



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Studies

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Fakulta zdravotně sociální  
Katedra sociální práce

Bakalářská práce

# Aktivizační činnosti jako nedílná součást sociální práce v Domově seniorů Benešov

Vypracoval: Ivana Málková, DiS.  
Vedoucí práce: PhDr. Lenka Matřhová

České Budějovice 2014

## **Abstrakt**

### **Klíčová slova:**

Aktivizace – možnosti a limity - sociální práce - specifika - role a činnosti

Bakalářská práce je zaměřena na aktivizační činnosti jako součást sociální práce v domově pro seniory. Se stárnutím populace vyvstávají i otázky, jak se dožít vysokého věku a zároveň žít plnohodnotným a aktivním životem. Jednou z odpovědí na tyto otázky je právě aktivizace seniorů. Aktivizační činnosti slouží pro zlepšování a udržení psychických, pohybových a sociálních dovedností. Aktivity musí odpovídat požadavkům, schopnostem a dovednostem klientů. Zároveň by měly tyto aktivity být dostupné a zapojovat co nejvíce klientů.

Cílem teoretické části bakalářské práce je popsat sociální práci, roli a náplň činnosti sociálního pracovníka a jednotlivé aktivizační činnosti využívané v domově pro seniory. V teoretické části jsou vyjmenovány osobnostní předpoklady a dovednosti sociálního pracovníka při práci se seniory, role sociálního pracovníka a náplň jeho činnosti v domovech pro seniory. Dále se tato část se také věnuje individuálnímu plánování a popisu aktivizačních činností ve všeobecné rovině a popisu aktivit, které se ve větší nebo menší míře uplatňují v Domově seniorů Benešov.

Teoretická část byla vytvořena pomocí metody analýzy a syntézy z dat odborné literatury a jiných zdrojů zabývajících se problematikou seniorů a aktivizačními činnostmi.

Cílem praktické části je zjistit, jaké jsou možnosti a limity sociální práce se zaměřením na aktivizační činnosti v Domově seniorů Benešov. V závislosti na cíli byly stanoveny dvě výzkumné otázky. Hlavní výzkumná otázka zní: Jaká jsou specifika sociální práce v domově pro seniory? Dílčí výzkumná otázka zjišťuje, jaká je role a činnost sociálního pracovníka v oblasti aktivizačních činností v domově pro seniory.

Pro splnění cíle byl zvolen kvalitativní výzkum. Byla použita metoda dotazování, technika polostrukturovaného rozhovoru, sekundární analýza dat a metoda SWOT

analýzy. Výběrový soubor tvořily 3 sociální pracovníce Domova seniorů Benešov. Respondentky byly vybrány účelovým kvótním výběrem.

Výsledky jsou rozděleny do dvou částí podle výzkumných otázek. První část se týká specifík sociální práce, která jsou vyhodnocena na základě rozhovorů s respondenty a na základě analýzy dokumentů jimi předložených. Druhá část obsahuje role a činnosti sociálních pracovníků Domova seniorů Benešov v oblasti aktivizačních činností. U obou částí jsou pro přehlednost výsledky rozděleny podle otázek kladených při rozhovorech.

Diskuse je taktéž rozdělena podle výzkumných otázek. V diskusi je stručně pojednáno o výsledcích výzkumu a porovnání s odbornou literaturou. V části bakalářské práce s názvem Výsledky je zpracována přehledná SWOT analýza, kde je znázorněno, jak je na tom v současné době sociální práce a aktivizace v Domově seniorů Benešov. Na základě tohoto výzkumu by mohl Domov seniorů Benešov zkvalitňovat své služby.

Výzkum ukázal, že sociální práce v Domově seniorů Benešov je limitována mnoha faktory, je to například nedostatek finančních prostředků, který velmi ovlivňuje aktivizační programy. Dále je to špatná motivace klientů, ačkoliv odborná literatura říká, že s podobnými problémy se potýká mnoho vyspělých zemí a motivace seniorů je velmi obtížným a dlouhodobým úkolem. V Domově seniorů Benešov se také vyskytuje mnoho klientů, kteří jsou upoutáni na lůžko a možnosti aktivizace jsou zde ztíženy. Vzhledem k narůstajícímu počtu seniorů se i Domov seniorů Benešov potýká a problémem velkého množství žadatelů o pobytové služby.

Existuje i mnoho možností a příležitostí, jak by se sociální práce v tomto zařízení mohla rozvíjet. Je to například větší zapojení přímého personálu do aktivizačních činností a zvýšení nabídky aktivit v závislosti na možnosti vyššího personálního obsazení.

V tomto zařízení se setkáváme i s velkým množstvím silných stránek sociální práce a aktivizace. Je to například kvalifikovaný personál, vyhovující prostory, zapojení místních škol a seniorů z okolí do aktivit. Důležité je zmínit fakt, že na dobré úrovni je i dobrovolnictví, ačkoliv dle respondentek není dobrovolníků nikdy dostatek.

Práce sociálního pracovníka se seniory vyžaduje určité osobnostní rysy, např. trpělivost, schopnost rychlého rozhodování a dále je to i znalost mnoha příbuzných oborů, nejčastěji zdravotnictví. Sociální pracovnice hodnotí sociální práci jako kvalitní s kvalifikovaným personálem, ačkoliv existují některé faktory, které ji ovlivňují negativně. Jako jeden z problémů je udáván nedostatek aktivizace u imobilních klientů a nízký počet aktivizačních pracovníků.

Role a činnosti sociálních pracovníků v Domově seniorů Benešov jsou u dvou respondentek podobné a jedna respondentka řídí a kontroluje sociální práci prováděnou sociálními pracovníci a dohlíží na organizování a provádění volnočasových aktivit klientů.

Získané poznatky bakalářské práce je možné využít jako zdroj o aktivizačních činnostech a sociální práci v Domově seniorů Benešov a také jako podklad pro zlepšování služeb v tomto zařízení. Práce bude využita jako zpětná vazba pro zařízení, kde byl výzkum realizován.

## **Abstract**

### **Key words:**

Activation – possibilities and limits – specifics – roles and activities

This bachelor thesis is aimed to the activation activities as a part of social work in the nursing home. The population is aging and there are some questions how to live a long time and live a full and active life simultaneously. One of the answer on this question is activation of seniors. Activation activities are good for improving and maintaining of psychical, motional and social skills. Activation activities should correspond with requirements, capabilities and skills. Activities should be available for all clients and involve the largest possible number of users.

The goal of the theoretical part of bachelor work is to describe social work, roles and job description of social worker and describe each activation activities used in the Nursing home Benešov. In the Theoretical part there are named personality assumptions, roles and job description of social worker in nursing homes. This part deals with descriptions of activities in the Nursing home Benešov.

Theoretical part was created by using of analysis and synthesis of data from scientific literature and the other sources of dealing with the problems of the elderly and with activation activities.

The goal of practical part is to find what are the possibilities and limits of social work focusing on activation activities in Nursing home Benešov. Depending on the goals have been established two research questions. The main research question is: What are the specifics of social work in a nursing home? Partial research question asks what is the role and activities of social workers in activation activities in the nursing home.

For the goal of bachelor thesis was chosen the qualitative research. I have used the questioning method and the technique of the semi-structured interview and the secondary analysis of data and the method of SWOT analysis. The selected group had 3

social workers of Nursing home Benešov. The respondents have been chosen using the purpose-quota choice.

Results are divided into two parts based on the research questions. The first part is concerned to the specifics of social work, which are assessed on the base of interviews with respondents and an analysis of documents submitted by them. The second part contains the role and activities of social workers of Nursing home Benešov in activation activities. Both parts are divided by the questions asked during the interviews.

Discussion is also divided according to the research questions. The discussion is briefly discussed about results and comparison with literature. In this section is made SWOT analysis, which shows social work in Nursing home Benešov. The Nursing home Benešov could improve the services on the based on this research.

The research has shown that social work in a Nursing home Benešov is limited by many factors. There is a lack of financial sources, which greatly affects the activation programs, there is a bad client motivation, although the scientific literature says that similar problems facing many developed countries and motivation of older people is very difficult and long-term task. In the Nursing home Benešov are also many clients who are bedridden and activation is difficult. Given to the growing number of seniors Nursing Home Benešov facing a problem of large amounts of applicants for residential services.

There are many options and opportunities how to developed social work in this institution. It is for example a greater involvement of staff in activation activities and increasing of activities based on the possibility of higher staffing.

In this Nursing home we can find a lot of strengths of social work and activation activities. It is for example qualified staff, good spaces, the involvement of local schools and seniors from around into the activities. It is important to mention that the volunteering is in a good level, although according to the respondents is never enough the volunteers.

The work of a social worker with the elderly requires certain personality traits, such as patience, quick decision and the knowledge of many related fields, most the health care. Social workers evaluate the social work in Nursing home as quality with a

qualified staff, although there are some factors that affect it negatively. One of the problems is indicated the lack of activation activities with immobile clients a low number of activation workers.

Roles and activities of social workers in Nursing home Benešov are similar for the two respondents and one respondent operates mostly as a coordinator of social work and activation activities.

The gained knowledge of this bachelor thesis can be used as a source of activation activities and social work in a Nursing home Benešov and also as a basis for improving services in this facility. The work will be used as feedback for the device, where the research was conducted.

## **Prohlášení**

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

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to – v nezkrácené podobě – v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných fakultou – elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne

.....

Ivana Málková, DiS.



## **Poděkování**

Ráda bych touto cestou vyjádřila poděkování vedoucí bakalářské práce PhDr. Lence Maňhové za její pomoc, trpělivost, cenné rady a především čas věnovaný zpracování této práce. Dále bych ráda poděkovala pracovníkům Domova seniorů Benešov za jejich ochotu a spolupráci při výzkumu a řediteli Domova seniorů Jaroslavu Durasovi za umožnění zpracování výzkumu.

## Obsah:

Obsah: .....	6
Seznam použitých zkratk .....	8
Úvod.....	9
1 Specifika sociální práce se seniory .....	11
1.1 Osobnostní předpoklady a dovednosti při práci se seniory.....	11
1.2 Role sociálního pracovníka .....	12
1.3 Náplň činnosti sociálního pracovníka v domově pro seniory .....	14
1.4 Aktivizace .....	15
1.4.1 Aktivace a animace .....	15
1.4.2 Aktivizace .....	15
1.4.3 Pracovník pro aktivizační činnost.....	16
1.5 Individuální plánování .....	17
1.6 Aktivizační činnosti pro seniory .....	18
1.6.1 Pohybové aktivity .....	19
1.6.2 Hudební aktivity a muzikoterapie.....	21
1.6.3 Výtvarné činnosti a arteterapie .....	23
1.6.4 Zábavné hry .....	25
1.6.5 Aktivity se zvířaty.....	26
1.6.6 Trénování paměti .....	27
1.6.7 Vzpomínkové aktivity a reminiscence.....	28
1.6.8 Pracovní aktivity a terapie .....	30
2 Cíle a výzkumné otázky .....	32
2.1 Cíle práce .....	32
2.2 Výzkumné otázky.....	32

3 Metodika .....	33
3.1 Metody a techniky sběru dat .....	33
3.2 Zkoumaný soubor .....	34
3.3 Realizace výzkumu .....	34
4 Výsledky .....	36
4.1 Výsledky k hlavní výzkumné otázce .....	36
4.2 Výsledky k dílčí výzkumné otázce .....	47
4.3 Shrnutí výsledků k HVO a DVO .....	51
5 Diskuze .....	53
5.1 Diskuze k výsledkům hlavní výzkumné otázky .....	53
5.2 Diskuze k výsledkům dílčí výzkumné otázky .....	57
Závěr .....	60
Seznam použitých zdrojů .....	62
Přílohy .....	65

## **Seznam použitých zkratek**

- DVO – dílčí výzkumná otázka
- HVO – hlavní výzkumná otázka
- DS – domov seniorů

## Úvod

Problematika přibývajících počtu seniorů je stále diskutovanější mezi běžnou populací, ale i v odborných kruzích. Pro demografický vývoj České republiky je stárnutí populace typickým prvkem, který bude i nadále pokračovat. Podle odhadů by v ČR v roce 2050 měl počet osob nad 65 let překročit 31,3% populace, to jsou asi tři miliony osob.<sup>1</sup>

Lidé si často kladou otázky, jak se dožít vysokého věku a zároveň žít plnohodnotným a spokojeným životem. Jedním z klíčů k odpovědím na tyto otázky by mohla být právě aktivizace v pozdějším věku.

Již delší dobu se ve své praxi věnuji aktivizačním programům v domovech pro seniory. Téma Aktivizační činnosti jako nedílná součást sociální práce v Domově seniorů Benešov jsem si vybrala proto, že jsem zde vykonávala dlouhodobě odbornou praxi a mám z tohoto zařízení mnoho zkušeností, které bych chtěla touto cestou předat dále.

Sociální práce v domově pro seniory je velmi rozmanitá a zahrnuje jak organizační a administrativní činnost, tak i právě aktivizační programy. Sociální pracovníci a pracovníci v sociálních službách v domově pro seniory by měl mít specifické předpoklady pro tuto činnost. Sociální práce v domově pro seniory spočívá v pomoci seniorům a jejich rodinám a provázení seniorů na cestě aktivního stáří od okamžiku prvního setkání až po odchod ze zařízení, popřípadě smrt klienta.

Při práci v tomto zařízení je třeba, aby se sociální pracovník dokázal přizpůsobit komunikaci se seniory a jejich rodinami a při aktivizačních programech dokázal zaujmout svými nápady, které jsou vhodné pro cílovou skupinu. Aktivizační programy jsou důležité pro zlepšování psychických, fyzických i sociálních dovedností. Aby senioři nezůstali pasivními a účastnili se sociálního života, je třeba, aby aktivizační činnosti pro seniory byly v souladu s jejich požadavky, možnostmi a schopnostmi. Zároveň by měly být tyto aktivity stejnou měrou dostupné pro všechny obyvatele domova a zapojovat co největší počet uživatelů. Při vytváření aktivit pro seniory se nekladou meze vlastní fantazii, proto existuje velké množství možností, jak klienty zaujmout a podtrhnout tak jejich schopnosti.

---

<sup>1</sup> MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*, Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3, s. 26

Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Cílem teoretické části práce je popsat sociální práci, roli a náplň činnosti sociální pracovníka a jednotlivé aktivizační činnosti v domově pro seniory. Budou zde obecně popsány aktivizační činnosti, které se v současné době ve větší nebo menší míře praktikují v Domově seniorů Benešov.

Cílem praktické části je zjistit, jaké jsou možnosti a limity sociální práce v oblasti aktivizačních činností týkajících se udržení či obnovy psychických, pohybových a sociálních dovedností uživatelů sužeb v Domově seniorů Benešov. Bude zvolen kvalitativní výzkum, kde bude použita metoda dotazování, technika polostandardizovaného rozhovoru. Tyto rozhovory budou provedeny se sociálními pracovníci Domova seniorů Benešov.

Výsledky budou poskytnuty Domovu seniorů Benešov a budou sloužit jako podklad pro zlepšování aktivizačních činností.

# 1 Specifika sociální práce se seniory

Nejprve by bylo vhodné vysvětlit pojem sociální práce a sociální pracovník. Tento pojem se vyskytuje v mnoha pramenech a není jednoduché ho definovat.

Etický kodex definuje sociální práci následovně: „Sociální práce je založena na hodnotách demokracie, lidských práv a sociální spravedlnosti. Sociální pracovníci proto dbají na dodržování lidských práv u skupin a jednotlivců tak, jak jsou vyjádřeny v dokumentech relevantních pro praxi sociálního pracovníka, a to především ve Všeobecné deklaraci lidských práv, Chartě lidských práv Spojených národů a v Úmluvě o právech dítěte a dalších mezinárodních deklaracích a úmluvách. Dále se řídí Ústavou, Listinou základních práv a svobod a dalšími zákony tohoto státu, které se od těchto dokumentů odvíjejí.“<sup>2</sup>

Nizozemská asociace sociálních pracovníků definovala v roce 1987 sociálního pracovníka takto: „Funkcí sociálního pracovníka je pomáhat lidem, kteří se pokoušejí řešit a zvládnout problémy ve fungování, v interakcích a jejich sociálním prostředí. Prostřednictvím své pomoci se sociální pracovník snaží zlepšit způsob, kterým lidé sociálně fungují, nebo vztahy mezi lidmi a jejich sociálním prostředím.“<sup>3</sup>

## 1.1 Osobnostní předpoklady a dovednosti při práci se seniory

Pracovník v pomáhající profesi je vystaven zvýšenému riziku syndromu vyhoření v důsledku nezvládnutého pracovního stresu. Důsledkem toho je nezvládnání nebo opuštění sociální práce. Sociální pracovník je angažován do práce svou osobností více než u jiných profesí. Proto je nezbytné, aby měl tento pracovník celou řadu předpokladů a dovedností, které v následujícím textu stručně charakterizují.<sup>4</sup>

### *Zdatnost a inteligence*

Na první bývá kladena fyzická zdatnost, protože pomáhat druhým je těžká a vysilující práce. V této profesi je tedy důležité, aby pracovník dbal o fyzickou kondici a udržoval správnou výživu. Nezbytná je i sociální a emoční inteligence,

---

<sup>2</sup> Etický kodex sociálních pracovníků ČR. In: *eticky-kodex.cz* [online]. 28. únor 2011 [cit. 2014-07-14]. Dostupné z: <http://www.eticky-kodex.cz/eticky-kodex-socialnich-pracovniku-cr/>

<sup>3</sup> MATOUŠEK, O. a kol. *Základy sociální práce*. Praha: Portál, 1. vydání, 2001. ISBN 80-7178-473-7, s. 185

<sup>4</sup> MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 1. vydání, 2003a. ISBN 80-7178-548-2, s. 55

kteřá by se měla stát přirozenou složkou osobnosti. Sociální pracovník by se měl zajímat o nové teorie a praktické techniky.<sup>5</sup>

### *Přitažlivost*

Přitažlivost nevyplývá jen z fyzického vzhledu, ale i z toho, jak vnímá klient názorovou a myšlenkovou shodu a jak pracovník jedná s klientem. Někdy hraje velkou roli věková příbuznost, jejímž výsledkem může být spontánní náklonnost k pracovníkovi.<sup>6</sup>

### *Důvěryhodnost*

#### **Důvěryhodnost má několik složek:**

- a) diskrétnost – informace, které klient sociálnímu pracovníkovi řekne, se nedostane k dalším lidem
- b) spolehlivost – mohu sociálnímu pracovníkovi věřit
- c) využití moci – pokud se sociálnímu pracovníkovi svěřím, bude se mi věnovat
- d) porozumění – sociální pracovník se mě bude snažit pochopit, když mu o sobě budu vyprávět.

Dalším zdrojem důvěryhodnosti je vzhled, pověst, role a chování.<sup>7</sup>

### *Komunikační dovednosti*

Komunikační dovednosti jsou nedílnou součástí pomáhající profese. Pomáhají pracovníkovi navázat vztah s klientem a začít tak s řešením jeho problému. Patří sem fyzická přítomnost, naslouchání, empatie a analýza klientových prožitků.<sup>8</sup>

## **1.2 Role sociálního pracovníka**

Sociální pracovník je odborně vzdělaný profesionál, který svým vzděláním a odborností naplňuje Zákon o sociálních službách č. 108/2006 Sb. Při své činnosti vykonává mnoho rolí, které se prolínají a vzájemně doplňují. V praxi se role rozlišují dle požadované pracovní náplně, charakteru zařízení, cílové skupiny, způsobu vedení organizace a jejích cílů. Můžeme říci, že nelze zastávat pouze jednu roli.<sup>9</sup>

<sup>5</sup> HROZENSKÁ, M. DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0, s. 117

<sup>6</sup> tamtéž

<sup>7</sup> MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 1. vydání, 2003a. ISBN 80-7178-548-2, s. 53

<sup>8</sup> HROZENSKÁ, M. DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0, s. 118

<sup>9</sup> VRTÍŠKOVÁ, M. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Tribun EU, 2009. ISBN 978-80-7399-877-6, s. 47



„Sociální pracovník se pohybuje v rámci práv a povinností definovaných právním systémem, zaměstnavatelem a profesními standardy. Institucionální rámec je důležitý, protože sociální pracovník zasahuje do života klientů a je potřeba, aby jeho právo zasahovat bylo legitimní.“<sup>10</sup>

Ivo Řezníček dělí role sociálních pracovníků následujícím způsobem:

- a) *Pečovatel* – pomáhá klientům v jejich běžném životě tam, kde klienti nejsou schopni vzhledem ke svému znevýhodnění sami zvládnout a vykonávat důležité činnosti
- b) *Zprostředkovatel služeb* – pomoc klientům získat kontakt s potřebnými sociálními zařízeními, případně jinými zdroji pomoci. Sociální pracovník je tak odhadcem dostupných zdrojů pomoci a obhájcem klientových potřeb.
- c) *Cvičitel (učitel) sociální adaptace* – pomáhá klientům přizpůsobovat jejich chování tak, aby mohli sami účinněji řešit své problémy.
- d) *Poradce nebo terapeut* – pomáhá klientům získat náhled na jejich postoje, způsoby jednání a pocity se záměrem napomoci k jejich osobnímu růstu nebo adaptabilnějšímu chování.
- e) *Případový manažer* – role, ve které sociální pracovník zajišťuje koordinaci, výběr a souvislé poskytování služeb zejména u klientů s vyššími sociálními a zdravotními potřebami. Patří sem např. plánování služeb, případová diagnostika, terapie, hájení zájmů klienta aj.
- f) *Manažer pracovní náplně v zařízení* – tj. organizátor objemu práce, plánování načasování a dávkování intervence. Sleduje kvalitu poskytovaných služeb a průběžně zpracovává informace.
- g) *Personální manažer* – osoba, který zajišťuje výcvik, výuku, supervizi a konzultace.
- h) *Administrátor* – tj. vedoucí pracovník
- i) *Činitel sociálních změn* – člověk angažující se při identifikaci a řešení širších celospolečenských problémů. Lze ho vnímat jako analytika sociálních problémů, mobilizátora vůle komunity, skupinového advokáta a povzbuzovatele sociální iniciativy.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 1. vydání, 2003a. ISBN 80-7178-548-2, s. 44-45

<sup>11</sup> ŘEZNÍČEK, I. *Metody sociální práce*. Praha: Slon, 1. vydání, 1994. ISBN 80-85850-00-1, s. 63-64

### 1.3 Náplň činnosti sociálního pracovníka v domově pro seniory

Úkoly sociálního pracovníka stanovuje zákon č. 108/2006 Sb. o sociálních službách §109. Jde v podstatě o dva okruhy činností, tj.

- přímá práce s klientem a zájemcem o službu
- administrativní, metodická a koncepční činnost

V domovech pro seniory najdeme širokou škálu činností sociálních pracovníků. Je třeba zmínit, že v každém zařízení se můžeme setkat s malými odlišnostmi, zejména v rozvržení činností v zařízení, avšak základní činnosti zůstávají ve všech organizacích stejné. Pokud zmapujeme tyto aktivity, dostaneme následující výčet činností:

- a) administrativní činnost – dokumentace, dávkový systém, důchodová agenda, podávání žádostí o omezení/zbavení způsobilosti k právním úkonům, kontakt s úřady, změny trvalého pobytu, vybavování záležitostí zemřelého, pozůstalostní agenda
- b) plánování příchodu do instituce, sociální šetření, kontakt se zdravotnickým zařízením, přijímání seniorů k pobytu, umístování klientů na jednotlivá lůžka, kontrakt s klientem a jeho rodinou
- c) informování veřejnosti a žadatelů o sociální službu, rozhovory se zájemci, zajištění zkušebních pobytů
- d) adaptační proces a individuální plán péče, provázení nových klientů
- e) aktivizační programy – plánování, příprava a realizace
- f) dobrovolnické programy
- g) koordinace respitních pobytů
- h) služby pro obyvatele (korespondence, nákupy,...)
- i) psychosociální pomoc seniorům, různé druhy terapií a jiných speciálních technik
- j) manažerská činnost
- k) dohled nad dodržováním lidských práv, etického kodexu a vnitřních předpisů, práce se stížnostmi klientů
- l) zajišťování programu kvality: standardy kvality, interní supervize, vzdělávací programy.

Velmi důležitá je kooperace sociálních a zdravotních pracovníků, týmová spolupráce a uplatňování svého sociálního hlediska při všech změnách a činnostech své práce.<sup>12</sup>

## 1.4 Aktivizace

### 1.4.1 Aktivace a animace

„Aktivace je cílené zvyšování činnosti organismu a tím i výkonu.“<sup>13</sup> U seniorů je vhodné rozvíjet přiměřené aktivity tak, aby se udržela nebo zlepšila jejich soběstačnost. Pokud zlepšení či udržení soběstačnosti není možné, aktivace slouží alespoň ke zvýšení pohody. Problémem je častá pasivita seniorů, které je třeba motivovat a pečovat tak o jejich fyzickou i psychickou zdatnost.<sup>14</sup>

K pojmu aktivace se pojí pojem animace. „Animace je každodenní snaha porozumět a vycházet vstříc potřebám a individuálním zvyklostem klienta všemi pracovníky organizace.“<sup>15</sup>

### 1.4.2 Aktivizace

Aktivizace je nejčastěji uskutečňována v podobě zájmových kroužků, aktivit a akcí. Význam aktivizace tkví v autonomii starého člověka, tzn. schopnosti vést život podle vlastních pravidel a svobodně se rozhodovat.<sup>16</sup> Je to specifická metoda intervence do života seniorů, jejímž cílem je uspokojit fyzické, psychické, duchovní a společenské potřeby.

Smyslem aktivizace v sociálních službách je podpora takových procesů, jejichž výsledkem je vyšší míra nezávislosti na službách. Aktivizaci můžeme chápat také jako proces, ve kterém se ústřední otázkou stává: „Co motivuje klienta být aktivní a činnorodý

---

<sup>12</sup> MATOUŠEK, O. KODYMOVÁ, P. KOLÁČKOVÁ, J. *Sociální práce v praxi*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X, s. 180

<sup>13</sup> HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*, Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8, s. 49

<sup>14</sup> HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*, Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8, s. 49

<sup>15</sup> MUSIL, L. HUBÍKOVÁ, O. KUBALČÍKOVÁ, K. *Kvalifikační potřeby pracovníků v sociálních službách pro seniory: závěrečná práce z výzkumu*. Praha: VÚPSV, 2006, s. 60

<sup>16</sup> PICHAUD, C. THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-184-3

nebo co by ho k tomu mohlo motivovat?“ Aktivizace tedy není jen slepé nabízení celé škály aktivit, ale i procesem hledání individuální motivace klientů.<sup>17</sup>

Fenomén aktivita seniorů je v podstatě výsledný produkt procesu aktivizace. Najdeme mnoho oblastí aktivizace seniorů. Je to např.:

- a) rehabilitační péče, fyzioterapeutické postupy
- b) podpora rovnosti příležitostí na trhu práce a podpora zaměstnávání jako prodloužení aktivní fáze života
- c) nabídka vzdělávání seniorů
- d) možnosti uplatňování zájmových aktivit – turistika, procházky, zahrádkářství,...
- e) nabídka možností společenského života – návštěvy divadel, spolků, kin,...
- f) rovnost příležitostí k zapojení do veřejného života – realizace na úrovni správních orgánů, dobrovolnictví aj.<sup>18</sup>

### 1.4.3 Pracovník pro aktivizační činnost

V domovech pro seniory v pozici pracovníka pro aktivizační činnost vystupují pracovníci v sociálních službách, nebo přímo sociální pracovníci.

Musil, Hubíková, Kubalčíková uvádějí, že se od aktivizačních pracovníků očekává následující poslání:

- a) organizovat zájmové činnosti klientů a přizpůsobovat je přáním jednotlivců, jejich zvyklostem, možnostem a schopnostem
- b) poskytovat psychickou podporu a být klientům komunikačním partnerem
- c) pomocí zájmových činností přispívat k udržování potenciálu klientů
- d) poskytovat seniorům psychickou úlevu a rozptýlení
- e) přizpůsobovat aktivity možnostem zařízení
- f) stimulovat zájmy klientů o aktivity
- g) vést a provázet jedince při vykonávání skupinových aktivit
- h) poskytovat klientovi možnost osobního kontaktu, komunikovat s ním, projevovat o něj zájem.<sup>19</sup>

<sup>17</sup> VOJÍŘOVÁ, D. Aktivizace – proces, kterým jsou lidé vedeni k činorodosti, *odborný časopis Sociální služby*, 10/2012, XIV. ročník, ISSN: 1803-7348, s. 20

<sup>18</sup> KOZÁKOVÁ, Z. MÜLLER, O. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1552-6, s. 37-38

<sup>19</sup> MUSIL, L. HUBÍKOVÁ, O. KUBALČÍKOVÁ, K. *Kvalifikační potřeby pracovníků v sociálních službách pro seniory: závěrečná práce z výzkumu*. Praha: VÚPSV, 2006, s. 60-61

Vzhledem k důležitosti kontinuity potřeb, by měl tento pracovník být schopen rozpoznat a reagovat na další klientovi potřeby, které by měly být následně uspokojeny.<sup>20</sup>

## 1.5 Individuální plánování

Individuální plánování prochází napříč všemi standardy kvality sociálních služeb. Velmi zkráceně můžeme říci, že individuální plánování začíná již při jednání se zájemcem o sociální službu (standard č.3), pokračuje sepsáním smlouvy (standard č.4) , a následuje samotným individuálním plánováním, tj. standard č. 5.<sup>21</sup>

Stejně jako pro aktivizaci jsou i pro individuální plánování východiskem potřeby a zájmy jednotlivých klientů. Aktivizace tudíž úzce souvisí s individuálním plánováním. Individuální plán může být buď nástrojem k dosažení určitého druhu aktivizace, pokud je to cíl plánu klienta, nebo proces aktivizace při vytváření plánu za účasti klienta.<sup>22</sup>

Individuální plánování se dá stručně charakterizovat jako plán sociálních služeb, který s každým uživatelem sestavuje tzv. klíčový pracovník. Pracovník a klient jsou v rovnocenném, partnerském vztahu. Tento plán je písemný a obsahuje jasně formulované a reálné cíle klienta.<sup>23</sup> Individuální plánování je proces složený z několika částí, které se cyklicky opakují. Aby byl smysl plánování naplněn, musí v něm být všechny následující složky:

- a) *Zkoumání situace* – v podstatě jde o vzájemné porozumění klienta a pracovníka, seznámení se, vymezení role klíčového pracovníka
- b) *Plánování* – formulace cíle, kritéria naplnění cíle, určení termínu dosažení cíle
- c) *Realizace plánu* – společná práce na splnění cíle
- d) *Vyhodnocení* – posouzení, zda klientovi byla poskytnuta optimální podpora (malá nebo nadměrná podpora vede k nepříznivým situacím – např. přepečování, zanedbání)<sup>24</sup>

---

<sup>20</sup> MUSIL, L. HUBÍKOVÁ, O. KUBALČÍKOVÁ, K. *Kvalifikační potřeby pracovníků v sociálních službách pro seniory: závěrečná práce z výzkumu*. Praha: VÚPSV, 2006, s. 65

<sup>21</sup> HAUKE, M. *Pečovatelská služba a individuální plánování*, Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3849-9, s. 17

<sup>22</sup> ČEGANOVÁ, M. *Využívání aktivizace seniorů pracovníky v sociálních službách pro seniory*, Brno: Masarykova univerzita, 2010, s. 25

<sup>23</sup> HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*, Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8, s. 93

<sup>24</sup> MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*, Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3, s. 182-183

V praxi se setkáváme s určitými limity individuálního plánování. Jsou to zejména limity časové, personální a finanční. Individuální plánování bývá odmítáno i ze strany některých uživatelů služeb. Tyto důvody zamezují tomu, aby se individuální plánování provádělo v organizacích tak, jak by se ve skutečnosti dělat mělo. Velký problém je v malém počtu pracovníků v sociálních službách, kteří jsou obvykle klíčovými pracovníky. Snížení počtu klientů na jednoho klíčového pracovníka představuje pro poskytovatele rozšíření počtu zaměstnanců. Zde narážíme na finanční a provozní limity organizace. Za důležité je pokládáno i vzdělávání pečovatелů a klíčových pracovníků v oblasti individuálního plánování a vedení rozhovoru s klientem za účelem zjištění jeho potřeb.<sup>25</sup>

## 1.6 Aktivizační činnosti pro seniory

Aktivizační činnosti u seniorů by měly být součástí kvalitní komplexní péče v každém zařízení pro seniory. Aktivitы snižují negativní důsledky stárnutí a napomáhají k udržení fyzické i psychické kondice. Aktivizační činnosti vykonávají v zařízeních aktivizační a sociální pracovníci nebo dobrovolníci.

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách charakterizuje sociálně aktivizační služby pro seniory jako ambulantní případně terénní služby poskytované osobám v důchodovém věku. Tato služba obsahuje zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti a pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.<sup>26</sup>

Každý pracovník zabývající se aktivitami pro seniory musí dbát na individuální možnosti a schopnosti jedince. Každý špatný krok může vyvolat mnohé negativní následky, protože jediná klientova špatná zkušenost může ovlivnit jeho přístup k dalším aktivitám. Důležitá je i motivace klienta a možnost výběru z většího spektra činností. Velkou roli hraje i osobnost pracovníka, jeho schopnost empatie a komunikace a také jeho diplomatické schopnosti v konfliktních a nepříjemných situacích.<sup>27</sup>

---

<sup>25</sup> HAUKE, M. *Pečovatelská služba a individuální plánování*, Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3849-9, s. 18-20

<sup>26</sup> ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách. In: Sbirka zákonů České republiky. 2006, část 37, s. 1274. Dostupné z: <http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/ViewFile.aspx?type=c&id=4883>

<sup>27</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 13

Aktivizační činnosti bychom mohli rozdělit na *skupinové* a *individuální*. Každá z těchto možností má své výhody i nevýhody a je na zvážení aktivizačního pracovníka, jaký styl práce s klientem zvolí. Při individuální práci s klientem můžeme působit cíleně tak, jak senior potřebuje a aktivizujeme i klienty, kteří se nechtějí zúčastnit skupinových aktivit. Je zde však i riziko, že špatným odhadem zdůrazníme to, co klient nezvládá. Při skupinových aktivitách lze provádět i obtížnější aktivity, protože skupina působí jako celek velmi schopně. Může dojít ke znevýhodnění introvertních jedinců, kteří se do skupinových aktivit nemusí chtít zapojit.<sup>28</sup>

Dále se nabízí dělení aktivit na *pasivní* (relaxační techniky, poslech,...) a *aktivní* (trénink paměti, pohybové cvičení,...). Dle hlediska zátěže určité oblasti to jsou aktivity *zatěžující více fyzickou stránku* a *zatěžující kognitivní stránku*. Velmi významné jsou aktivity *pracovní, sebeobslužné a zájmové*.<sup>29</sup>

### 1.6.1 Pohybové aktivity

S přibývajícím věkem se zhoršují pohybové schopnosti člověka. Ubývá aktivní svalová hmota, přibývá tuk a vazivo a snižuje se svalová síla. Výzkumy uvádí, že u 80letých osob je ztráta svalových vláken až o 40-50%. Významný vliv na poměr svalové hmoty a tuku má životní styl jedince. Klesá také hmotnost kostry a vnitřních orgánů, páteř se zkracuje a ubývá celková tělesná voda v těle, která má vliv na funkci vnitřního prostředí. Přibývá i potíží s klouby, zpomaluje se tak chůze a zhoršuje se motorická schopnost.<sup>30</sup>

Ve stáří je velmi důležité provádět pravidelná tělesná cvičení, protože tím stimulujeme krevní oběh a napomáháme činnosti mozku. „Pravidelné cvičení může zpomalit zhoršování srdečních funkcí, ubývání svalové síly a pohyblivosti kloubů.“<sup>31</sup> Působí však blahodárně i na psychiku, kognitivní funkce a zlepšuje kvalitu spánku. Mnoho seniorů není ochotno používat pohyb jako preventivní opatření jejich

---

<sup>28</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 13

<sup>29</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 13

<sup>30</sup> KLEVETOVÁ, D. DLABALOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory*, Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9, s. 126

<sup>31</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 52

zdravotního stavu, a proto je velmi důležitá jejich motivace. Lidé obvykle začínají s určitým druhem pohybu teprve tehdy, když u nich propuknou zdravotní obtíže.<sup>32</sup>

Kondiční cvičení jsou jedny z nejčastěji užívaných aktivizačních činností v domovech pro seniory. Nyní se chci zaměřit na praktické užití pohybových aktivit. V mnohých domovech pro seniory můžeme spolupracovat s fyzioterapeutem, který stanoví cvičební postupy v závislosti na schopnostech klientů. Než začneme s aktivitou, musíme se zaměřit na správný výběr doprovodné hudby, která dokresluje celý průběh cvičení. Nikdy bychom neměli užívat techniky, které mohou způsobit bolest nebo nepohodu klienta.<sup>33</sup> Takovými technikami mohou být např.:

- a) záklon hlavy a krční páteře (z důvodu možného zhoršení krevního oběhu v cévách vedoucích okysličenou krev do mozku)
- b) švihové pohyby (nebezpečí poranění měkkých struktur, které ztrácí svou pružnost)
- c) skoky (nebezpečí zlomeniny z důvodů osteoporózy)
- d) hluboké předklony s hlavou dolů (může hrozit náhlý pokles krevního tlaku)
- e) kardiaci - zadržování dechu a dbát zvýšené opatrnosti při tzv. izometrických cvicích, tj. cviky při kterých se zvyšuje svalové napětí a nemění se délka svalu a dále vyvarovat se delšího držení horních končetin nad úroveň srdce
- f) endoprotéza kyčle – některé pohyby jsou přímo zakázány např. křížení operované končetiny přes zdravou z důvodu nebezpečí vychýlení endoprotézy z kloubní jamky.<sup>34</sup>

Při pohybových aktivitách se nekladou meze vlastní fantazii. Pro seniory je nejlepší zvolit pomalé a jednodušší formy pohybu, nejčastěji v poloze vsedě. Můžeme používat i mnohé cvičební pomůcky, jako jsou míčky, míče, overbally, míčky s výstupky, lehčí činky nebo PET láhve s vodou, tyče, gummy, obruče, šátky a šály, plavací nudle aj. S těmito pomůckami předvádíme cviky, jejichž charakter je přizpůsoben klientům, se kterými cviky aktuálně provádíme.<sup>35</sup>

Pohybové aktivizační činnosti nemusí být však jen ve formě předcvičované skupinové nebo individuální aktivity. Velmi zábavnou formou mohou být i hry, jako je

---

<sup>32</sup> ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál 2004. ISBN 80-7178-920-8, s. 23-24

<sup>33</sup> WALSH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4, s. 106

<sup>34</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 54

<sup>35</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 55-56



např. házení šipek na terč, házení na koš, kuželky, pétanque, hod na cíl, hra s plachtou a míčem, kdy klienti sedí v kruhu a drží rozloženou plachtu, která má v sobě několik děr a snaží se udržet míč, aniž by jim spadl. Další vhodnou aktivitou může být např. nordic walking (chůze s hůlkami, která se v posledních letech velmi rozvíjí), jízda na rotopedu, plavání, procházky apod.<sup>36</sup>

### 1.6.2 Hudební aktivity a muzikoterapie

Je známo, že hudba léčí. To platí ve stejné míře i o zpěvu. Zpěvu a hudbě se věnuje muzikoterapie.<sup>37</sup> „Muzikoterapie je terapeutický přístup z oblasti tzv. expresivních terapií.“<sup>38</sup> Je to ověřená metoda, která je známa pro své pozitivní účinky v oblasti prevence a léčení psychických poruch. Člověk vnímá frekvenci kmitočtu v rozmezí 20 Hz až 20 kHz a je prokázáno, že slyšíme nejen ušima, ale i tělem, a to díky rezonanci zvuků ve tkáních našeho těla.<sup>39</sup>

Zpěv pozitivně ovlivňuje náladu a psychické procesy. Zpívat si může každý, bez ohledu na to zda má nebo nemá hudební sluch. Zpěvem a hudbou lze vyjádřit různá emoční rozpoležení. Lze tak projevit, ale i potlačit určité emoce.<sup>40</sup>

Je důležité vědět, že pokud není pracovník speciálně vyškolen v muzikoterapii, provádí pouze hudební aktivity, nikoliv muzikoterapii, jak se mnozí lidé domnívají. Nám jako v muzikoterapii nevyškoleným sociálním pracovníkům jde při hudebních aktivitách hlavně o to, abychom posílili sebevědomí klienta a naučili ho trávit čas smysluplně.

Hudba působí v oblasti tělesné (fyziologické procesy, procvičení jemné motoriky při manipulaci s hudebními nástroji), duševní (psychická podpora, sociální začlenění) i duchovní (vnímání a prožívání spirituality).<sup>41</sup>

Pokud hudbu využíváme při práci se seniory, měli bychom si uvědomit limity vycházející ze zdravotního stavu klientů, ale i přednosti vycházející z předchozích zkušeností jedinců. Přizpůsobujeme nejen výběr hudby, ale i aktivit. Klienty, se kterými

<sup>36</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, 57-81

<sup>37</sup> ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál 2004. ISBN 80-7178-920-8, s. 123

<sup>38</sup> KANTOR, J. LIPSKÝ, M. WEBER, J. et al. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2846-9, s. 21

<sup>39</sup> ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál 2004. ISBN 80-7178-920-8, s. 123-124

<sup>40</sup> ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál 2004. ISBN 80-7178-920-8, s. 124

<sup>41</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 115

pracujeme, bychom měli dobře znát a zohledňovat jejich vztah k hudbě, životní příběh, aktuální zdravotní a emoční stav.<sup>42</sup>

Techniky, které muzikoterapie rozlišuje, jsou techniky *aktivizační*, při kterých se klient aktivně zapojuje a techniky *receptivní*, kdy se klient účastní pasivně např. poslechem hudby. V praxi jsou tyto techniky často vkládány do jiného bloku aktivizačních programů, jako je např. relaxace po kondičním cvičení, nebo lze vytvořit samostatný blok hudebních aktivit např. s použitím hudebních nástrojů.<sup>43</sup>

Pro samostatný blok hudebních aktivit platí určitá pravidla. Blok aktivit by neměl přesáhnout únosnou dobu a měl by být pestrý. Na začátku bloku je dobré zařadit tzv. kontaktní píseň, tzn. píseň, kterou aktivita začíná. Pokud používáme rytmické nástroje, je dobré je rozdělit na jednodušší a složitější a nechat účastníky vybrat jejich oblíbený nástroj.<sup>44</sup>

Mezi typické hudební aktivity patří různá rytmická cvičení, kdy klienti vytleskávají do rytmu určité říkanky, přísloví a pranostiky, procvičuje se tak jemná i hrubá motorika, paměť, pozornost, sociální začlenění v rámci skupiny a hrou na tělo dojde k prokrvení určitých oblastí. Užíváme také dechová cvičení, melodické a textové hádanky, hudební kvízy apod.<sup>45</sup>

Do hudebních a částečně i pohybových aktivit bychom mohli zařadit i relaxační techniky doprovázené klidnou hudbou. Relaxační sezení bývají pro starší lidi velmi prospěšná. Přinášejí nejen zábavu, ale i uvolnění. Jejich cílem je omezit úzkostné stavy. Podaří-li se klienty naučit některé tyto techniky, budou méně závislí na naší pomoci a budou mít svůj stav více pod kontrolou. Existuje mnoho relaxačních technik a postupů. Obvykle si člověk, který aktivitu vede, vymyslí scénář, který se dá převyprávět s různými obměnami.<sup>46</sup> Tato cvičení je vhodné doplnit o sugestivní představy a formule, které mají zklidňující účinky, jako jsou např. věty typu:

„*Cítím se zdrav, plný síly, těším se na zítřejší den.*“

„*Můj strach odchází a já vytrvám ve svém snažení zbavit se nezdravých myšlenek.*“

<sup>42</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 116-117

<sup>43</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 117

<sup>44</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 117-118

<sup>45</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 117-118

<sup>46</sup> WALSH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4, s. 113

„Vím, že má trpělivost a statečnost jsou síly duše a dají mi vše potřebné k mému uzdravení.“<sup>47</sup>

Hudební aktivity můžeme provádět se skupinou, ale i individuálně. Skupinové aktivity jsou v domovech pro seniory užívány velmi často. Při skupinových sezeních užíváme skupinové dynamiky, což je souhrn skupinového dění a skupinových interakcí. Tento typ nabízí možnost zabývat se problémy všech účastníků skupiny zároveň. Klienti mají příležitost sociálního učení a navíc skupina funguje podpůrně pro jedince samotného, stimuluje ke zvýšení jeho výkonu.<sup>48</sup>

Individuální hudební aktivity jsou založeny na interakčním vztahu klienta a pracovníka vedoucího aktivitu. Tato forma je ekonomicky i personálně náročná. Její výhoda spočívá v tom, že s klientem vyřešíme problém, který ve skupině řešit nelze. Může sloužit i jako příprava ke skupinovým aktivitám.<sup>49</sup>

### 1.6.3 Výtvarné činnosti a arteterapie

Senioři stále častěji vyhledávají aktivity spojené s výtvarnou činností. V mnohých zařízeních pro seniory se setkáváme s chybným užíváním pojmu arteterapie, kdy se v rámci aktivizačních programů provozují různé výtvarné techniky, kde nepůsobí vyškolený arteterapeut.

„Arteterapie se seniory se snaží aktivizovat zbytky jejich vitality, flexibility, stimulovat jejich kreativitu.“<sup>50</sup>

„Arteterapie je obor využívající výtvarný projev jako hlavní prostředek poznávání a ovlivňování lidské psychiky ve směru redukce psychických či psychosomatických obtíží a redukce konfliktů v mezilidských vztazích. Výtvarné tvořivé aktivity mají podporovat zdraví a podpořit léčení. Ve všech těchto rovinách je arteterapie postupem léčebným.“<sup>51</sup>

Arteterapii lze v užším slova smyslu charakterizovat jako léčbu výtvarným uměním. Lze ji dělit na *receptivní* a *produktivní*. *Receptivní* arteterapie slouží k lepšímu

<sup>47</sup> KLEVETOVÁ, D. DLABALOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory*, Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9, s. 139-140

<sup>48</sup> KANTOR, J. LIPSKÝ, M. WEBER, J. et al. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2846-9, s. 123

<sup>49</sup> KANTOR, J. LIPSKÝ, M. WEBER, J. et al. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2846-9, s. 122

<sup>50</sup> ŠICKOVÁ-FABRICI, J. *Základy arteterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 80-7178-616-0, s. 67

<sup>51</sup> Definice a cíle arteterapie. *Arteterapie.cz* [online]. © Česká arteterapeutická asociace 2012, [cit. 2013-12-02]. Dostupné z: <http://www.arteterapie.cz/?podkategorie=arteterapie&clanek=22>

pochopení vlastního nitra skrze vnímání uměleckého díla. Patří k tomu tedy návštěvy galerií, projekce diapositivů nebo videozáznamů a společné rozhovory o těchto dílech. Divák promítá své vlastní emoce do umění a může tak objevit životní sílu, smutek i naději. *Produktivní arteterapie* znamená využití nejrůznějších tvůrčích činností, jako jsou kresby, malby, modelování apod.<sup>52</sup> Výtvarné umění chápe jako prostředek k osobnímu vyjádření v rámci komunikace, spíše než aby se snažila o esteticky uspokojivé výsledky, posuzované vnějšími měřítky.<sup>53</sup>

Na základě různých kritérií se vedoucí terapeuti mohou rozhodnout, zda využijí individuální, nebo skupinovou práci. Práce ve skupině může v účastnících rozvinout jejich schopnosti a skryté zdroje, členové se mohou poučit ze zpětných vazeb, terapeut působí na více lidí najednou a tento styl práce může terapeuta uspokojovat více, než práce s jednotlivcem.<sup>54</sup>

V Domovech pro seniory se využívají výtvarné techniky v rámci pravidelných výtvarných dílen. Je důležité, abychom při vedení dílen k seniorům nepřistupovali jako k dětem a vybírali pro ně vhodné techniky. Tato aktivita je velmi vhodná i pro klienty s kognitivními poruchami, kdy je třeba dbát zvýšené opatrnosti účastníků. Někteří senioři nejsou tolik tvůrčí jako jiní, ale zato jsou manuálně zruční. Senioři mají největší radost z prakticky využitelných výrobků, které se mohou použít jako výzdoba, dárek nebo výrobek k prodeji. Obecně platí, že čím je motivace k činnosti obtížnější, tím vyšší je uspokojení z výrobku. K motivaci nám dopomáhají svátky, jako jsou Vánoce a Velikonoce. Postup výtvarné činnosti lze rozdělit i do dílčích úkonů, aby výrobek později dotvořil někdo, kdo to dle mínění terapeuta zvládne. Výsledkem může být společné dílo, ze kterého budou mít radost všichni účastníci.<sup>55</sup>

Z vlastní zkušenosti se domnívám, že při výtvarné činnosti se seniory je důležitá osobnost pracovníka, který aktivitu vede. Účastníci dílen spolu komunikují, a tudíž je kladen důraz na to, aby pracovník měl řadu specifických dovedností a znalostí, a to např. z oblasti umění a výtvarných činností, psychologie, zdravotnictví, pedagogiky, sociálních věd. Měl by být empatický a intuitivní se schopností improvizace.

---

<sup>52</sup> ŠICKOVÁ-FABRICI, J. *Základy arteterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 80-7178-616-0, s. 30

<sup>53</sup> LIEBMANN, M. *Skupinová arteterapie*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3, s. 14

<sup>54</sup> LIEBMANN, M. *Skupinová arteterapie*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3, s. 19-20

<sup>55</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 131-132

Ve vztahu mezi klientem a „terapeutem“ má dominovat důvěra, rovnocennost, úcta k člověku, se kterým pracujeme a snaha pochopit jeho úhel pohledu. Naším krédem by mělo být budování klientovi kreativity. Klienta bychom měli vést k zodpovědnosti sama za sebe a svoji výtvarnou reflexi. Do klientova výtvarného vyjádření bychom neměli vstupovat bez jeho souhlasu, ale můžeme mu dopomoci, pokud nás o to klient poprosí, čímž ho zároveň můžeme i motivovat k další tvorbě.<sup>56</sup>

#### 1.6.4 Zábavné hry

Ve slově „hra“ se skrývá rozsáhlá skupina činností, které jsou různě zaměřené. Některé posilují fyzickou stránku, jiné kognitivní funkce. Hry můžeme dělit na pohybové, sportovní, hudební, karetní, dramatické, dobrodružné apod. V péči o seniory jsou velmi důležité, neboť se při nich procvičuje paměť a psychomotorické funkce a v neposlední řadě i komunikace a kooperace ve skupině. Při hře se také procvičuje logické a strategické myšlení, kreativita a fantazie.<sup>57</sup>

Pracovníci mohou hry přizpůsobovat svým potřebám a potřebám klientů. Hry mohou hrát jednotlivci, dvojice, malé či větší skupiny.<sup>58</sup> Velmi často se můžeme v domovech pro seniory setkat s různými pravidelnými turnaji a sportovními akcemi v rámci zařízení, ale i v rámci krajských soutěží nebo jen v kruhu spřátelených domovů.

Pracovník by měl seniory motivovat a sdílet s nimi jejich radost ze hry a podporovat je při případném neúspěchu, který by mohl negativně ovlivnit chuť k další hře.

V současné době je trendem mezigenerační propojení, kdy děti ze základních škol chodí do domovů pro seniory a smysluplně tráví čas se starší generací ve formě her a komunikace.

Velmi oblíbené jsou stolní hry, jako je například Člověče, nezlob se, pexeso v malém či maxi provedení, scrabble, mikádo apod. Z ostatních her to může být např. hod na cíl, hod šipkami, kuželky, bingo, karetní hry, domino aj.

---

<sup>56</sup> ŠICKOVÁ-FABRICI, J. *Základy arteterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 80-7178-616-0, s. 59-60

<sup>57</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 83

<sup>58</sup> WALSH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4, s. 61

### 1.6.5 Aktivity se zvířaty

Uvedení zvířat do světa starých lidí je jednou z nejlepších věcí, které můžeme udělat. Seniorům poskytují společnost a pozitivní reakce bez jakéhokoliv omezení, stimulují hmat a velkou měrou zkvalitňují život klientů. Samozřejmě jsou mezi námi lidé, kteří mají z některých zvířat fobie, a to musíme mít vždy na zřeteli. Styk se zvířaty vyvolává příjemné vzpomínky na někdejší domácí mazlíčky a pohlázení zvířete klientům zlepšuje náladu. Jsou podnětem k rozhovoru a zdrojem radosti. Velký vliv mají zvířata i na uzavřené jedince, kteří se v jejich přítomnosti stávají otevřenějšími, veselejšími a komunikativnějšími.<sup>59</sup>

Mají pozitivní dopad na fyzický a hlavně psychický stav klientů. Snižují úzkost, depresi a pozitivně působí na kvalitu spánku. Dochází k procvičení hrubé a jemné motoriky.

Je prokázáno, že hlazením zvířete dochází k poklesu krevního tlaku, zklidňuje se srdeční činnost a navozuje se tak stav uvolnění. Velký úspěch mají i u osob upoutaných na lůžko. V klientovi, který se stará o zvíře, roste pocit sebevědomí a společenské užitečnosti.<sup>60</sup>

Souhrnně se terapie se zvířecími miláčky nazývá pet-terapie. V domovech pro seniory můžeme vidět psy, kočky, králíci, ovce, kozy, andulky, rybičky, křečci, morčata a mnoho jiných zvířat. Mnohdy se však stává, že prostory a vnitřní pravidla zařízení nedovolují chovat tato zvířata, a proto je velmi dobré, aby zařízení umožnilo alespoň pravidelné návštěvy těchto zvířecích kamarádů, čemuž se v současné době věnuje mnoho soukromých osob i občanských sdružení.

Nejoblíbenějším zvířetem jsou obvykle psi. Kontaktem a interakcí mezi klientem a psem se zabývá canisterapie. Pes je také považován za nejvhodnější zvíře preferované institucemi. Pokud je pes v instituci, senior o něj pečuje pod dozorem personálu. Senior si se psem povídá, stará se o něj, venčí ho a cvičí ho. Je pro něj partnerem.<sup>61</sup> Jako další se v žebříčku oblíbenosti nacházejí ostatní zvířata, která mají srst a dají se hladit.

---

<sup>59</sup> WALSH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4, s. 191

<sup>60</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 128

<sup>61</sup> MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3872-7, s. 177

Ne nadarmo se říká: „Psi a kočky mohou být k dispozici mnohem více hodin, mnohem laciněji a v mnohem větším počtu než psychiatři a ošetřovatelé.“<sup>62</sup>

### 1.6.6 Trénování paměti

Cvičení paměti je u osob seniorského věku prostředkem, zajišťujícím dostatečný stupeň mentální nezávislosti pro jejich každodenní činnost. V mnoha zemích světa je trénování paměti součástí kvalitní péče o seniory, která vychází z individuálních potřeb klienta. V ústavních zařízeních tato metoda mimo jiné představuje kvalitnější využití volného času. Trénink paměti pomáhá při udržení soběstačnosti, integrace, autonomie a komunikace.<sup>63</sup>

Procvičování mentálních schopností je významné u všech seniorů, bez ohledu na jejich postižení. Jsou rozpracovány různé metody, jak posílit kognitivní funkce seniorů. Tyto metody kladou důraz na rychlost, úplnost a správnost. Jsou často využívána při různých soutěžích. Cílem cvičení paměti a kognitivních funkcí je:

- a) Zlepšit tyto schopnosti
- b) Udržet je na stávající úrovni
- c) Oddálit zapomínání
- d) Předcházet nepříjemným důsledkům, které se zapomínáním souvisejí<sup>64</sup>

„Velký význam pro vstřípení určité informace do paměti má pozornost a soustředění. Pozornost spočívá v zaměření duševní činnosti na to, co má být uchováno, pomocí soustředění je informace uspořádána a zařazena mezi ostatní známá fakta. Pro nejlepší soustředění na nějakou činnost je třeba být k ní co nejvíc motivován“<sup>65</sup>

Pro lepší zapamatování je vhodné využít různé strategie, tj. rozdělení do menších celků, vědomé opakování, vytvoření asociací, kategorizace, technika loci – rozmístění informací na námi zvolené trase v domě či bytě. Dále to jsou mnemotechnické pomůcky (např. říkanky, které usnadňují zapamatování), logika a spojování položek do lépe zapamatovatelného celku<sup>66</sup>

<sup>62</sup> WALSH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4, s. 191

<sup>63</sup> POSPÍŠILOVÁ, A. *Cvičení paměti pro seniory*. Praha: MPSV, 1996. ISBN 80-85529-23-8, s. 7-8

<sup>64</sup> MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3872-7, s. 159

<sup>65</sup> SUCHÁ, J. *Cvičení paměti pro každý věk*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0140-3, s. 13

<sup>66</sup> SUCHÁ, J. *Cvičení paměti pro každý věk*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0140-3, s. 14-15

Skupina pro trénování paměti by měla být zorganizována tak, aby byli její účastníci vyrovnáni s ohledem na kognitivní schopnosti. Aktivita by měla být přizpůsobena svou délkou a obtížností cvičení daným členům skupiny. Účastníkům je třeba dát dostatek času, aby pochopili, co se od nich žádá a mohli si odpověď rozmyslet a dokončit aktivitu. V zájmu posílení sociálních kontaktů je důležité dát účastníkům možnost pracovat v menších skupinkách. Mezi jednotlivými cvičeními je též důležité dát pauzu k uvolnění, např. pomocí dechového či pohybového cvičení. Na počátku hodiny zařazujeme zahřívací cvičení, a to jak tělesné, tak i duševní. V každé hodině by se také mělo objevit více druhů cvičení.<sup>67</sup>

V praxi se pro trénování paměti využívá např. slovní kohaná, doplnění do dvojice (např. Břetislav a Jitka, Rómeo a Júlie apod.), zapamatování obrázků a předmětů, hra typu „Kdo je to?“ a „Co o sobě víme?“, různé jazykolamy, číselné řady aj.<sup>68</sup>

### 1.6.7 Vzpomínkové aktivity a reminiscence

Vzpomínání je přirozenou součástí života každého člověka. Vzpomínání je intenzivnější s přibývajícím věkem, kdy se člověk opírá o životní zkušenosti, které využívá k řešení problémů a zvládání překážek. Tato činnost je založena na paměťových stopách, jejich třídění, přeskupování a hodnocení.<sup>69</sup>

Těmito aktivitami se zabývá reminiscenční terapie. Reminiscenční terapie je charakterizována jako rozhovor terapeuta se starším člověkem (nebo se skupinou seniorů) o jeho životě, dřívějších aktivitách, zkušenostech a životních událostech s využitím nejrůznějších pomůcek jako jsou například fotografie, staré předměty, módní doplňky apod. Tato aktivita může být strukturovaná i nestrukturovaná. Výsledek tohoto procesu bývá spojen se smířením se a odpuštěním životních křivd<sup>70</sup>

S přibývajícím věkem se častěji zajímáme o obecnou historii a vzpomínáme na „staré dobré časy.“ Lidé v důchodovém věku, kdy mají více času, píšou životopisy, tvoří rodokmeny a toho právě využívají vzpomínková posezení. Vznikají tak cenné knihy

<sup>67</sup> PREISS, M. KŘIVOHLAVÝ, J. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2738-7, s. 75

<sup>68</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 35-51

<sup>69</sup> JANEČKOVÁ, H. *Jsem to pořád já. Využití vzpomínek při práci se seniory – reminiscence a životní příběh*. Praha: Česká Alzheimerovská společnost, o.s., 2007. ISBN 80-86541-20-7, s. 8

<sup>70</sup> JANEČKOVÁ, H. *Jsem to pořád já. Využití vzpomínek při práci se seniory – reminiscence a životní příběh*. Praha: Česká Alzheimerovská společnost, o.s., 2007. ISBN 80-86541-20-7, s. 8-9



života, Vzpomínkové krabice apod. Metodu reminiscence je vhodné uplatnit u seniorů s demencí, kdy je ke spolupráci vyzývána i rodina, která pomáhá seniorovi utřídit jeho vzpomínky tím, že přináší fotografie, diplomy a jiné vzpomínkové předměty.<sup>71</sup>

Úkolem reminiscenčního pracovníka je podpora a pomoc lidem tady a teď sjednotit jejich dlouholeté zkušenosti a životní příběhy. V samotném procesu jsou pracovníci obohaceni tím, že jsou součástí příběhů a stanou se pozorovateli jejich životů. Na tohoto pracovníka jsou kladeny nároky v závislosti na znalostech, dovednostech, zájmech, důvěře a zkušenostech s danou cílovou skupinou.<sup>72</sup>

Těmto aktivitám je v současnosti věnována velká pozornost. Je prokázáno, že práce se vzpomínkami má pozitivní vliv na psychický, funkční a zdravotní stav seniorů. Reminiscenční aktivity probíhají formou skupinových setkání, ale i při každodenním kontaktu pracovníka s klientem. Pro seniory je reminiscence důležitá v následujících bodech:

- a) jejich život má smysl, byl plný různých událostí a nyní je mohou někomu sdělit;
- b) je potvrzena vlastní identita a kontinuita jejich života;
- c) reminiscence aktivuje myšlení a paměť;
- d) dochází k uspokojení potřeby předávat zkušenosti mladší generaci;
- e) velký význam má setkávání ve skupině a sdílení minulosti;
- f) vzpomínky jsou spojeny s příjemnými pocity, pomáhají opakovaně prožít již proběhlé situace, včetně emocí a smyslových vjemů;
- g) vzpomínání je zdrojem informací pro personál, posiluje vztah mezi klientem a pečovatelem<sup>73</sup>

V některých zařízeních lze vidět tzv. memory room. Jsou to místnosti speciálně zařízené tak, aby klientům připomínaly jejich mládí. „Metoda reminiscence v žádném případě nenahrazuje psychoterapii a neměla by zasahovat do nepříjemných a bolestných témat.“<sup>74</sup>

---

<sup>71</sup> HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Seniori mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8, s.141-142

<sup>72</sup> GIBSON, F. *Reminiscence and Life Story Work*. Vyd. 4, Londýn: Jessica Kingsley Publishers, 2011. ISBN 978-1-84905-151-4, s. 32

<sup>73</sup> MATOUŠEK, O. KODYMOVÁ, P. KOLÁČKOVÁ, J. *Sociální práce v praxi*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X, s. 188-189

<sup>74</sup> MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*, Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3, s. 239

### 1.6.8 Pracovní aktivity a terapie

Pracovními aktivitami se věnuje obor ergoterapie. Tento název vznikl spojením slov ergon = práce a therapia = léčení, terapie.<sup>75</sup>

Ergoterapie je profese, která prostřednictvím zaměstnávání usiluje o zachování a využívání schopností jedince potřebných pro zvládnání běžných denních, pracovních, zájmových a rekreačních činností u osob jakéhokoli věku s různým typem postižení. Podporuje participaci jedince v běžném životě a zároveň plně respektuje jeho osobnost a možnosti.<sup>76</sup>

Pracovní terapii lze chápat také jako záměrnou a cílevědomou manipulaci s materiálním okolím (např. manipulace s předměty, surovinami a různými materiály) použitou za účelem pomoci klientovi změnit jeho chování, myšlení, emoce a osobnostní strukturu žádoucím směrem. Směřuje ke konkrétnímu výrobku nebo výsledku práce. Těchto cílů dosahujeme prostřednictvím rukodělných činností a výcvikem v oblasti praktického života. Může to být např. práce s textilem, dřevem, papírem, kovem apod.<sup>77</sup>

Výcvikem v oblasti praktického života může být i nácvik vaření či pečení, kdy stimuluje hrubou a jemnou motoriku, kognitivní a smyslové funkce a v neposlední řadě také spolupráci a komunikaci. Vaření a pečení má velký vliv na emoční stav, uplatňuje se i předávání zkušeností mladší generaci. Do této činnosti můžeme zapojit i seniory s kognitivní poruchou, a to především do stereotypních činností jako je např. míchání, hnětení, drcení, šlehání, vykrajování tvarů, strouhání, příprava drobenky atd.<sup>78</sup>

Jsou to činnosti, které nemusíme klientům nijak zvlášť vysvětlovat a popisovat, protože je mají zautomatizované a jsou pro ně zcela přirozené. Úkolem pracovníka je práci velmi dobře zorganizovat tak, aby každý klient měl co dělat a aby nedošlo k chaosu ve sledu jednotlivých činností, které na sebe navazují. Na tuto aktivitu musí být vyhrazený prostor, např. vybavená cvičná kuchyňka, kde je dostatek prostoru. Odměnou klientovi je dobrý výsledek a radost z odvedené práce.<sup>79</sup> Upečené dobroty je poté možné využít při skupinových sezeních, společenských akcích a oslavách. Další

<sup>75</sup> KRIVOŠÍKOVÁ, M. *Úvod do ergoterapie*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-2699-1, s.13

<sup>76</sup> ROD, M. Co je ergoterapie?. In: *ergoterapie.cz* [online]. 25. červenec 2008 [cit. 2014-01-02]. Dostupné z: <http://ergoterapie.cz/Page.aspx?PageID=1>

<sup>77</sup> KOZÁKOVÁ, Z. MÜLLER, O. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1552-6, s. 47

<sup>78</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 148-149

<sup>79</sup> MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3872-7, s. 176-177

možností je zorganizování prodejního bazaru, na němž kromě různých řemeslných výrobků můžeme prodávat i pekařské a cukrářské výtvary.<sup>80</sup>

Mohli bychom sem zařadit i určitou formu zahradničení, což je jedna z nejčastějších zálib seniorů, které by se rádi věnovali i po přesunu do zařízení pobytového typu. Jde o zdravou smysluplnou činnost na čerstvém vzduchu. Některé pohyby při zahradničení nejsou pro seniory vhodné, takže musíme podmínky seniorům přizpůsobit např. terasovitými záhony, kde je možné např. plít i vsedě na vozíku. Jistou alternativu představuje péče o pokojové a balkonové rostliny v květináčích a truhlících (přesazování, zalévání, hnojení, odstraňování zvadlých květů apod.). V zimním období se pěstuje ze semínek koření. Důležitý je kontakt s hlínou a hmatová stimulace. Z květin můžeme vytvářet aranžmá, sušit je a vyrábět výzdobu.<sup>81</sup>

V této kapitole si můžeme povšimnout velké provázanosti aktivizačních činností. Mnoho aktivit se vzájemně prolíná a je důležité, aby pracovník dokázal naplnit aktivizační činnosti na individuální úrovni svých klientů a snažil se jim pomáhat v komplexním rozsahu ve všech možných činnostech běžného života.

---

<sup>80</sup> WALSH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4, s. 174

<sup>81</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 166

## **2 Cíle a výzkumné otázky**

### **2.1 Cíle práce**

Cílem práce je zjistit, jaké jsou možnosti a limity sociální práce se zaměřením na aktivizační činnosti týkající se udržení či obnovy psychických, pohybových a sociálních dovedností uživatelů sociálních služeb v Domově seniorů Benešov.

### **2.2 Výzkumné otázky**

Pro dosažení cíle byla stanovena hlavní výzkumná otázka:

HVO: Jaká jsou specifika sociální práce v domově pro seniory?

K hlavní výzkumné otázce byla zvolena dílčí výzkumná otázka:

DVO: Jaká je role a činnost sociálního pracovníka v oblasti aktivizačních činností v domově pro seniory?

## 3 Metodika

### 3.1 Metody a techniky sběru dat

Teoretická část byla vytvořena pomocí metody analýzy a syntézy z dat odborné literatury a jiných zdrojů zabývajících se problematikou seniorů a aktivizačními činnostmi.

V praktické části jsem pro danou problematiku zvolila kvalitativní výzkum, který patří mezi základní formy výzkumu v humanitních a sociálních vědách. Kvalitativní výzkum je obecně zaměřen na získání hloubkových informací, popis jedince, skupiny nebo události, které jsou zkoumány v přirozeném prostředí. Dále umožňuje studovat procesy a navrhnout teorie.<sup>82</sup>

Pro kvalitativní výzkum je typická jeho jedinečnost a neopakovatelnost. Výzkumník spoluvytváří realitu, která je jím spíše interpretována než objevená. Výzkumy není možné opakovat, protože jsou ovlivněny časem i místem a v neposlední řadě také jedinečností toho, kdo je provádí.<sup>83</sup>

Při realizaci výzkumu byla použita metoda dotazování, technika polostrukturovaného rozhovoru. Tato technika je na rozdíl od nestrukturovaného rozhovoru technicky náročnější a je zde vyžadována příprava závazného schématu. Některé pasáže jsou ponechány více na tazateli, avšak vždy je definované tzv. jádro interview. Odpovědi na otázky by měly být přesné a k jejich vysvětlení je vhodné klást doplňující otázky.<sup>84</sup>

Metoda dotazování je specifický způsob získávání informací v sociálním výzkumu. Základem dotazování je kladení otázek, které je nutno pokládat jednoznačně a nesugestivně.<sup>85</sup>

V bakalářské práci je schéma tvořeno okruhy otázek, které se týkají těchto oblastí: identifikační údaje, pracovní náplň, možnosti a limity sociální práce, sociální práce, klienti a aktivizace.

---

<sup>82</sup> HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*, Praha: Portál, 2005. ISBN 978-80-7367-485-4, s. 52

<sup>83</sup> MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*, Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4, s. 17 - 25

<sup>84</sup> MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*, Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4, s. 159-160

<sup>85</sup> REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-3006-6, s. 100-101

K těmto základním okruhům byly pro celistvost a jednotnost sběru kvalitativních dat stanoveny podotázky, které byly pokládány všem respondentům.

V bakalářské práci jsem také využila analýzu dokumentů, které mi byly předloženy respondentkami na základě výzkumných otázek a také metodu SWOT analýzy.

SWOT analýza je univerzální analytická technika zaměřená na zhodnocení vnitřních a vnějších faktorů ovlivňujících úspěšnost organizace nebo nějakého konkrétního záměru. Nejčastěji je SWOT analýza používána jako situační analýza v rámci strategického řízení.<sup>86</sup>

### 3.2 Zkoumaný soubor

K výběru výzkumného vzorku byla v práci využita metoda záměrného (účelového) výběru, nejrozšířenější metoda, se kterou se při aplikaci kvalitativního výzkumu můžeme setkat. Při této metodě vybíráme respondenty podle určitých společných znaků a vlastností. V praxi to znamená, že vybíráme ty účastníky výzkumu, kteří splňují námi stanovená kritéria a jsou ochotni se na výzkumu podílet. Nutné je znát kritéria (kvóty), podle kterých základní soubor rozlišujeme na podskupiny. Tyto kvóty musí souviset s výzkumným tématem, cíly a výzkumnými otázkami.<sup>87</sup>

V tomto případě byli záměrně vybráni respondenti, jejichž kritériem je výkon sociální práce v Domově seniorů Benešov a ochota poskytnout rozhovor. Výběrový kvótní soubor tvoří tři sociální pracovníce. Bližší charakteristika souboru je znázorněna v tabulce 1 Identifikační údaje respondentů (s. 36).

### 3.3 Realizace výzkumu

Respondentky byly před zahájením rozhovoru nejprve seznámeny s cíly výzkumu, byli ujištěni o zachování jejich anonymity a požádáni o souhlas se zapojením do výzkumu a použití záznamové techniky k nahrávání rozhovoru. Nahrávané rozhovory jsou uloženy v mém osobním archivu. Dále byly respondentky seznámeny s předpokládanou délkou rozhovoru. Po celou dobu rozhovorů jsem si odpovědi

---

<sup>86</sup> SWOT analýza. In: *managementmania.com* [online]. 12. říjen 2013 [cit. 2014-04-16]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/swot-analyza>

<sup>87</sup> MIOVSKÝ, M. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu, Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4, s. 135

respondentek heslovitě zapisovala tak, aby mé psaní nenarušilo celkový průběh rozhovoru.

Tyto rozhovory probíhaly v měsíci dubnu a květnu roku 2014 v Domově seniorů Benešov a trvaly přibližně 60 minut. Interview se skládalo z předem stanovených otevřených otázek uspořádaných do následujících okruhů: identifikační údaje, pracovní náplň, možnosti a limity sociální práce v Domově seniorů Benešov, sociální práce v Domově seniorů Benešov, klienti a aktivizace.

Z důvodu zachování anonymity jsou v práci respondentky označeny pod zkratkami R1 – R3.

## 4 Výsledky

Výsledky jsou pro přehlednost rozděleny do dvou podkapitol. Podkapitola 4.1 Výsledky k hlavní výzkumné otázce se týká specifík sociální práce pro seniory. Podkapitola 4.2 Výsledky k dílčí výzkumné otázce se týká rolí a činností sociální práce v oblasti aktivizačních činností v DS. U každého okruhu otázek nejprve informuji, jaké dotazy jsem respondentkám pokládala a následně popisuji jejich odpovědi vč. přímé citace.

Rozhovory jsem zanalyzovala a hledala podobnosti i odlišnosti v odpovědích respondentek. Nejprve jsem vytvořila tabulku s identifikačními údaji účastníků výzkumu.

Tabulka 1 Identifikační údaje

	Pohlaví	Věk	Vzdělání/kurzy	Délka praxe v DS Benešov
R1	žena	32 let	vysokoškolské/manažerský kurz v sociálních službách	7 let
R2	žena	39 let	středoškolské/kurz trénování paměti, kurz reminiscence	19 let
R3	žena	26 let	vysokoškolské/ aktivizace seniorů, reminiscence, management dobrovolnictví	4 roky

Zdroj: vlastní výzkum

### 4.1 Výsledky k hlavní výzkumné otázce

HVO: Jaká jsou specifika sociální práce v domově pro seniory?

**Specifika sociální práce se seniory**



Tabulka 2 Specifika sociální práce se seniory

Specifika sociální práce se seniory	
Respondent	Specifika
R1	komunikace, bezbariérovost, smyslová, kognitivní a zdravotní omezení klientů, snaha o udržení schopností, snaha rodin ovlivňovat výkon sociální práce, znalost jiných vědních oborů, psychohygiena
R2	komunikace, ztížená adaptabilita klientů, sociální pracovník musí mít široký všeobecný rozhled především z oboru zdravotnictví, snaha rodin zasahovat do sociální práce
R3	komunikace, trpělivost pracovníka, všeobecný rozhled pracovníka, vysoká psychická zátěž, zvýšení psychohygiena sociálního pracovníka

Zdroj: vlastní výzkum

První otázkou, o které jsem s respondentkami hovořila, byla specifika sociální práce s cílovou skupinou seniory. Zajímala jsem se o to, co musí sociální pracovník zvládat při práci se seniory, v čem je sociální práce se seniory odlišná, čím je specifická.

Všechny respondentky uvádějí specifickou komunikaci se seniory, která se musí přizpůsobit kognitivním a zdravotním schopnostem klienta a jeho věku. Respondentka R3 uvádí, že sociální práce se seniory vyžaduje velkou trpělivost, v komunikaci se pracovník musí vyhýbat například cizím výrazům, mluvit zřetelně, pomalu a nahlas. Respondentka R1 uvádí: „*Výsledkem této práce není tolik rozvoj, jako spíše udržení současného zdravotně sociálního stavu klienta*“. Dalším specifikem uváděným respondenty R1 a R2 je snaha příslušníků rodin klientů ovlivňovat výkon sociální práce a nadměrně do ní zasahovat. Všechny respondentky zároveň uvádí, že je velmi důležité, aby měl sociální pracovník všeobecný přehled, a to především z oblasti zdravotnictví a psychologie. Pro respondentku R1 je důležité zmínit i bezbariérovost prostředí, ve kterém se klient nachází a následně v sociální práci a aktivizačních činnostech dobře rozmýšlet, aby prostředí bylo pro klienty vyhovující. Z toho vyplývá další specifikum, a to za každých okolností myslet na zdravotní, smyslová a kognitivní omezení klientů. Respondentka R2 říká: „*Velmi důležité období při vstupu do Domova seniorů je adaptace klienta. Senioři se obecně hůře adaptují na nové životní podmínky, proto je*

*důležité se klientům v této době víc věnovat a zaměřit se na jejich podporu.“* Respondentky R1 a R3 uvádějí, že sociální pracovník se ve větší míře setkává se smrtí a nemocemi klientů, a proto je důležité se na klienta osobně nevázat a pravidelně provádět psychohygienu, protože je zde vysoké riziko syndromu vyhoření.

### **Pracovní náplň sociálního pracovníka**

V této části jsem se zajímala o pracovní náplň sociálních pracovníků v Domově seniorů Benešov. Pracovní náplň byla zjištěna na základě analýzy pracovních náplní předložených účastníky výzkumu.

#### Pracovní náplň respondentky R1

Zavádění systému kvality sociální práce, analytická činnost a metodické usměrňování sociální práce v rámci daného zařízení.

- a) metodicky řídí a kontroluje poskytování komplexní přímé obslužné péče o klienty pracovníci v sociálních službách,
- b) řídí a kontroluje odborné sociální práce prováděné sociálními pracovníci,
- c) provádí kontrolu, úpravy a tisk docházky pracovníků úseku sociální práce a péče a podepsanou ji předává nejpozději třetí kalendářní den následujícího měsíce ekonomce (včetně potvrzení o návštěvě lékaře a jiných dokladů, které omlouvají nepřítomnost zaměstnance v práci),
- d) rozhodnutí o pracovní neschopnosti podřízených zaměstnanců předává neprodleně po jejich obdržení a doplnění potřebných údajů ekonomce,
- e) řídí a kontroluje zajišťování zájmové a kulturní činnosti,
- f) řídí a kontroluje organizování a provádění volnočasových aktivit klientů,
- g) metodicky vede pracovníky úseku sociální práce a péče v oblasti zapojení klientů do zájmové činnosti,
- h) provádí zavádění systému kvality sociální práce a metodicky usměrňuje sociální práci v zařízení,
- i) průběžně aktualizuje standardy kvality sociální péče, které se týkají úseku sociální práce a péče,
- j) metodicky vede pracovníky úseku sociální práce a péče při zavádění a aktualizaci standardů kvality sociální péče,

- k) kontroluje plánování průběhu poskytování sociální služby vč. jejího hodnocení podle osobních cílů, potřeb a schopností klienta,
- l) shromažďuje žádosti o přijetí do Domova seniorů Benešov k dalšímu řízení,
- m) vede pořadník čekatelů o umístění v Domově seniorů Benešov,
- n) zve čekatele o umístění k nástupu do Domova seniorů Benešov,
- o) kontroluje, popř. provádí:
  - vyhodnocování adaptačního procesu klientů ve spolupráci se zaměstnanci úseku sociální práce a péče a ošetrovatelského úseku,
  - kontroluje zpracování vyúčtování úhrad,
  - měsíčně kontroluje zpracování přehledu plateb za ubytování a stravu a příspěvku na péči (předpis, úhrada),
  - kontroluje zpracování výplatnice zůstatků důchodů a její předání pokladní,
  - zpracování seznamu zemřelých klientů s výší důchodu pro vrácení ČSSZ,
  - zpracování podkladů pro vrácení příspěvků na péči,
  - měsíčního zpracovávání předpisů úhrad a jeho předání k zaúčtování,
  - vrácení úhrad dle podkladů o nepřítomnosti klientů,
  - vyúčtování fakultativních služeb,
  - zabezpečování potřeb klientů, které si klienti ze zdravotních důvodů nemohou osobně, popř. písemně vyřídit, spolupracuje s příbuznými a opatrovníky klientů.

#### Pracovní náplň respondentek R2 a R3

Při rozhovorech a na základě analýzy dokumentů bylo dále zjištěno, že pracovní náplň respondentek R2 a R3 je totožná. Jediný rozdíl je v tom, že tyto sociální pracovnice mají rozdělené klienty na polovinu a každá polovina klientů tak spadá pod jinou sociální pracovnici.

- a) Poskytuje klientům a zájemcům základní sociální poradenství,
- b) jedná se zájemci o službu a jejich rodinami, vede o tomto jednání záznamy,
- c) posuzuje životní situaci klienta a identifikuje s klientem zakázku spolupráce,

- d) vytváří s klientem smlouvu o poskytování služby sociální péče, její dodatky a přílohy, zakládá kartu klienta do kartotéky i do IS Cygnus,
- e) zpracovává podklad pro úhradu klienta, vyhotovuje smlouvy o doplatecích, reviduje smlouvy,
- f) individuálně pomáhá klientům s uspokojováním jejich materiálních i nemateriálních potřeb vycházejících z poslání a cílů služby, přičemž dle dohody s klientem spolupracuje s úřady, klíčovými pracovníky, dalšími sociálními pracovníky, sestrami, opatrovníky, rodinami a blízkými lidmi klientů,
- g) podává písemně nebo telefonicky informace při převozu klienta do nemocnice a zpět a při úmrtí,
- h) jedná s pozůstalými a provádí činnosti spojené s ukončením poskytování služeb, v případě úmrtí klienta zasílá předběžná hlášení o projednání dědictví Okresnímu soudu a státnímu notáři,
- i) spravuje finanční, tj. bankovní a hotovostní depozita klientů Domova seniorů Benešov, měsíčně vyhotovuje interní doklad o stavu depozit, dodržuje limit pokladní hotovosti u hotovostních depozit,
- j) přihlašuje a odhlašuje na MÚ Benešov trvalý pobyt klientů Domova seniorů Benešov, informuje i další úřady a organizace (obecní úřady, ČEZ apod.) o pobytu klienta v Domově seniorů Benešov,
- k) měsíčně vydává přehled plateb za ubytování a stravu a příspěvek na péči,
- l) provádí kontrolu plateb za ubytování a stravu a příspěvek na péči a předává přehled dva dny před koncem kalendářního měsíce k převodu na běžný účet,
- m) zpracovává výplatnici zůstatků důchodů a předává i pokladní jeden den před termínem výplaty,
- n) zpracovává seznam zemřelých klientů s výší důchodu pro vrácení ČSSZ,
- o) zpracovává podklady pro vrácení příspěvků na péči,
- p) měsíčně zpracovává předpis úhrad a předává jej k zaúčtování,
- q) podílí se na tvorbě metodických postupů,
- r) plánuje průběh poskytování sociální služby, vč. jejího hodnocení podle osobních cílů, potřeb a schopností klientů DS, vytváří a vyhodnocuje adaptační proces klienta a úzce spolupracuje s klíčovými pracovníky,

- s) provádí řízení o poskytnutí, případně zvýšení příspěvku na péči klientům DS
- t) vytváří podmínky pro zapojení klientů do aktivit v DS i mimo něj,
- u) plánuje, analyzuje, vede, vyhodnocuje individuální a skupinové sociálně-terapeutické a aktivizační programy pro klienty (zejména reminiscence a aktivity se zvířaty)
- v) zastupuje další sociální pracovníci v případě její nepřítomnosti,
- w) spolupracuje s dobrovolníky.

### **Role sociálního pracovníka**

Tabulka 3 Role sociálního pracovníka

Role sociálního pracovníka	
Respondent	Role
R1	administrátor, zprostředkovatel služeb, případový manažer
R2	cvičitel sociální adaptace, zprostředkovatel služeb
R3	poradce a terapeut, zprostředkovatel služeb

Zdroj: vlastní výzkum

Při výzkumu respondentky odpovídaly na to, jaké role mají ve své vlastní funkci. Byla zde použita typologie dle Řezníčka blíže popsána v teoretické části bakalářské práce na str. 10-11. Respondentky se shodly na tom, že všechny role svým způsobem zastávají ve větší nebo menší míře. Byli požádáni, aby se přiřadili k nejvíce využívaným typům v jejich sociální práci. Tyto role vyplývají také z pracovní náplně respondentek.

Respondentka R1 se ve své pracovní činnosti zabývá údajně nejvíce metodickou činností a koordinací podřízených pracovníků. Respondentka se označila jako administrátor, zprostředkovatel služeb a případový manažer. Respondentka R2 by se nejvíce zařadila k roli cvičitele sociální adaptace a zprostředkovatele služeb. Respondentka R3 se ve své funkci cítí nejvíce jako zprostředkovatel služeb a poradce a terapeut.

## Možnosti a limity sociální práce v Domově seniorů Benešov

Tabulka 4 Možnosti a limity sociální práce v Domově seniorů Benešov

Možnosti a limity sociální práce v Domově seniorů Benešov		
Respondent	Možnosti	Limity
R1	dobrovolnictví, fyzioterapie a rehabilitace, nácvik sebeobsluhy klientů	nedostatek pracovníků na individuální aktivity, nízká motivace klientů, špatný zdravotní stav klientů, finanční situace v oblasti aktivizačních činností, protichůdná činnost zdravotních a sociálních pracovníků
R2	Zvýšení nabídky aktivizačních činností, vyšší zapojení dětí ze spolupracující školy, zapojení ostatního personálu do aktivizace	Špatný zdravotní stav klientů, přepečování klienti, dobrovolnictví, motivace klientů, individuální práce s klientem
R3	nabídka aktivit ve stejný čas – možnost výběru aktivit, zapojení ostatních pracovníků DS do aktivizace, nácvik orientace mimo DS, výlety	Nedostatek finančních prostředků – ovlivnění aktivizačních činností, motivace klientů

Zdroj: vlastní výzkum

### Možnosti sociální práce

Respondentka R1 uvádí: „ Stav dobrovolníků je u nás celkem dobrý, ale bylo by skvělé, kdyby jich bylo ještě více. Dále nemáme v současné době fyzioterapeuta, který by určitě pomohl klientům v jejich rehabilitaci a odrazilo by se to i v aktivitách, protože by časem klienti byli schopni účastnit se některých aktivit ve větší míře.“ Tato respondentka také sdělila, že další možnosti vidí v tom, aby se klienti více učili samostatnosti při péči o vlastní osobu a nacvičovali běžné denní činnosti (např. oblékání,...). „V praxi se často stává, že personál klienta raději sám oblékne, protože je

to mnohdy rychlejší.“ Pokud by výše uvedené možnosti byly splněny, někteří klienti by dle respondentky byli samostatnější v mnoha pohledech jejich sociálního života. Mohli by si např. dojet na nákup, najít se přiborem, obstarat si osobní záležitosti, navštívit rodinu aj.

Respondentka R2 uvádí, že velkou možnost vidí v rozšíření nabídky aktivizačních programů a také ve vyšším zapojení dětí ze spolupracující základní školy. *„Mohl by se také více zapojit personál do aktivizačních programů pro klienty.“*

Respondentka R3 vidí také velkou možnost v zapojení pečovatелů a zdravotnického personálu do aktivit. *„Dále bych řekla, že by bylo skvělé nabízet více aktivit ve stejný čas, aby se klienti mohli rozhodnout, kam půjdou a také dělat více aktivit mimo Domov Seniorů, například jezdit na výlety. Klientům, převážně těm mimobenešovským, dělá problém orientovat se mimo Domov, tak by bylo třeba to s nimi trochu cvičit, aby se necítili izolovaní a nebáli se vyjít ven.“*

### Limity sociální práce

Všechny respondentky uvedly, že limitem sociální práce v DS je nedostatečná motivace klientů, která brzdí rozvoj sociální práce.

Respondentka R1 tvrdí, že sociální práci v DS Benešov ovlivňuje nedostatek pracovníků pro individuální práci s klientem, nízká motivace klientů k aktivnímu způsobu života. *„ Dalším problémem je, že máme hodně lidí ve špatném zdravotním stavu, z čehož vyplývají určitá omezení a nelze tady provádět některé typy aktivit.“*

*U těchto lidí se zaměřujeme spíše na udržení současných schopností.“* Dalším limitem je dle respondentky finanční situace DS a nedostatek finančních prostředků na aktivizační programy. Respondentka R1 také v limitech uvádí protichůdnou činnost sociálních a zdravotních pracovníků. *„ Zdravotní pracovníci a pečovatелé obecně ve své práci přebírají odpovědnost klienta na sebe sama, to znamená, že spoustu věcí dělají za něj a sociální pracovníci jdou protichůdně ve smyslu rozvíjení klienta a odpovědnosti klienta za jeho vlastní život.“*

Respondentka R2 vidí jako zásadní limit sociální práce špatný zdravotní stav klientů, který je následně omezuje v jejich sociálním životě. Stejně jako R1 uvádí přemíru péče o klienty, což vede k jejich nesamostatnosti. *„Bylo by také třeba zvýšit*

*množství dobrovolníků, kterých není nikdy dost, protože by tím mohli zlepšit individuální práci s klienty.“*

Respondentka R3 vidí stejně jako R1 problém v nedostatku financí, které negativně ovlivňují aktivizační činnosti.

### **Sociální práce v Domově seniorů Benešov**

V této části byli respondenti dotazováni na stav sociální práce v Domově seniorů Benešov. Zajímala jsem se o silné a slabé stránky sociální práce v DS.

Tabulka 5 Sociální práce v Domově seniorů Benešov

Sociální práce v Domově seniorů Benešov		
Respondent	Silné stránky sociální práce	Slabé stránky sociální práce
R1	otevřenost zařízení pro veřejnost, vzdělávání a umožnění kurzů ze strany zaměstnavatele – kvalifikovaní pracovníci, vyhovující prostory DS, dostatek soukromí klientů, vyhovující počet dobrovolníků	malý počet aktivizačních pracovníků, snaha zdravotnického a ošetrovatelského personálu zasahovat do sociální práce, nevhodnost umístění klientů na vícelůžkových pokojích
R2	zapojení školských zařízení, rodinných příslušníků a seniorů z okolí do aktivizačních činností	malý počet aktivizačních pracovníků, kapacitní možnosti DS, nedostatečné proškolení v oblasti práce s pozůstalými
R3	dostatek dobrovolníků, aktivity se zvířaty (pes Rocky), vyhovující prostory, aktivity vedené dobrovolníky	nedostatek finančních prostředků ovlivňující sociální práci a aktivity, neochota a nespolupráce personálu

Zdroj: vlastní výzkum

#### Silné stránky sociální práce

Respondentka R1 uvádí jako důležitou přednost sociální práce kvalifikovanost sociálních pracovníků a umožnění kurzů ze strany zaměstnavatele, což zvyšuje úroveň sociální práce v DS. Respondentky R1 a R3 považují za silnou stránku vyhovující prostory DS pro výkon sociální práce. Vznikly zde v nedávné době dvě společenské místnosti, které se pravidelně využívají především pro aktivizační činnosti a jsou dobře vybaveny. Klienti tak mají díky vhodným prostorům dostatek soukromí. Dále



respondentky R1 a R3 uvádí, že je dostatečné množství dobrovolníků, ale současně tvrdí, že by jich mohlo být i více. Respondentka R2 považuje v sociální práci jako velkou výhodou zapojení rodinných příslušníků a seniorů z okolí Benešova do aktivizačních programů v Domově seniorů Benešov: *„Chodí nám sem na aktivity i rodinní příslušníci klientů a dokonce i lidé z místního Klubu důchodců, což je opravdu skvělé, že se nám sem podařilo zapojit i širší okolí.“*

#### Slabé stránky sociální práce

Respondentky R1 a R2 se shodují v tvrzení, že slabou stránkou sociální práce v DS Benešov je nedostatečný počet aktivizačních pracovníků. Respondentka R1 uvádí:

*„Mnohdy se nám také stává, že se ostatní zdravotnický a ošetřující personál snaží ovlivňovat sociální práci, ale neuvědomují si další okolnosti, které nás vedou k jistým rozhodnutím. Dalším problémem, se kterým se občas setkáváme, je kombinace klientů na pokojí. Někteří klienti si spolu nerozumí a my je nemáme kam přestěhovat, někdy jsme také nuceni dát na jeden pokoj lidi duševně nemocné a zdravé.“*

Respondentka R2 říká: *„Dalo by se říci, že slabou stránkou je i to, že máme mnoho žadatelů o umístění, ale kapacity DS nám nedovolují tyto žadatele umístit. Dále je pro mě osobně nedostatečné proškolení v oblasti práce s pozůstalými.“*

Respondentka R3 se domnívá, že slabým místem sociální práce v DS je nedostatek finančních prostředků ovlivňující aktivity pro klienty a také občasná neochota a nespolupráce ostatního personálu se sociálními a aktivizačními pracovníky.

Pro znázornění možností a limitů sociální práce používám metodu SWOT analýzy. Tato SWOT analýza byla vytvořena na základě odpovědí respondentek na výzkumné otázky, podrobně znázorněných v Tabulce 4 a Tabulce 5. Ve SWOT analýze je pojem „možnost“ vyjádřen pojmem „příležitost“. Pro pojem „limit“ je využito synonymum „hrozba“.

Tabulka 6 SWOT analýza sociální práce a aktivizačních činností

SWOT analýza		
	Silné stránky (Strengths)	Slabé stránky (Weaknesses)
Vnitřní prostředí	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kvalifikovaný personál (R1)</li> <li>- vyhovující prostory (R1, R3)</li> <li>- dostatek soukromí pro klienty (R1)</li> <li>- dobrovolnictví (R1, R3)</li> <li>- zapojení rodinných příslušníků a seniorů z okolí (R2)</li> <li>- kvalitní služby (R2)</li> <li>- aktivity se psem Rockym (R3)</li> <li>- zapojení místních škol (R2, R3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nízký počet aktivizačních pracovníků (R1, R2)</li> <li>- nedostatečná motivace klientů (R1, R2, R3)</li> <li>- nepřiměřené zásahy ostatních pracovníků do sociální práce (R1, R3)</li> <li>- umísťování klientů na vícelůžkové pokoje (R1)</li> <li>- nedostatečná kapacita lůžek vzhledem k velkému zájmu žadatelů o umístění (R1, R2)</li> <li>- proškolení sociálních pracovníků v oblasti práce s pozůstalými (R2)</li> </ul>
	Příležitosti (Opportunities)	Hrozby (Threats)
Vnější prostředí	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nácvik sebeobsluhy klientů (R1)</li> <li>- zvýšení nabídky aktivizačních činností včetně výletů mimo DS (R2, R3)</li> <li>- větší zapojení místních škol (R2, R3)</li> <li>- zapojení přímého personálu do aktivizace (R2, R3)</li> <li>- nácvik orientace mimo DS (R3)</li> <li>- více dobrovolníků (R1, R2, R3)</li> <li>- fyzioterapie a rehabilitace (R1)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nedostatečné finanční prostředky a tím i ovlivňování chodu aktivit v DS (R1, R2, R3)</li> <li>- nedostatečná individuální práce s klienty (R1, R2)</li> <li>- motivace klientů (R1, R2, R3)</li> <li>- všeobecně se v DS vyskytují lidé se špatným zdravotním stavem – menší rozsah aktivit z hlediska sociální práce (R1, R2)</li> <li>- občasná neochota a nespolupráce zaměstnanců (R1, R2, R3)</li> </ul>

Zdroj: vlastní výzkum

R1 = respondentka 1, R2 = respondentka 2, R3 = respondentka 3

Ve SWOT analýze je znázorněno, jakým způsobem si v současné době stojí DS Benešov na poli sociální práce. Analýza byla stanovena na základě výpovědí respondentek na výzkumné otázky. Na základě tohoto výzkumu by mohl Domov seniorů Benešov zlepšovat své služby pro klienty.

## 4.2 Výsledky k dílčí výzkumné otázce

DVO: Jaká je role a činnost sociálního pracovníka v oblasti aktivizačních činností v domově pro seniory?

### **Aktivizace seniorů v DS Benešov**

V této části respondentky odpovídaly na tyto otázky:

#### Jakým způsobem se klienti mohou dozvědět o aktivitách?

Odpovědi respondentů R1 - R3 se shodují. Klienti jsou informováni v průběhu všech aktivizačních činností, dále je informuje zdravotnický a ošetrovatelský personál, jsou také informováni prostřednictvím nástěnek Domova seniorů na každém patře. Respondent R3 říká: „*V poslední době také informujeme veřejnost o konání větších akcí přes Facebook a přes webové stránky Domova.*“

#### Jaké aktivizační činnosti jsou klientům nabízeny?

Prostřednictvím rozhovorů s respondentkami R1 – R3 bylo zjištěno, že DS Benešov nabízí klientům aktivity, které znázorňuje tabulka 7.

Tabulka 7 Nabízené aktivizační činnosti v Domově seniorů Benešov

Nabízené aktivizační činnosti v Domově seniorů Benešov			
pravidelné ranní skupiny, které zahrnují trénování paměti a kondiční cvičení	hudební a taneční vystoupení, divadlo	individuální aktivity u imobilních klientů	promítání filmů
reminiscence	předčítání	aktivity dobrovolníků – zpěv, tibetské mísy, přednášky	duchovní aktivity – promítání biblických příběhů, k dispozici je kaple nebo nedaleký kostel
aktivity se psem Rockym	sportovní hry	dětská vystoupení – např. mažoretky	možnost zapůjčení knih z knihovny DS
poznávací aktivity s názvem „Putujeme Českou republikou“	stolní hry	pečení a vaření	aktivity ve výtvarné dílně, ruční práce

Zdroj: vlastní výzkum

#### O jaké aktivizační činnosti mají klienti největší zájem?

Respondentka R1 tvrdí: „Naši klienti mají největší zájem o aktivity pasivnější, aktivity, kde toho nemusí moc fyzicky dělat. Asi největší zájem bývá o hudební aktivity, které nám pravidelně zprostředkovávají naši dobrovolníci.“ Respondentka R2 uvedla jako nejoblíbenější hudební aktivity a ranní skupiny, kdy se propojuje trénink paměti a kondiční cvičení na židlích. Respondentka R3 taktéž uvádí hudební aktivity, dále pak reminiscenci, aktivity se psem a mše v kostele.

#### Jaké individuální aktivizační činnosti provádíte?

Respondentka R3 provádí aktivizační činnost pro klienty upoutané na lůžko prostřednictvím psa DS - Rockyho: „Kamkoliv s Rockym jdeme, klienti jsou hned plní života. Mají zvířata hrozně rádi. Často ho právě používáme pro individuální aktivity u ležících klientů, kde je dokonalým prostředníkem ke komunikaci.“ Tato respondentka dále uvádí, že individuální práce s klientem se v poslední době hodně zlepšila, využívá se např. předčítání, jednoduché hry apod. Respondentka R1 se domnívá, že aktivizační práce v individuální formě není dostatečná: „Bylo by potřeba navýšit počet pracovníků na individuální práci, nejsme schopni pokrýt klienty tak, jak bychom si představovali. Jinak za nimi chodí pracovnice se psem a povídá si s nimi.“ Respondentka R2 sdělila: Naše aktivizační pracovnice celkově zlepšila individuální práci v Domově, ale myslím si, že stále je co zlepšovat. Bylo by potřeba, aby se zapojil i ostatní personál.“ Individuální aktivity se dle respondentky R2 provádí s pomocí psa, hudebních aktivit, povídání, předčítání a prostřednictvím her pro zlepšování jemné motoriky.

#### Kolik klientů průměrně navštěvuje skupinové aktivity?

Všechny respondentky R1 – R3 se v odhadech shodují. Velkých společenských akcí se průměrně zúčastňuje si 50 klientů z celkové kapacity 100 klientů. Např. na výtvarnou dílnu chodí většinou asi 5 – 7 klientů. Na pravidelné ranní skupiny chodí přibližně 10 klientů.

### **Role sociálního pracovníka v aktivizačních činnostech**

#### Kolik pracovní doby vám zaberou aktivizační činnosti?

Respondentka R1 uvádí, že v aktivizačních činnostech vystupuje nejčastěji jako koordinátor, dohlíží na sociální a aktivizační pracovnice, kontroluje pracovníky v sociálních službách, plánuje aktivity a komunikuje s lidmi, kteří nabízí aktivity Domovu seniorů Benešov. Této respondentce zaberou aktivizační činnosti přibližně 5 hodin týdně. Respondentky R2 a R3 se aktivizačních programů přímo účastní, vedou je. Obě sociální pracovnice (R2 a R3) se shodují na tom, že se aktivitám vč. individuálního plánování věnují celkově asi 8-10 hodin týdně.

#### Na kterých aktivizačních činnostech se pravidelně podílíte?

Tabulka 8 Podílení se na aktivizačních činnostech

Podílení se na aktivizačních činnostech	
Respondent	Aktivity
R1	zábavy, divadla, vystoupení, výlety a akce mimo DS
R2	reminiscence, Putování po Česku, cannisterapie, ranní skupiny, zábavy, divadla, vystoupení, individuální plánování
R3	reminiscence, Putování po Česku, cannisterapie, ranní skupiny, zábavy, divadla, vystoupení, individuální plánování, výlety a akce mimo DS

Zdroj: vlastní výzkum

R1 udává: „*Zabývám se spíše koordinací a plánováním aktivit, ale účastním se spíše větších akcí, jako jsou různá vystoupení a zábavy, občas třeba jedu s klienty na nějakou soutěž mimo domov, když nás někdo pozve.*“ Dále bylo zjištěno, že R2 a R3 se zúčastňují stejných aktivit společně, nebo střídavě. R3 říká: „*Společně s kolegyní vedeme reminiscenci. Klientům chvíli trvalo, než si na to zvykli, ale začalo se jim to líbit a chodí na ni rádi. Potom děláme program Putování po Česku, kde klienty seznamujeme s krásami Čech. Také děláme individuální plány klientům a pak cannisterapie.*“ R2 tvrdí: „*Tak účastním se pravidelně reminiscence, kterou vedeme s kolegyní, potom chodíme se psem a děláme takový kroužek poznávání České republiky. Jinak se samozřejmě navzájem zastupujeme tak, aby všechny aktivity běžely tak, jak mají.*“

Pokud se na nějaké aktivitě podílíte, jaká je vaše role?

Tabulka 9 Role sociálních pracovníků v aktivizačních činnostech

Role sociálních pracovníků v aktivizačních činnostech	
Respondent	Role
R1	koordinátor aktivizačních programů v DS, kontrolor, zprostředkovatel
R2	přímý koordinátor aktivit, učitel, cvičitel, hodnotitel individuálního plánu
R3	Informátor, přímý koordinátor aktivit, zprostředkovatel, učitel, hodnotitel individuálního plánu, psod

Zdroj: vlastní výzkum

R1 odpověděla na otázku takto: „*Jsem nejvíce koordinátor, kouč. Plánuju aktivity, které k nám přicházejí zvenčí. Zúčastňuji se větších aktivit, např. zábav. Spíše dohlížím a dělám kontrolu, na zábavách pomáhám s občerstvením klientů a umísťováním v hale.*“

R2 říká: „*Například v reminiscenci se snažím směřovat konverzaci tam, kde ji potřebujeme, abychom se dobrali k nějakému závěru. Je s tím spojeno mnoho dalších příprav, vždy si musím alespoň trochu nastudovat téma, na které se reminiscence povede. Někdy není jednoduché klienta zaujmout nebo ho rozpovídat. Potom jsem v podstatě v roli cvičitele a učitele, když vedu např. ranní skupinu, kde předcvičuju a pak trénujeme paměť.*“

R3 udává: „*Často klienty informuji o dění v Domově, kdy bude jaká aktivita a tak. Potom vlastně zprostředkovávám aktivity a všechny záležitosti, se kterými klienti potřebují pomoci. Spolupracujeme s kolegyní obě s klíčovými pracovníky na individuálním plánu a děláme dohled nad jeho plněním a hodnocení plánu. Dalo by se říct, že působím i jako psovod, protože chodím s Rockym ke klientům.*“

#### Jak motivujete klienty k aktivizačním činnostem?

Všichni účastníci výzkumu se shodli na tom, že nejlepší motivací pro klienty je dárek, nejčastěji jídlo nebo tombola, proto se pracovnice vždy snaží sehnat takové akce, kde klienti dostanou odměnu. R3 říká: „*V současnosti nám sem chodí promítat pán, který na konci akce dává klientům knihu jako výhru a má to velký úspěch.*“ R1 říká, že motivací pro klienty je určitě i vřelý a milý postoj zaměstnanců a hlavně jejich nadšení do aktivit. R3 a R2 dále uvádí, že motivace klientů vychází hodně z přístupu zaměstnanců k práci a ke klientům a dále je motivují i rodiny, které se snaží, aby senioři zůstali co nejdéle aktivními. V neposlední řadě respondentka R3 uvedla také fakt, že klienty často motivuje i prostředí ve kterém se aktivita odehrává a například i plakáty s upoutávkou na aktivitu.

Tabulky 8 a 9 stručně shrnují výsledky k dílčí výzkumné otázce.

### **4.3 Shrnutí výsledků k HVO a DVO**

HVO: Jaká jsou specifika sociální práce v domově pro seniory?

Specifika sociální práce v domově pro seniory uváděné respondentkami jsou:

- a) komunikace
- b) bezbariérovost
- c) smyslová, kognitivní a zdravotní omezení klientů
- d) převaha snahy o udržení schopností klienta, ne tolik zlepšování jeho schopností z důvodu zhoršování se zdravotního stavu
- e) snaha rodin ovlivňovat výkon sociální práce
- f) všeobecné znalosti převážně z oboru zdravotnictví
- g) trpělivost
- h) vysoká psychická zátěž pracovníka
- i) nutnost zvýšené psychohygieny a supervize
- j) náplň práce

DVO: Jaká je role a činnost sociálního pracovníka v oblasti aktivizačních činností v domově pro seniory?

Z výzkumu vyplývá, že každý sociální pracovník má svou roli a činnost v oblasti aktivizačních činností lehce odlišnou. Jedna respondentka metodicky vede sociální práci a aktivizační činnosti, zatímco ostatní dvě respondentky se přímo podílí na složitějších aktivitách, jako je například reminiscence, na které jsou tyto respondentky speciálně vyškoleny. Jedna z respondentek se také hodně věnuje aktivitám se psem Rockym.

Sociální pracovnice Domova seniorů Benešov vystupují v různých rolích, jsou například zprostředkovateli, koordinátory aktivit, hodnotitelé individuálních plánů, učitelé, cvičitelé a informátoři. Každá sociální pracovnice se zúčastňuje vybraných aktivizačních programů (viz. Tabulka 8)



## 5 Diskuze

### 5.1 Diskuze k výsledkům hlavní výzkumné otázky

HVO: Jaká jsou specifika sociální práce v domově pro seniory?

Respondentky shodně uvedly, že velmi specifickou záležitostí při práci se seniory je komunikace. Styl komunikace dle respondentek velmi ovlivňuje další jednání a vztah s klientem. Z výzkumu vyplynulo, že specifika komunikace se seniorem tkví v řádné artikulaci, přiměřené hlasitosti, používání adekvátních výrazů, ale také v neverbálních projevech. Komunikace musí být individuální. Z výzkumu dále vyplývá, že úkolem sociálního pracovníka v komunikaci je to, aby včas dokázal identifikovat schopnosti komunikace klienta a sám dokázal komunikaci přizpůsobit tak, aby pro klienta byly informace zřetelné, jasné, aby odcházel s co nejlepším dojmem z kontaktu se sociálním pracovníkem. Z vlastní zkušenosti si dovoluji tvrdit, že komunikace se seniory je základ dobré spolupráce.

Pokorná tvrdí, že podmínkou pro správně poskytovanou péči je správná identifikace potřeb seniorů a jejich blízkých za předpokladu efektivní sociální interakce a komunikace se seniory a jejich příbuznými.<sup>88</sup>

Další specifikum vyplývající z výzkumu je například trpělivost při jednání, protože senioři mají všeobecně mnoho fyzických i smyslových omezení, která jim brání v rychlosti prováděných činností. Tato specifická se projevuje hodně právě při aktivizačních činnostech nebo při adaptaci klienta na nové prostředí. Trpělivost je podle mého názoru velice důležitá, a pokud sociální pracovník tuto vlastnost nemá, bude mu to ztěžovat výkon jeho činnosti.

Hrozenská tvrdí, že do komunikačních dovedností patří i fyzická přítomnost, naslouchání, empatie a analýza klientových prožitků.<sup>89</sup>

Na sociálního pracovníka v domově pro seniory jsou dle výzkumu kladeny vysoké nároky na znalosti v oboru zdravotnictví. V zařízeních pro seniory se sociální pracovník dostává do kontaktu se zdravotnictvím denně, ať už při vyhodnocování žádostí o

---

<sup>88</sup> POKORNÁ, M. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3271-8, s. 9

<sup>89</sup> HROZENSKÁ, M. DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0, s. 118

pobytovou službu, nebo při běžném kontaktu s klientem. Musí mít povědomí o prevenci, medikaci, omezeních při různých zdravotních komplikacích apod. Všeobecný rozhled je nutností k provádění kvalitní sociální práce, včetně sociálního poradenství. Myslím si, že obor sociální práce skutečně vyžaduje multioborové znalosti. Obor zdravotnictví, právo a psychologie jsou dle mého názoru velmi důležité právě při praxi se seniory.

Respondentky dále uvedly, že někdy dochází ke konfrontacím sociálních pracovníků a rodin klientů v tom smyslu, že rodiny klientů nepřiměřeně zasahují do výkonu sociální práce a aktivizace, často rodinní příslušníci nedokážou správně vyhodnotit schopnosti klienta, jeho zdravotní omezení a dochází různým situacím, kdy si rodiny nejsou schopny připustit zhoršený zdravotní stav seniora a nutí tak samotného klienta a sociální pracovníky k nepřiměřeným aktivitám. Úkolem sociálního pracovníka je rozumně vysvětlit daný problém, zachovat klid a být schopen obhájit své názory. Myslím si, že s tímto problémem se můžeme setkat i v jiných pobytových zařízeních. K vyřešení nepřiměřených zásahů rodin do výkonu sociální práce a aktivizace by podle mého názoru měla pomoci průběžná a citlivá komunikace s rodinou a zdravotními pracovníky. Na základě informací od zdravotníků můžeme posuzovat možnosti klientů a účinně tak vytvářet individuální plány.

Samozřejmě se k práci se seniory váže i vysoká psychická zátěž těchto pracovníků a nutnost psychohygieny, případně i pravidelné supervize.

Supervizi lze považovat za důležitou formu odborné přípravy a prostředek k osobnímu i profesionálnímu růstu. Supervize umožňuje pracovníkovi reflexi, podporu, emoční ošetření, kontrolu a odborné řízení. Jde také o rozšíření možností profese a o prevenci syndromu vyhoření.<sup>90</sup>

Specifická je také pracovní náplň sociálního pracovníka. Sociální pracovník v domově pro seniory musí mimo jiné poskytovat základní sociální poradenství, orientovat se ve financování sociální služby, zapisování do počítačového systému, zajistit agendu od evidence žádostí přes nástup do DS až do úmrtí klienta, včetně vyřízení pozůstalosti. Dále musí komunikovat s jinými orgány, nejvíce s ČSSZ, OSSZ, MÚ a ÚP. Do náplně práce sociálního pracovníka také patří správa klientových

---

<sup>90</sup> HROZENSKÁ, M. DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0, s. 133

finančních prostředků, metodika sociální práce, kontrola kvality služeb, zabezpečování potřeb klientů, plánování průběhu poskytování služeb, včetně hodnocení a spolupráce s klíčovými pracovníky na individuálním plánu klienta aj.

Matoušek říká, že v každém zařízení se můžeme setkat s odlišnostmi pracovní náplně, zejména v rozvržení činností v zařízení, ale základní činnosti zůstávají ve všech organizacích stejné.<sup>91</sup>

Na základě svých praktických zkušeností mohu tvrdit, že v každém domově pro seniory mají sociální pracovníci odlišné funkce ve vztahu k aktivizačním činnostem. V některých domovech pro seniory vykonávají sociální pracovníci pouze administrativní činnost a výkon aktivizačních činností je ponechán pracovníkům v sociálních službách. V jiných domovech se sociální pracovníci přímo podílejí na aktivizačních činnostech. Dle mého názoru je dobré, že se sociální pracovníci Domova seniorů Benešov přímo podílejí na aktivizačních činnostech, protože neztratí úzký kontakt s klienty.

Sociální pracovník zastává ve své funkci mnoho rolí. Dle Řezníčka jsou všechny role vzájemně propojeny a v praxi můžou některé typy převládat. Čistý typ v praxi patrně neexistuje.<sup>92</sup>

Bylo zjištěno, že všichni účastníci výzkumu působí jako zprostředkovatelé služeb. Jsou těmi prvními, se kterými jedná zájemce o služby, provádí diagnostiku současného stavu a případně odkazují na jiné sociální a zdravotní instituce a spolupracují s klientem. Dále působí jako poradci a terapeuti, cvičitelé sociální adaptace, případoví manažeři a administrátoři.

Ve stáří dochází k celé řadě změn jak v oblasti psychického, tak i v oblasti zdravotního stavu. Tyto změny seniory při aktivitách limitují, ačkoliv změny nemusí nastávat všechny a u každého, ale mohou se vyskytovat v různé míře.<sup>93</sup>

Sociální práce v Domově seniorů Benešov má i své možnosti a limity znázorněné v Tabulce 4 a následně i ve SWOT analýze pod pojmy „příležitosti“ a „hrozby“. Pro zpracování SWOT analýzy byly použity odpovědi respondentek na výzkumné otázky.

---

<sup>91</sup> MATOUŠEK, O. KODYMOVÁ, P. KOLÁČKOVÁ, J. *Sociální práce v praxi*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X, s. 180

<sup>92</sup> ŘEZNÍČEK, I. *Metody sociální práce*. Praha: Slon, 1. vydání, 1994. ISBN 80-85850-00-1, s. 63

<sup>93</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3, s. 14

Z výzkumu vyplynulo, že limity, nebo také hrozbami jsou v tomto zařízení například nedostatečné finanční prostředky, které negativně ovlivňují aktivity. Tato záležitost by se však dala alespoň částečně eliminovat snížením nákladů na výrobky klientů. Aktivizační a sociální pracovníci by mohli najít způsob, jak vytvářet hezké výrobky i z levnějších materiálů.

Domov seniorů Benešov má i jisté příležitosti, které by se mohly více rozvíjet. Je to například nácvik sebeobsluhy klientů a jejich orientace mimo DS, zvýšení nabídky aktivizačních činností včetně výletů mimo DS. Ve větší míře by se mohli podílet na aktivizaci pracovníci v sociálních službách.

Myslím si, že například nácvik orientace mimo areál Domova pro seniory Benešov by mohli zajistit dobrovolníci v rámci procházek s klienty, zvýšení nabídky aktivizačních činností by bylo možné na základě vyššího zapojení pracovníků v sociálních službách do aktivizace. Zlepšila by se tím například individuální aktivizace klientů a třeba by v rámci tohoto individuálního působení mohl probíhat i nácvik sebeobsluhy klientů. Protože v rámci slabých stránek respondentky uvedly občasnou neochotu a nespolečnost některých zaměstnanců, zvolila bych vzdělávání těchto pracovníků v oblasti individuální péče o klienty.

SWOT analýza udává i mnoho silných stránek sociální práce, pro které je DS Benešov stále vyhledávaným zařízením v okolí Benešovska. Je to například kvalifikovaný personál, vyhovující prostory a významné zapojení rodinných příslušníků a dětí z místních škol do aktivizace. Velmi úspěšný je Domov seniorů Benešov také v počtu dobrovolníků. Je například skvělé, že v poslední době DS zaznamenal nárůst zájmu o dobrovolnickou činnost. R3 tvrdí: „*Domovu se v poslední době podařilo splnit jeden z velkých cílů, hlavně tedy z oblasti dobrovolnictví. Dobrovolníků máme podle mého názoru docela dost, jedna dobrovolnice nám sem třeba chodí pravidelně dělat přednášky a lidi to mají moc rádi*“.

## 5.2 Diskuze k výsledkům dílčí výzkumné otázky

DVO: Jaká je role a činnost sociálního pracovníka v oblasti aktivizačních činností v domově pro seniory?

Role a činnost v aktivizačních programech je u každého sociálního pracovníka v DS Benešov odlišná. Respondentka R1 zprostředkovává metodické vedení aktivizačních činností, řídí a kontroluje sociální pracovníky a pracovníce v sociálních službách, dělá například dohled nad individuálními plány klientů DS, aktualizuje standardy kvality služeb a řídí a kontroluje zajišťování zájmové a kulturní činnosti.

Respondentky R2 a R3 mají na starosti mimo jiné zpracování individuálního plánu klienta a kontrolu plnění individuálních plánů svých klientů. Vedou složitější aktivizační činnosti. Přímo se podílí na reminiscenci a poznávací aktivitě Putování po Česku. Navrhují téma vzpomínkové a poznávací aktivity, usměrňují komunikaci mezi klienty a vyvozují závěry. Zastupují aktivizační pracovníci v případě její nepřítomnosti. Občas vedou ranní skupinu kondičního cvičení a trénování paměti. Navrhují aktivizační činnosti a jsou neustále v kontaktu s aktivizační pracovníci. R3 se zabývá také hodně aktivit se psem Rockym.

Dle Müllera je canisterapie podpůrnou formou psychoterapie, která klade důraz především na řešení problémů psychologických, citových a sociálně interakčních, přispívá také k rozvoji jemné a hrubé motoriky. Pes je využíván jako koterapeut, je tedy prostředníkem mezi terapeutem a klientem.<sup>94</sup>

Všechny sociální pracovníce zajišťují divadla, výlety, zábavy a vystoupení a kooperují při organizaci větších aktivit. Bylo zjištěno, že sociální pracovníce se zabývají aktivizačními programy od 5 do 10 hodin týdně, v závislosti na množství práce.

Vidím velké pozitivum v tom, že sociální pracovníce neztrácejí kontakt s klienty v oblasti aktivizačních činností. Z vlastní zkušenosti vím, že např. zpracování individuálního plánu klienta klíčovými pracovníkům občas činí potíže, a proto se mi líbí, že v Domově seniorů Benešov vytváří individuální plán sociální pracovník za spolupráce s klíčovými pracovníkem.

Respondentka R1 vystupuje v aktivizačních činnostech v roli zprostředkovatele, koordinátora a kontrolora. R2 a R3 se charakterizují jako přímí koordinátoři aktivit,

---

<sup>94</sup> MÜLLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2. vyd. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4172-7, s. 476

učitelé a hodnotitelé. R3 navíc udává roli informátora klientů o aktivitách a psování, kdy vodí psa za klienty při všech možných příležitostech pro zlepšení jejich nálady.

Respondentky se shodly na tom, že DS má problém s motivací klientů k aktivitám. R2 uvádí: „*Klienti bývají hodně pasivní, na aktivity nechtějí chodit. Možná to není problém jen u nás, mám pocit, že jsou celkově pasivnější a bez elánu.*“ Respondentky se dále shodly, že nejlepší motivací je pro klienty hmotný dárek, vřelost a přístup personálu.

Motivace seniorů k aktivnímu stylu života je však dle Štilce velmi obtížný a dlouhodobý úkol, kterým se zabývají všechny vyspělé státy světa a stále jsou úspěšní pouze částečně. Seniorský trápi několik bariér, kterými jsou např. bariéry fyzické a psychické, sociální, ekologické a zdravotní. Vznikla dokonce některá sociologická šetření, která prokázala, že lidé po odchodu do důchodu snižují svou fyzickou aktivitu, zejména to bylo potvrzeno u žen a u lidí s nižším vzděláním.<sup>95</sup>

Dle Suché je motivace v podstatě touha dosáhnout určitého cíle. Nedílnými komponenty motivace je důvěra ve vlastní schopnosti a vlastní potřeba dosažené změny. V praxi dle této autorky bývá těžké klienty v rezidenčních zařízeních k aktivitám přesvědčit, vždy bychom se však měli pokusit klienta alespoň pro nějakou aktivitu získat.<sup>96</sup>

Největší zájem mají klienti o pasivnější aktivity, dále aktivity hudební a aktivity se psem. Velký zájem je i o tzv. ranní skupiny, kde se mísí kondiční cvičení s trénováním paměti.

Výše zmíněné „Ranní skupiny“ jsou podle mě velmi dobře nastavenou aktivitou, která se každý den liší alespoň nějakým prvkem tak, aby tento prvek příliš nenarušil stereotypy, na které jsou senioři zvyklí. Aktivitě předchází uvedení do současného dění v České republice i ve světě a diskuse o aktuálních událostech. Poté se klienti uvolní při kondičním cvičení a plynule navážou na trénování paměti formou nejrůznějších her, což je velmi přirozené a klienti tak odchází ze skupiny dobře naladěni.

Sociální pracovník plánuje aktivity tak, aby klienty zaujal. Jeho role spočívají v koordinaci komunikace mezi klienty, zhodnocení schopností klientů a na základě

---

<sup>95</sup> ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál 2004. ISBN 80-7178-920-8, s. 24-25

<sup>96</sup> SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013.

ISBN 978-80-262-0335-3, s. 19

tohoto zhodnocení vybrat vhodnou aktivitu. R3 říká: „*Při aktivitách je důležitá i délka trvání aktivity, udržení pozornosti klientů a správné načasování. Je také potřeba vědět, kdy s aktivitou skončit a vystřídat ji jinou aktivitou, zkrátka to trochu prokládat aby toho na ně nebylo moc.*“

## Závěr

Cílem teoretické části bylo popsat sociální práci, roli a náplň činnosti sociálního pracovníka a jednotlivé aktivizační činnosti v Domově seniorů Benešov. Cílem praktické části bylo zjistit, jaké jsou možnosti a limity sociální práce se zaměřením na aktivizační činnosti týkající se udržení či obnovy psychických, pohybových a sociálních dovedností uživatelů služeb v Domově seniorů Benešov.

Pro zpracování cíle praktické části byly stanoveny výzkumné otázky, které se bezprostředně týkaly tématu. HVO: Jaká jsou specifika sociální práce v domově pro seniory? K hlavní výzkumné otázce byla zvolena dílčí výzkumná otázka. DVO: Jaká je role a činnost sociálního pracovníka v oblasti aktivizačních činností v domově pro seniory?

Výzkumu se zúčastnily všechny tři sociální pracovnice Domova seniorů Benešov, proto nelze výsledky paušalizovat. Rozhovor byl rozdělen do okruhů a výsledky byly rozděleny do stejných okruhů jako rozhovor. V práci je také použita analýza pracovních náplní respondentek a metoda SWOT analýzy, která byla vytvořena na základě odpovědí respondentek na výzkumné otázky.

Výsledky výzkumu ukázaly, že sociální práce je limitována mnoha faktory a existuje i mnoho možností, jak by se sociální práce v Domově seniorů Benešov mohla dále rozvíjet.

V práci je vyjmenována řada specifíků sociální práce se seniory. Velmi důležitým specifíkem je dle respondentů komunikace, která se vždy odráží na dalším jednání s klientem. Na sociálního pracovníka jsou kladeny vysoké nároky z hlediska multioborových znalostí, nejvíce z oblasti zdravotnictví a psychologie. Práce se seniory vyžaduje také specifické vlastnosti sociálního pracovníka, např. trpělivost a schopnost rychlého rozhodování a účinné psychohygieny, protože tato práce je psychicky velice náročná.

Výše zmíněná SWOT analýza stanovuje silné a slabé stránky, příležitosti a hrozby sociální práce a aktivizačních činností v Domově seniorů Benešov. Uvedenou SWOT analýzu může Domov seniorů Benešov využít pro zkvalitňování svých služeb.



Z výsledků výzkumu dále vyplývá, že role a činnosti v oblasti aktivizačních programů má každý sociální pracovník odlišné. Jedna respondentka dohlíží a metodicky řídí sociální práci v DS Benešov a kontroluje zajišťování zájmové a kulturní činnosti. Působí nejvíce v roli koordinátora. Dvě respondentky se přímo podílí na některých aktivitách, vedou složitější aktivizační programy, na které mají také speciální kurzy. Navrhují aktivizační činnosti a jsou v těsném kontaktu s aktivizační pracovníci. Tyto dvě respondentky shodně uvedly, že je jim nejbližší role přímého koordinátora aktivit, učitele a hodnotitele. Všechny sociální pracovnice se podílí na zprostředkování aktivit pro klienty.

Dalším poznatkem vyplývajícím z výzkumu je nedostatečná motivace klientů. V Domově seniorů Benešov jsou klienti nejčastěji motivováni k aktivitě přístupem a ochotou personálu a pracovníka, který aktivitu vede, dále prostředím, ve kterém se aktivita odehrává a také upoutávkou ve formě plakátu. Nejúčinnější motivace klientů k aktivitám vzniká v důsledku příslibení hmotného dárku nebo výhry, zde však narážíme na finanční možnosti DS Benešov.

Získané poznatky bakalářské práce bude možné využít jako zdroj o aktivizačních činnostech a sociální práci v Domově seniorů Benešov a také jako podklad pro zlepšování služeb DS. Práce bude využita jako zpětná vazba pro zařízení, kde byl výzkum realizován.

## Seznam použitých zdrojů

1. ČEGANOVÁ, M. *Využívání aktivizace seniorů pracovníky v sociálních službách pro seniory*, Brno: Masarykova univerzita, 2010
2. ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách. In: Sbírká zákonů České republiky. 2006, část 37, s. 1274. Dostupné z: <http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/ViewFile.aspx?type=c&id=4883>
3. Definice a cíle arteterapie. *Arteterapie.cz* [online]. © Česká arteterapeutická asociace 2012, [cit. 2013-12-02]. Dostupné z: <http://www.arteterapie.cz/?podkategorie=arteterapie&clanek=22>
4. Etický kodex sociálních pracovníků ČR. In: *eticky-kodex.cz* [online]. 28. únor 2011 [cit. 2014-07-14]. Dostupné z: <http://www.eticky-kodex.cz/eticky-kodex-socialnich-pracovniku-cr/>
5. GIBSON, F. *Reminiscence and Life Story Work*. Vyd. 4, Londýn: Jessica Kingsley Publishers, 2011. ISBN 978-1-84905-151-4
6. HAUKE, M. *Pečovatelská služba a individuální plánování*, Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3849-9
7. HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*, Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8
8. HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*, Praha: Portál, 2005. ISBN 978-80-7367-485-4
9. HROZENSKÁ, M. DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0
10. JANEČKOVÁ, H. *Jsem to pořád já. Využití vzpomínek při práci se seniory – reminiscence a životní příběh*. Praha: Česká alzheimerovská společnost, o.s., 2007. ISBN 80-86541-20-7
11. KANTOR, J. LIPSKÝ, M. WEBER, J. et al. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2846-9
12. KLEVETOVÁ, D. DLABALOVÁ, I. *Motivační prvky při práci se seniory*, Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9
13. KOZÁKOVÁ, Z. MÜLLER, O. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1552-6

14. KRIVOŠÍKOVÁ, M. *Úvod do ergoterapie*, Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-2699-1
15. LIEBMANN, M. *Skupinová arteterapie*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3
16. MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*, Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3
17. MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 1. vydání, 2003a. ISBN 80-7178-548-2
18. MATOUŠEK, O. a kol. *Základy sociální práce*. Praha: Portál, 1. vydání, 2001. ISBN 80-7178-473-7
19. MATOUŠEK, O. KODYMOVÁ, P. KOLÁČKOVÁ, J. *Sociální práce v praxi*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X
20. MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*, Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4
21. MLÝNKOVÁ, J. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3872-7
22. MUSIL, L. HUBÍKOVÁ, O. KUBALČÍKOVÁ, K. *Kvalifikační potřeby pracovníků v sociálních službách pro seniory: závěrečná práce z výzkumu*. Praha: VÚPSV, 2006
23. PICHAUD, C. THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-184-3
24. POKORNÁ, M. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3271-8
25. POSPÍŠILOVÁ, A. *Cvičení paměti pro seniory*. Praha: MPSV, 1996. ISBN 80-85529-23-8
26. PREISS, M. KŘIVOHLAVÝ, J. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2738-7
27. REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-3006-6
28. ROD, M. Co je ergoterapie?. In: *ergoterapie.cz* [online]. 25. červenec 2008 [cit. 2014-01-02]. Dostupné z: <http://ergoterapie.cz/Page.aspx?PageID=1>

29. ŘEZNÍČEK, I. *Metody sociální práce*. Praha: Slon, 1. vydání, 1994. ISBN 80-85850-00-1
30. SUCHÁ, J. *Cvičení paměti pro každý věk*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0140-3
31. SUCHÁ, J. JINDROVÁ, I. HÁTLOVÁ, B. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3
32. SWOT analýza. In: *managementmania.com* [online]. 12. říjen 2013 [cit. 2014-04-16]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/swot-analyza>
33. ŠICKOVÁ-FABRICI, J. *Základy arteterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 80-7178-616-0
34. ŠTILEC, M. *Program aktivního stylu života pro seniory*. 1. vyd. Praha: Portál 2004. ISBN 80-7178-920-8
35. VOJÍŘOVÁ, D. Aktivizace – proces, kterým jsou lidé vedeni k činnosti, *odborný časopis Sociální služby*, 10/2012, XIV. ročník, ISSN: 1803-7348
36. VRTIŠKOVÁ, M. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Tribun EU, 2009. ISBN 978-80-7399-877-6
37. WALSH, D. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-970-4

## **Přílohy**

Příloha č. 1 Záznamový arch pro polostrukturovaný rozhovor se sociálními pracovníci Domova seniorů Benešov.

### **1. Identifikační údaje**

- Pohlaví
- Věk
- Vzdělání/kurzy
- Délka praxe v DS

### **2. Specifika sociální práce se seniory**

- Jaká jsou specifika sociální práce se seniory?

### **3. Pracovní náplň**

- Jaká je vaše pracovní náplň?

### **4. Role sociálního pracovníka**

- Jaké role sociální pracovník v DS vykonává?

### **5. Možnosti a limity sociální práce v Domově seniorů Benešov**

- Vidíte nějaké možnosti sociální práce, které byste ještě mohli využívat?
- Existují faktory, které limitují sociální práci v DS?

### **6. Sociální práce**

- Co považujete za silné stránky sociální práce v DS?
- Co považujete za slabé stránky sociální práce v DS?

### **7. Aktivizace seniorů v DS Benešov**

- Jakým způsobem se klienti mohou o aktivitách dozvědět?
- Jaké aktivizační činnosti jsou klientům nabízeny?
- O jaké aktivizační činnosti mají klienti největší zájem?
- Jaké individuální aktivizační činnosti provádíte?
- Kolik klientů průměrně navštěvuje skupinové aktivity?

## **8. Role sociálního pracovníka v aktivizačních činnostech**

- Kolik pracovní doby vám zaberou aktivizační činnosti?
- Na kterých aktivizačních činnostech se pravidelně podílíte?
- Pokud se na nějaké aktivitě podílíte, jaká je vaše role?
- Jak motivujete klienty k aktivizačním činnostem?