ještě.



JB: To vám tam mohli něco dát... buď abyste poslouchal, jako audioknížku anebo i na čtení. To byste si i mohl přiblížit, abyste měl větší písmena...

Václav: No, a ještě jsem hluchej na levý ucho, ale total. Tu jsem taky k tomu dostal novinku (ukazuje sluchátka). Takže slyším trochu na pravý ucho... A jinak dobrý, no.

JB: Já bych vůbec nepoznala, že slyšíte hůř. Mně přijde, že já nemluvíím moc nahlas a vy slyšíte...

Václav: Jo, dobrý, to jako jo, ale zpívat... se blbě zpívá, protože když se neslyším na 100 %...

JB: Zpíváte rád?

Václav: Hmm rád jsem zpíval, ale teď si nevěřím.

JB: A jaký styl hudby jste zpíval?

Václav: Všechny. Hodně moravský. No ale to už to už je dávno.

(Pán zpívá.)

JB: Tak tu vůbec neznám.

Václav: Neznáte? To je nejznámější.

JB: Hmm. A slyšela jsem, že jste tu minulý týden měli koncert. Byl jste se podívat?

Václav: Jo, to byly ty na tu harmoniku. Někdo sem chodí hrát. Nebyl jsem. Nee. Oni mě tady lákali...

JB: A proč jste nebyl?

Václav: No tak... já nevím, oni tam krákorají ty babky... Oni se baví a... Já jsem byl vždycky takovej samotář spíš.

JB: To chápu, každěj je nějakěj...

Václav: Ale jako když někdo přijde, tak jo, se rád bavím, to jako ne že bych byl nějaký uzavřený do sebe. S rodinou jo. Dáme si panáka, zazpíváme si... Ale nemusím mít všechno, ne? Stejně se budu stěhovat.

JB: A kam?

Václav: Tam vedle někde. Jedna paní umřela, tak půjdu na jednolůžák. Budu mít apartmá.

JB: To budete mít klídek...

Václav: No jo, a je tam sprchovej kout a záchod přímo. Nebudu muset přes chodbu. Tak co víc si můžu přát. A když se to zlepší úplně, tak půjdu pryč odsad'. Protože tady kolem sebe to neštěstí, to je hrozný tohleto. Jako myslím ty stavy... To já na tom jsem dobře ještě.

(Delší pauza)

JB: Ještě se vás zeptám na otázku. Co je pro vás v životě důležité?

Václav: Že mám zdravý děti, rodinu... Psa už nemám, pejska mi zajeli, no. Jinak to, no. Dejchám, žiju. Hlavně zdraví, to je důležitý.

JB: A kdybyste mohl něco vzkázat ostatním lidem, co byste jim řekl?

Václav: To vůbec nevím. Já nejsem žádný filozof. Já žiju tak, jak žiju. A dávat někomu moudra, já žádný nemám, abych někomu radil. Ať si každé žije, jak chce, jak mu to vyhovuje... Jsem se odebíral na druhou svět, tak doktoři mě stáhli zpátky no. Tak teď se musím snažit teda, no, když tady mám ještě být...

JB: Jak to myslíte, snažit?

Václav: No tak ne tady furt ležet a jenom přemýšlet o kravinách, to ne, ale chodit. Tam do tý... na ty rehabilitace chodím, no. Když je mi smutno, tak si tam sednu před tu sesternu jejich, vona nějaká vyjde, tak pokecáme. Sedne si ke mně a řekne: „Tak co, Honzíčku?“ říkám, je mi smutno a copak, no dáme řeč. Člověk pookřeje na duši a jde zase po svých přátelích tady. Postel – přítelkyně, kamarád chodítko tamhle.

JB: A nějaké jiné přátele tady máte? Znáte tu někoho?

Václav: Já tady nemám kamarády... Jenom jeden, no tak... kamarád. Oni ho vyvezou tam na vozečku na balkon, Káju, a tak tam spolu kouříme, pokecáme. Já než vykouřím jednu, tak on dvě... Ale já si беру jenom jednu s sebou, abych to nepřeháněl. A to je tak nějak... ten Kája, že tam spolu pokecáme. To já už vím, že tam bude ve tři hodiny, tak tam pak půjdu za ním. Tak takhle to je, no. A jitra jsou zde tichá. Viděla jste ten film?

Václav: To je ruskej film...

JB: A kdybyste tady mohl něco změnit, změnil byste něco?

Václav: Já tady nic měnit nebudu. Oni tomu rozumí, to jsou odborníci, tak. A nikdo si tady nestěžuje, že by tady bylo něco špatně, to ne. Protivný Václavi jsou tady, jo, to tady vyzvánějí celou noc, že ta holka kolikrát se nezastaví... Ale jako vyloženě kraviny si vymějšlej některý. To jsou našťvaný ty holky.

Václav: A jinak jak se nám tu žije, no dobrý, no. Nestěžuju si. Hlavně že je o nás postaráno. Mladý nemaj čas, ty musí chodit do práce, aby se udrželi při životě... Je to takový vrakoviště, bych řekl. Už nejseš potřebnej. Jak stará auto taky, hoděj to do šrotu... No, mojemu autáku je dvaapadesát... Jsem měl i kupce, chtěli. Nenene, to neprodám. Až tady nebudu, tak ať si s tím dělá, co chce, syn. To je moje srdcovka. Až na východní Slovensko, tam mám příbuzný, jsme jeli tady s tím. Manželka neměla řidičák, já to všechno musel sám.

JB: A jak dlouho se tam jede?

Václav: Dvanáct hodin. To jsem řídil. Tři děti, na tři tejdny věci pro děti, byly vždycky na střeše, něco v kufru... Příbuzný z otcovy strany... Slovák a matka byla Plzeňáčka rodilá. Se potkali po válce tady v Čechách. Otec přišel se Svobodovou armádou. Dělal na Lipnu, když se stavělo Lipno, přehrada. Tam se poznali. Tam jsme bydleli chvíli. Pak otec zůstal v práci tady v Sokolově, jsme se z Lipna stěhovali sem. Pak jsme zase odešli kvůli tátovo mámě na východní Slovensko. Já mám slovenský školy. A tak kvůli jeho mámě, že se o ní postará na starý kolena. Otec se dostal mezi svý no. Mistr světa v chlastu... Tak já byl na vojně a oni se rozvedli. Matka šla sem zpátky k svojí mámě. A já jsem pak po vojně, když jsem to viděl, jak to tam vypadá, jsem šel za matkou sem. No, pak jsem v třiaosmdesátým nastoupil na šachtu a tam jsem byl až do důchodu. Jedenáct let jsem dělal jenom na šachtě. Tam jsem bydlel jedenáct let.

JB: To byla asi fyzicky náročná práce, co?

Václav: To jo. Si vemte v létě ten pařák a prášilo se tam, v zimě, v mrazu, v dešti... Dneska berou mnohem víc, než jsme brali my. Jsem tenkrát bral nějakých pětadvacet tisíc. No ale peníze jsme neměli... Já jsem zůstal sám, tak jsem si naspořil půl milionu. To je slušný, ne? A to jsem pivařil a kouřil. Uvařil jsem si, na co jsem měl chuť.

JB: Umíte vařit?

Václav: No tak jako amatérský no. Svíčkovou jsem udělal. Bramborovej salát, řízky... Akorát knedlíky neumím.

JB: To nevádí. A třeba kdybyste chtěl si něco uvařit tady, tak mohl byste?

Václav: Asi ne... No, štrůdl jsem dělal... plno jablek na zahradě. Různě omáčky, bramboračku. Různě, na co jsem měl chuť. Jsem si upekł kachnu, jedl jsem ji tři dny. Není problém... Na houby jsem rád chodil. Vždycky jsem vytáhl svého veterána a jsem zajel někam do lesa. Nasbíral houby a do mrazáku a v zimě se hodily. A třešně, kompoty a jahody, džemy jsem dělal. Pak jsem to rozdál. Já na to moc nejsem. A děti měly radost. A višně... Griotku jsem dělal.

JB: Domáci, jo?

Václav: Domáci, no. Do litru vodky, naložit do toho višně, nějakej cukr, to nechám měsíc odstát, pak se to scedí... To je tlamolep teda.

JB: Ale zase, domácí, aspoň víte, co v tom je.

Václav: Tak, tak. Žádná chemie. No jo, to bejvávalo. Dneska, oni jdou do obchodu a koupí si třešně. Tady je strom zralejch třešní. Jsou tak líný ty děti moje... Jestli se to prodá, ten barák, nebo jestli se vrátí, já nevím. Že mladý o to nestojí. To je lepší v paneláku vyhodit kopyta. Se jim nechce dělat na zahradě. No, musí k tomu bejt vztah taky...

Václav: Vy bydlíte v Sokolově?

JB: No, v Těšovicích, to je kousek za Sokolovem. Taky máme baráček a velkou zahradu.

Václav: Tam bydlel kamarád. Jsme spolu dělali na šachtě. Jemnuje se F\*\*\*r, Petr. Jsme spolu dělali.

JB: Ano, toho znám.

Václav: Tam prodal byt na Michalu a koupil barák v Těšovicích.

JB: Oni bydlí v baráku, kde dřív bývala škola.

Václav: On mě zval na návštěvu, ale nakonec už mi to nevyšlo. Taky je v Těšovicích hospoda U Slunce, ne?

JB: Ta už nefunguje. Ještě když jsme se nastěhovali, v roce 2010, tak fungovala, ale teď už ne. Už tam normálně bydlí lidi.

Václav: Aha. No to je škoda. Takže F\*\*\*\*\*a znáte...

JB: Hmm. Tak já asi půjdu pomalu. Jestli teda není ještě něco, co byste chtěl doplnit?

(Pán kroutí hlavou.)

JB: Tak já vám moc děkuju. Byl to příjemnej rozhovor.

Václav: Tak já stejně nemám, co bych dělal. Na balkon a sem... Pozlobit tam holky, poškádlit trochu, no. Za chvíli je tma. Bude večere. Já, když jsem tady byl, jak mě převezli, třináctýho června, první noc, vejde sem taková kočka, kolem sedmý. V létě, ne, takže ještě bylo světlo. A potřebujete něco? Ne... Jo, tak dobrou noc. Šla, zavřela dveře. Říkám si ty vole, kam jsem se to dostal? Sedm hodin a dobrou noc, jo? Úplně jsem sklapnul. Dneska když jí to řeknu, tak jo no, to je normální, to je takovej režim tady. Říkám no, ale já tady byl prvně a přišlo mi to divný v sedm hodin, ještě světlo a ona řekne dobrou noc.

JB: A trvalo vám dlouho, než jste si zvykl na ten režim?

Václav: Ne, to ne, to já to záhy pochopil, kde jsem... Tak jsem se přizpůsobil rychle. Tady nemůžu žertovat s každým, už nevím, s kým. Už byla i domluva od paní vedoucí tady. Prej si utahuju z nich. Říkám: „To není pravda. Přiveďte mi sem někoho, koho jsem urazil nebo z koho jsem si utahoval, ať mi to řekne do očí.“ A ona říká: „No to vám sem nikdo nepůjde.“ Já říkám: „Ne? Tak potom jsou to pomluvy, drby, a to snad řešit nebudeme, ne?“ Tak dala pokoj... Že jo, tak ať mi to dokáže. A koho jsem urazil... nejsem si vědom. Si tam v tej jídelně krájela koláč, kterej tam upekli a každému dávali porci na talířku a: „Pane Kub\*\*\*c, tady máte.“ A já říkám: „Pane Kub\*\*\*c ale pozor, jsou to malý kostičky.“ A ona se naštvála, ta sestra a říká: „Už mě prudíte těma řečma.“ No a řekla to vedoucí a v pondělí jsem šel na kobereček. To je něco... to je utahování z někoho?

JB: No jo, tak třeba neměla dobrou náladu ta sestra...

Václav: Tak to práskla, no... „No a co ta vodka, co jste tam přinesl?“ „Cože? Já jsem přinesl nějakou vodku?“ říkám, „to tam přinesla Broňa, nalila každému panáčka a odnesla to pryč.“ Odešla. Přišla zpátky a říká: „Já se vám omlouvám. „Já říkám: „Za co?“ „No za tu vodku, ona to opravdu přinesla Broňa.“ Já říkám: „No vidíte.“ Takhle to je se vším. Takže zase jako abych si nechal nadělat na hlavu za to, co jsem neudělal, to já se bránit budu... My jsme tady abstinenti (nalévá si pivo a směje se).

(Václav pozoruje pána na vedlejší posteli.) To je hrozný. Nemluví. Ani s rodinou. Jenom se tak usmívá. Jednou jsem slyšel takovou ránu... Dal facku tady tý nástěnce, co má nad sebou. Já mám strach, aby to na něj nespadlo. Za chvíli ta hrazdička vyskočí...

JB: Tak já se s vámi rozloučím.

Václav: Jsem rád, že jsem pomohl. Teda jestli vám to pomůže něco...

JB: To určitě. Moc jste mi pomohl.

Václav: Jo? No tak. Chcete mít přehled, jo, když máte o něčem psát. To je správné, a tak to má být.

JB: Moc vám děkuji. Mějte se hezky. Na shledanou.

Václav: Na shledanou.

Po ukončení rozhovoru zůstává Václav ve svém pokoji.

## Abstrakt

BLAŽKOVÁ, Jana. *Saturace potřeb při volnočasových aktivitách v pobytovém zařízení pohledem vybraných klientů*. České Budějovice 2024. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce Mgr. Věra Suchomelová, Th.D.

Klíčová slova: senior, stáří, stárnutí, potřeby, volný čas, domov pro seniory, aktivizační činnosti, aktivizační pracovník

Cílem diplomové práce je zjistit, jakou roli hrají volnočasové činnosti v naplňování potřeb z pohledu rezidentů domova pro seniory. V diplomové práci navážu na svou bakalářskou práci, v níž jsem popisovala, které potřeby seniorů mohou být naplňovány prostřednictvím volnočasových/aktivizačních činností a za jakých podmínek. V teoretické části práce rozšířím poznatky z bakalářské práce. Ve výzkumné části práce budu formou rozhovorů s vybranými klienty konkrétního domova pro seniory zjišťovat, jakým způsobem jsou jejich potřeby ve volnočasových aktivitách naplňovány.

## **Abstract**

Saturation of needs during leisure activities in a residential facility from the point of view of selected clients

Key words: senior, old age, aging, needs, leisure, retirement home, activating activities, activation worker

The aim of the thesis is to find out what role leisure activities play in fulfilling the needs from the perspective of the residents of a home for the elderly. In the thesis I will build on my bachelor thesis, in which I described which needs of the elderly can be fulfilled through leisure activities and under which conditions. In the theoretical part of the thesis I will extend the findings from the bachelor thesis. In the research part of the thesis, I will investigate how their needs are met in leisure activities through interviews with selected clients of a specific home for the elderly.