



Volnočasové aktivity lidí s mentálním postižením v chráněném bydlení

Bakalářská práce

Studijní program:

B7506 Speciální pedagogika

Studijní obor:

Speciální pedagogika pro vychovatele

Autor práce:

Veronika Nedvědová

Vedoucí práce:

PaedDr.,PhDr. Jiří Miler, Ph.D.

Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky





TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
**Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická** ■

Zadání bakalářské práce

Volnočasové aktivity lidí s mentálním postižením v chráněném bydlení

Jméno a příjmení: **Veronika Nedvědová**
Osobní číslo: **P17000396**
Studijní program: **B7506 Speciální pedagogika**
Studijní obor: **Speciální pedagogika pro vychovatele**
Zadávací katedra: **Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky**
Akademický rok: **2018/2019**

Zásady pro vypracování:

Cíl: Popsat volnočasové aktivity u lidí s mentálním postižením v chráněném bydlení.

Požadavky: Formulace teoretických východisek, příprava průzkumu, sběr dat, interpretace a vyhodnocení dat, formulace závěrů.

Metody: Rozhovor, pozorování.

Při zpracování bakalářské práce budu postupovat v souladu s pokyny vedoucího práce.

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování práce:

tištěná/elektronická



Seznam odborné literatury:

- KOZÁKOVÁ, Z. 2013. Výchova a vzdělávání osob s mentálním postižením. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3714-9.
- KRAUS, B. 2001. Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky. Brno: Paido. ISBN 80-7315-004-2.
- KVAPILÍK, J. 1990. Zdravý způsob života mentálně postižených. Praha: Avicenum. ISBN 80-201-0019-9.
- KVAPILÍK, J. 1992. Pohybová aktivita mentálně postižených. Praha: Národní centrum podpory zdraví.
- MATOUŠEK, O. 1999. Ústavní péče. 2. přeprac. a rozš. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 80-85850-76-1.
- NAKONEČNÝ, M. 2014. Motivace chování. 3., přeprac. vyd. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-830-6.
- PIPEKOVÁ, J. 2014. Od edukace k sociální inkluzi osob se zdravotním postižením se zaměřením na mentální postižení. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-7581-8.
- SOLOVSKÁ, V. 2013. Rozvoj dovedností dospělých lidí s mentálním postižením. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0369-8.
- ŠVARCOVÁ-SLABINOVÁ, I. 2011. Mentální retardace: vzdělávání, výchova, sociální péče. 4., přeprac. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-889-0.
- VALENTA, M. 2012. Mentální postižení: v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3829-1.

Vedoucí práce:

PaedDr.,PhDr. Jiří Miler, Ph.D.
Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky

Datum zadání práce:

3. dubna 2019

Předpokládaný termín odevzdání:

30. dubna 2020

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.
děkan

V Liberci 3. dubna 2019

L. S.

Ing. Zuzana Palounková, Ph.D.
vedoucí katedry

Prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má bakalářská práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

15. dubna 2020

Veronika Nedvědová

Na tomto místě bych velice ráda poděkovala panu PhDr. PaedDr. Jiřímu Milerovi, Ph.D., za odborné vedení bakalářské práce.

Děkuji i kolektivu Centra 83 za vřelou pomoc a ochotu při výzkumném šetření.

Dále chci poděkovat mé rodině za podporu a v neposlední řadě mému příteli za cenné rady a trpělivost.

Děkuji!

ANOTACE

Práce se zabývá lidmi s mentálním postižením a jejich náplní volného času. Teoretická část předkládá obecné informace o mentálním postižení, přístupu k těmto jedincům, motivací a způsobech trávení volného času. Praktická část se poté zabývá především tím, jestli jedinec ví, co je volný čas a jak ho může využívat. Na základě rozhovorů s klienty a zaměstnanci z chráněného bydlení pak práce charakterizuje, jaké možnosti klient k trávení volného času má a které využívá.

Klíčová slova:

mentální postižení, chráněné bydlení, volný čas, motivace, možnost dalšího vzdělávání

ABSTRACT

This diploma thesis deals with mentally disabled people and their free-time activities. The theoretical part presents general knowledge of mental disabilities, professional approach to mentally disabled, motivation and means of spending free time. The practical part then deals with mentally disabled person's knowledge of free time and ways to spend it. The thesis then characterizes possibilities and opportunities of free-time activities based on interviews with clients and employees of protected housing.

Keywords:

mental disability, protected housing, free time, motivation, possibility of additional education

Obsah

| | |
|---|----|
| Úvod | 10 |
| 1 Mentální retardace..... | 12 |
| 1.1 Klasifikace mentální retardace | 13 |
| 1.2 Specifické znaky v oblasti mentální retardace | 16 |
| 2 Postoje v historii k lidem s mentálním postižením..... | 17 |
| 2.1 Péče o mentálně postižené v historii | 18 |
| 2.2 Označování lidí s mentálním postižením v historii | 19 |
| 3 Partnerství lidí s mentálním postižením | 21 |
| 4 Volnočasové aktivity..... | 22 |
| 4.1 Vymezení základních pojmů volného času | 23 |
| 4.2 Funkce volného času | 25 |
| 4.2.1 Definice jednotlivých funkcí..... | 26 |
| 4.3 Formy volného času | 27 |
| 4.3.1 Psychohygiena | 28 |
| 4.3.2 Zdravý životní styl | 29 |
| 4.4 Trendy ve volném čase pro jedince s mentálním postižením..... | 29 |
| 5 Možnosti dalšího vzdělávání lidí s postižením | 31 |
| 5.1 Celoživotní vzdělávání pro jedince s mentálním postižením | 31 |
| 6 Motivace..... | 33 |
| 6.1 Motivace lidí s postižením k volnému času | 34 |
| 6.2 Motivace lidí s postižením k učení..... | 34 |
| PRAKTICKÁ ČÁST | 36 |
| 7 Metodika práce..... | 37 |
| 7.1 Kvalitativní metoda: hloubkový rozhovor | 37 |
| 7.2 Kvalitativní metoda: experiment..... | 39 |
| 7.3 Kvalitativní metoda: pozorování..... | 39 |

| | | |
|------|---|----|
| 8 | Lokalita výzkumu – Centrum 83..... | 40 |
| 8.1 | Chráněné bydlení | 40 |
| 9 | Popis recipientů..... | 42 |
| 10 | Volnočasové aktivity v chráněném bydlení: na základě rozhovorů..... | 43 |
| 10.1 | Pracovní dílny | 44 |
| 10.2 | Rozvrh volnočasových aktivit, které nabízí chráněné bydlení..... | 45 |
| 11 | Pohled klientů na volnočasové aktivity..... | 47 |
| 11.1 | Žena č. 1 | 47 |
| 11.2 | Žena č. 2..... | 49 |
| 11.3 | Muž č. 1..... | 51 |
| 11.4 | Muž č. 2..... | 53 |
| 12 | Komparativní analýza: rozhovor s personálem..... | 56 |
| 12.1 | Hlubkový rozhovor: sociální pracovníce | 56 |
| 12.2 | Hlubkový rozhovor: asistentka z chráněného bydlení | 57 |
| 12.3 | Komparativní analýza zaměstnanců..... | 58 |
| 13 | Komparativní analýza zaměstnanců a klientů..... | 59 |
| 14 | Souhrn praktické části a doporučení | 61 |
| | Závěr..... | 63 |
| | Seznam použitých zdrojů..... | 64 |
| | Seznam příloh..... | 67 |

Seznam tabulek

| | |
|---|----|
| Tabulka 1: Základní informace o klientech | 42 |
| Tabulka 2: Volnočasové aktivity chráněného bydlení se spoluprací SPMP | 45 |
| Tabulka 3: Pondělní volnočasové aktivity chráněného bydlení ve spolupráci s pracovní dílnou | 46 |
| Tabulka 4: Rozřazení aktivit podle dotazované klientky (Žena č.1) | 47 |
| Tabulka 5: Denní plán klientky (Žena č. 1) | 48 |
| Tabulka 6: Rozřazení aktivit podle dotazované klientky (Žena č. 2) | 49 |
| Tabulka 7: Denní plán klientky (Žena č. 2) | 50 |
| Tabulka 8: Rozřazení aktivit podle dotazované klientky (Muž č. 1) | 51 |
| Tabulka 9: Denní plán klienta (Muž č. 1) | 52 |
| Tabulka 10: Rozřazení aktivit podle dotazovaného klienta (Muž č. 2) | 53 |
| Tabulka 11: Denní plán klienta (Muž č. 2) | 54 |

Úvod

Volnočasové aktivity lidí s mentálním postižením jsou široké téma a patří do nich mnoho podkapitol. Volný čas je pro život velmi důležitý a zorganizovat si ho je kolikrát těžké i pro zdravého jedince. Je hrozně jednoduché začít „nedělat nic“. A jak moc je to jednoduché pro jedince s mentálním postižením, který nemá žádnou motivaci? V bakalářské práci se pokusíme zjistit a zmapovat, jaké volnočasové aktivity probíhají v chráněném bydlení. Zda je k tomu potřeba motivace, jestli se klienti snaží najít zábavu sami nebo je ovlivňována partnery.

V teoretické části si nejprve vymežíme základní pojmy mentální retardace a další důležitá hesla, která se jí týkají. Na definice navážeme historií přístupu k lidem s mentálním postižením. Je důležité si vymežit základní osobnosti a jedince, abychom věděli, jaký byl k daným lidem dříve přístup a jaký přístup je v současnosti. V bakalářské práci se přesvědčíme o tom, že podpora a postoj lidí s postižením se mnohonásobně zlepšil, ale určitě by se nezlepšil nebýt průkopníků, kteří se touto tematikou zabývali.

Dále také otevřeme téma partnerství lidí s mentálním postižením. Toto téma je ve společnosti velmi citlivé a má kolem sebe mnoho předsudků. V bakalářské práci se pokusíme zjistit, jak ovlivňuje partnerství volnočasové aktivity. V chráněném bydlení, které autorka navštěvuje, je spousta párů, které se společně starají o svou domácnost.

V další kapitole budeme pokračovat v definicích a upřesnění volného času. Probereme podrobně jeho funkce a formy, které se rozdělují do dalších kategorií. Pokusíme se zjistit, která funkce má největší vliv na jedince s postižením.

Neopomeneme také vyčlenit další možnosti vzdělávání pro jedince s mentálním postižením. Jedná se především o kurzy a dobrovolné vzdělávání, ke kterému se jedinec rozhodne ve svém volném čase. Dobrovolné vzdělávání je velmi přínosné, nejen pro náš mozek, ale převážně i pro náš vnitřní pocit, jelikož se uspokojují naše potřeby a touhy po vědění.

Dalším důležitým tématem v bakalářské práci je motivace. Zde je třeba zkoumat, jakým způsobem se dají jedinci s mentálním postižením motivovat a jaké jsou k tomu třeba metody. Tuto kapitolu v teoretické části otevíráme v bakalářské práci z důvodu, že v praktické části budeme mapovat, jaké se používají metody motivace k vybízení k aktivitě lidí s mentálním postižením.

Praktická část se bude zabývat popisem volnočasových aktivit lidí s mentálním postižením v chráněném bydlení. K výzkumu autorka využije kvalitativní výzkumy, konkrétně hloubkový rozhovor, experiment a pozorování. Tato část má za úkol zmapování situace volnočasových aktivit, které chráněné bydlení nabízí, jaká je jeho účast, s jakými organizacemi chráněné bydlení dále spolupracuje. Pomocí hloubkových rozhovorů se autorka pokusí zjistit, zda klienti znají rozdíl mezi volným časem a povinností, jestli jsou s nabídkou trávení volného času spokojeni.

Bakalářská práce odpoví na tři výzkumné otázky, a to:

- 1. Jak ovlivňuje volbu volnočasové aktivity nutnost podpory druhého člověka?**
- 2. Jaký význam má motivace k volnočasovým aktivitám u lidí s mentálním postižením?**
- 3. Jak na lidi s mentálním postižením různé formy volnočasových aktivit působí a v čem jim pomáhají?**

Dále se bude pak věnovat podotázkám například, zda klienti tráví svůj volný čas raději ve skupině, v páru či samostatně.

V závěru bude porovnávat rozhovory personálu a klientů.

1 Mentální retardace

Mentální retardace nebo mentální postižení (volně přeloženo jako zpoždění duševního vývoje) má mnoho definic a vysvětlení, ale všechny se shodnou v tom, že každý jedinec s mentálním postižením má své specifické projevy a potřeby. Každý potřebuje jiný přístup, péči, komunikaci a zábavu.

Za jedince s mentálním postižením považujeme takové jedince, kteří zaostávají ve vývojových a rozumových schopnostech, dochází u nich k odlišnému vývoji psychických vlastností a k poruchám adaptačního chování. Hlavní příčinou mentálního postižení je organické poškození mozku. Podle doby vzniku mentálního postižení se určuje oligofrenie, tedy jestli je postižení vrozeného (tzn. období před početím, po, či během vývoje plodu) nebo získaného původu (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 24).

Mentální postižení je pojem, který se nejčastěji používá v pedagogice, speciální pedagogice a poradenské praxi. Mentální postižení se může využívat jako zastřešující pojem používaný v pedagogické dokumentaci a ve školství, který přibližně zahrnuje všechny jedince s IQ pod 85 (Valenta, 2012 s. 29–30).

Ve zdravotnictví, především v psychologii, je mentální postižení chápáno jako synonymum k mentální retardaci. V pedagogice jde však o dva rozdílné pojmy. Mentální postižení je totiž oproti retardaci chápáno z širší oblasti.

„Mentální postižení je širší pojem zahrnující kromě mentální retardace i hraniční pásmo kognitivně-sociálního omezení, které znevýhodňuje klienta především při vzdělávání na běžném typu škol a indikuje vyrovnávací či podpůrná opatření edukativního charakteru“ (Valenta 2012, s. 30).

„Mentální retardaci lze vymezit jako vývojovou poruchu rozumových schopností demonstrující se především snížením kognitivních, řečových, pohybových a sociálních schopností s prenatální, perinatální i časně postnatální etiologií, která oslabuje adaptační schopnosti jedince“ (Valenta 2012, s. 31).

Tento termín začala používat Světová zdravotnická organizace (WHO) a pozvolna nahradil celou řadu pojmů ve světě (Valenta 2012, s. 31).

1.1 Klasifikace mentální retardace

„Stupeň mentální retardace je určen na základě posouzení struktury inteligence a posouzení schopností adaptačního chování, orientačně také inteligenčním kvocientem a mírou zvládnání obvyklých sociálně-kulturních nároků na jedince“ (Valenta, 2012 s. 31).

Klasifikace mentální retardace vstoupilo v platnost v roce 1992 v Ženevě jako 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10), kterou zpracovává Světová zdravotnická organizace (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 27).

Klasifikace dělí mentální retardaci na šest základních kategorií:

- „F70 Lehká mentální retardace (*mild mental retardation*)
- F71 Středně těžká mentální retardace, nebo střední mentální retardace (*moderately mental retardation*)
- F72 Těžká mentální retardace (*severe mental retardation*)
- F73 Hluboká mentální retardace (*profound mental retardation*)
- F78 Jiná mentální retardace
- F79 Nespecifikovaná mentální retardace“ (Valenta, 2012 s. 31)

Kromě stupně mentálního postižení rozlišujeme i chování u těchto jedinců, například sebepoškozování a afekty vzteku. Při další poruše se za číslo MKN přidá další číslice tj.:

- „0 – žádné či minimálně postižené chování (např. F71.0 – středně těžká mentální retardace bez poruch chování, diagnóza typického klienta s Downovým syndromem)
- 1 – výrazně postižené chování vyžadující intervenci
- 8 – jiná postižení chování
- 9 – bez zmínky o postižení chování“ (Valenta, 2012 s. 31)

Lehká mentální retardace: IQ 50–69

Lidé s lehkou mentální retardací dokážou dosáhnout schopnosti užívání řeči za účelem dorozumívání – i když se řeč vyvíjí opožděně. Také jsou velmi často samostatní v sebeobsluze (hygiena, stravování, oblékání) a v domácích dovednostech (úklid, nakupování potravin). Dokážou se postarat o své základní potřeby.

Problémy se ale vyskytují v teoretické práci ve škole, mají problémy se čtením a psaním. U dětí s lehkou mentální retardací by se okolí mělo zaměřit na rozvoj jejich dovedností a kompenzování jejich nedostatků. Přirozeně by okolí mělo respektovat jejich pomalejší tempo učení a využívat výukové kompenzační pomůcky.

Dospělý člověk je schopen pracovat. Práce by měla umožňovat spíše praktické než teoretické schopnosti a měla by být zaměřena na manuální práci.

V sociálním začlenění nemusejí vznikat žádné problémy, ale to záleží na psychických vlastnostech jedince. Problém může nastat v případě, že jedinec s lehkým mentálním postižením nebude vědět, jak řešit daný problém, bude nepřizpůsobivý či nebude schopen se vyrovnat s požadavky, které jsou důležité v sociálních vztazích (přátelství, partnerství, manželství).

Při lehké mentální retardaci se mohou projevit i další patologické stavy, jako například autismus, epilepsie, poruchy chování nebo porucha hybnosti (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 27–28).

Středně těžká mentální retardace: IQ 35–49

U lidí se střední mentální retardací je značně opožděný rozvoj chápání a užívání řeči. Všechny složky a činnosti jedince jsou omezené (např. sebeobsluha, zručnost, pokroky při vzdělávání), ale někteří jsou schopni si osvojit čtení, psaní a počítání. Speciální vzdělávací programy mohou rozvíjet omezené vlastnosti jedinců a pomáhat jim v sebevzdělávání a v sebezdokonalování, dále jim umožňují získávat základní vědomosti a dovednosti.

V dospělosti jsou tito jedinci schopni vykonávat jednoduchou manuální práci, ale úkoly musí mít jasný postup a s jedincem by měl spolupracovat odborný pracovník, který bude kdykoliv nápomocný a bude na pracovníka dohlížet.

Jedinec se středním mentálním postižením je málokdy schopen vést samostatný život, ale existují výjimky. V této skupině jsou obvykle rozdíly v povaze psychických schopností. Někteří jedinci dosahují vyšší úrovně v dovednostech, zatímco jiní jsou značně neobratní, ale jsou schopni komunikace.

V úrovni vývoje řeči jsou velké rozdíly. Někteří jedinci jsou schopni jednoduché konverzace, zatímco druzí nedokážou sdělit své základní potřeby. Další skupina se nenaučí mluvit nikdy, ale dokáže porozumět mluvenému slovu – tito jedinci se mohou naučit komunikovat jiným způsobem, například gestikulací, obrázkovými kartami či další formou nonverbální komunikace.

U velké části jedinců se středním mentálním postižením je přítomen autismus nebo jiné vývojové poruchy, které ovlivňují způsob, jak s postiženým jednat. Často se také objevuje epilepsie nebo porucha hybnosti (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 28–29).

Těžká mentální retardace: IQ 20–34

„Tato skupina je velmi podobná středně těžké mentální retardaci, pokud jde o klinický obraz, přítomnost organické etiologie a přidružené stavy. Většina jedinců trpí velkým stupněm poruchy motoriky nebo jinými přidruženými vadami, které prokazují přítomnost klinicky signifikantního poškození či vadného vývoje ústředního nervového systému.“

Možnosti vzdělávání a výchovy těchto lidí jsou značně omezené, ale praxe poukazuje na to, že včasná systematická a dostatečně kvalifikovaná rehabilitační výchovná a vzdělávací péče může významně přispět k rozvoji jejich motoriky, rozumových schopností, komunikačních dovedností, jejich soběstačnosti a celkovému zlepšení jejich života“ (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 29).

Hluboká mentální retardace: IQ nižší než 20

Jedinci s hlubokou mentální retardací jsou těžce omezeni ve své schopnosti porozumět požadavkům nebo jim vyhovět. Většina jedinců je imobilní nebo jsou mnohdy omezeni v pohybu. Bývají inkontinentní a jsou jedinci, kteří jsou schopni rudimentální neverbální komunikace například kývání hlavou. Tito jedinci se neumí postarat o své potřeby, ale jsou samozřejmě i výjimky, které některou část sebeobsluhy zvládnou. Vyžadují stálou pomoc a dohled.

Výchova a vzdělávání jsou značně omezené, jelikož mnohdy jedinec s postižením ani nedokáže porozumět sdílenému obsahu. *„Lze dosáhnout nejzákladnějších jednoduchých zrakově prostorových orientačních dovedností a jedinec s postižením se může při vhodném dohledu a vedení podílet malým dílem na domácích a praktických úkonech a sebeobsluze“ (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 30).*

U hluboké mentální retardace je velmi častá vývojová porucha, např. atypický autismus (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 30).

Jiná mentální retardace

Tato skupina by měla být používána jen tehdy, když je nesnadné nebo nemožné určit stupeň intelektové retardace pomocí obvyklých metod. Nejčastěji je to u osob, které mají senzorické nebo somatické poškození, např. u nevidomých, neslyšících, nemluvicích, u jedinců s těžkými poruchami chování, osob s autismem nebo u těžce tělesně postižených osob (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 30).

Nespecifikovaná mentální retardace

Nespecifikovaná mentální retardace znamená, že je u jedince mentální retardace prokázána, ale není dostatek informací, aby bylo možné zařadit jedince do jedné z uvedených kategorií – lehká, středně těžká, těžká, hluboká, jiná mentální retardace (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 30).

1.2 Specifické znaky v oblasti mentální retardace

Trvalost

Jeden z hlavních znaků mentálního postižení je trvalost. Při různých infekčních nemocech nebo otřesu mozku může nastat situace, která vede k poruchám nervových procesů. Důsledkem toho může být přechodné porušení duševního vývoje a schopností. Tento proces většinou nebývá trvalý a mnohdy sám odezní, proto ho nemůžeme nazvat mentálním postižením.

U mentálního postižení nebo mentální retardace se tedy vyskytuje trvalé snížení rozumových schopností, které vzniklo v důsledku organického poškození mozku (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 25).

Handicap

Pojem handicap má původ ve dvou anglických slovech: hand – ruka, cap – klobouk. Volně přeloženo jako ruka v klobouku. Jen z názvu lze předpokládat, že člověk je určitým způsobem omezený.

Pojem handicap se většinou používá pro vyjádření rozporu mezi osobou s postižením a prostředím. Jedná se o omezení v účasti ve společnosti na stejné úrovni jako ostatní lidé (Švarcová – Slabinová, 2011 s. 25).

2 Postoje v historii k lidem s mentálním postižením

Postoj většinové společnosti k postižením je jedním z klasických témat sociální vědy. Společenské postoje značně ovlivňují každodenní život, postoje a chování osob s mentálním i jiným postižením. Jestliže jsou negativní, fungují jako neviditelné bariéry, které brání začlenění do společenského, vzdělávacího a pracovního života. Negativní postoje zahrnují stigmatizaci (značná odlišnost sociálním dopadem) osob s postižením, soucit, rozpaky či strach v každodenním kontaktu, nízká očekávání, předsudky (stereotypy), negativní postoje a diskriminaci. Tyto všechny příznaky mohou způsobit odmítání společnosti a izolaci, jedinec se bude uzavírat sám do sebe (Pipeková, aj. 2014 s. 14)

Jedinci s mentálním postižením jsou nejvíce vylučováni ze vzdělávání, zaměstnání, ale i ze společenského života. Důsledkem je málo pozitivních zkušeností s lidmi s mentálním postižením, dále situaci také napomáhají předsudky, které ve společnosti stále přetrvávají, a v neposlední řadě je to nedostatečná informovanost o lidech s mentálním postižením. Příčinou negativních postojů může být obtížnost v komunikaci. Lidé neradi navazují jakýkoliv kontakt s jedinci, kteří se liší od běžné populace, protože se obávají omezené komunikace jedinců s mentálním postižením, reakcí, snížené schopnosti sebeovládání a celkově odlišného chování od očekávané normy. Čím více je chování odlišné od obecně akceptovaných norem, tím jsou postoje veřejnosti negativnější (Pipeková, aj. 2014 s. 14).

„Postoje nemají individuální rozměr, ale jsou součástí rámce, v němž interpretujeme své sociální prostředí, a zároveň mají velký vliv na naše chování. Postoje jsou převážně naučené například od učitelů, rodičů, v prostředí, ve kterém vyrůstáme. Jsou poměrně stabilní“ (Pipeková, aj. 2014 s. 14).

Ve společnosti hlavně neustále přetrvávají následky historické nevědomosti. Tento problém má mnohdy podobu systémové diskriminace. V současnosti se diskriminace občanů s mentálním postižením projevuje bohužel stále, ale můžeme se domnívat, že poněkud mírnějším způsobem. Nyní jde zejména o dlouhodobé nerespektování a neznalost základních odlišností, které skupinu definují. Nejvíce se diskriminace objevuje v oblasti společenských zvyků a vztahů, architektonických, vzdělávacích a pracovních bariér (Valenta, 2012 s. 63).

2.1 Péče o mentálně postižené v historii

Mentální retardaci sledovali už významní myslitelé ve starověku například Marcus Fabius Quintilianus. Ten tvrdil, že tupost a neschopnost jsou vzácné a dítě se od přírody rodí s rozumovou činností a chápavostí. Hlubší informace pocházejí až z období renesance. Zde Juan Luis Vieves dospěl k závěru, „že kromě pilných v práci a pohodlných jsou takový, kteří učiní lehce první kroky, ale pak jsou dezorientováni, protože v plném právu jejich duch zahalen do jakési mlhy, která tu ještě nebyla, když jako začátečníci a nováčci počínali své dílo“ – to uvedl ve svém díle Úvod k moudrosti.

U Jana Amose Komenského už se projevil pokrok v názorech, jelikož si uvědomoval rozdíl mezi dětmi. Rozlišoval mezi dětmi šest stupňů duševních schopností:

- první typ – nejvhodnější ke studiu, děti bystré, chtivé vědění
- druhý typ – děti je potřeba podněcovat neboli motivovat, děti vtipné, hravé, poslušné
- třetí typ – děti vtipné, učenlivé, zatvrzelé a vzurné
- čtvrtý typ – i tyto děti jsou učenlivé, ale učení je zdlouhavé a těžkopádné, musíme se jim přizpůsobovat, pomáhat jim
- pátý typ – děti tupé, vlažné a liknavé, ale ani u těch se nevzdává naděje, pokud to nejsou děti vzurné, vyžadují vedení a trpělivost
- šestý typ – děti tupé, hloupé a vzurné.

Jan Amos Komenský chtěl, aby se věnovala pozornost všem dětem podle jejich individuálních zvláštností a využívaly se vhodné výchovné postupy. Komenský se sice k tématice mentální retardace vyjadřoval, ale více se jí nevěnoval (Monatová, 1998 s. 45).

Švýcarský lékař Jakub Guggenbůla měl velmi zajímavý přístup k mentální retardaci. Jeho přístup ovlivnilo náhodné setkání s jedincem, který trpěl kretenismem. Díky němu založil v roce 1841 Léčebnu s výchovným ústavem v Abendbergu. Byl totiž přesvědčený, že kretenismus je oproti idiocii léčitelný při dodržování určitých podmínek. Do svého výchovného programu zařadil podávání léků, výuku založenou na názornosti, rozvíjení otupělých smyslových orgánů, tělesnou a duševní hygienu, pobyt na čerstvém vzduchu a bezmasou stravu.

Lékař Edouard Seguin vytvořil novou metodu výchovy a léčení slabomyslných. V roce 1846 vydal publikaci s názvem *Morální, hygienická a výchovná péče pro idioty a jiné zaostalé děti*. Na tuto metodu hlavně navázala lékařka Maria Montessoriová, která dospěla k přesvědčení, že psychicky opožděné a zaostalé děti potřebují pro svůj vývoj pohybovou a manuální aktivitu. Zabývala se výchovou rozumově opožděných dětí a pokoušela se rozvinout a zdokonalit jejich smyslové orgány. Používala didaktické pomůcky.

Další nový přístup měl lékař Ovide Decroly, který se zabýval mentálně handicapovanými dětmi. Používal výchovné hry jako terapeutický a didaktický prostředek. Tento lékař vymyslel mnoho her, které publikoval a následně na něj navázala Alice Descoedresová, která jeho publikaci doplnila. Podává v něm přehled o hrách rozvíjející smysly, pozornost, paměť, analýzu a syntézu, abstrakci, kombinační schopnosti a obrazivost, vývoj pojmu množství a uvedení do matematiky. Píše o metodě čtení, gramatice, porozumění jazyku, orientaci v prostoru a času i rozvoji grafického projevu (Monatová, 1998 s. 46–47).

Z tuzemských pedagogů se mentální retardaci zabýval Karel Slavoj Ameriling, který byl také filozof a lékař. Založil ústav pro postižené, kde je vyučoval a vychovával, zkoumal dědičné zatížení i prostředí z kterého přicházeli. Ústav sloužil především k výuce manuálních a řemeslným pracím (Monatová, 1998 s. 48).

František Čáda se zabýval pedopatologickými otázkami, věnoval se výchovné péči o úchylné děti a mládež. František Čáda byl psycholog, pedagog a filozof, který se jako první u nás zabýval systematickým zkoumáním dítěte a snažil se o aplikování modernějších metod při jeho výchově.

Za jednu z nejznámějších osobností můžeme považovat francouzského psychologa Alfréda Bineta, který vyvinul inteligenční testy. V roce 1904 byl jmenován členem komise pro organizaci vyučování handicapovaných dětí.

Binet chtěl odlišit normální děti od dětí s defektem. Počátkem jeho experimentu bylo zjišťování inteligence dětí – souvisel s úkolem vybrat je pro tehdejší pomocné školy. Pro hodnocení zaostalých dětí použil inteligenční testy a dospěl k názoru, že když má jedinec opožděné rozumové vlastnosti o dva roky, patří mezi slabomyslné. K podrobnějšímu odlišení dětí debilních, imbecilních a idiotických tvořily inteligenční testy v Binetově pojetí důležitý podkladový materiál. Binet dále zjišťoval rozdíly mezi chronologickým a mentálním věkem. Stanovil diagnózu intelektového stupně od tří do patnácti let, aby se mohl pokusit určit jejich mentální retardaci (Monatová, 1998 s. 49).

Roku 1909 začaly vznikat speciální třídy pro děti, které nestačily běžnému výukovému tempu (Monatová, 1998 s. 49).

2.2 Označování lidí s mentálním postižením v historii

V předchozí kapitole jsme se seznámili s menší částí pedagogů a lékařů, kteří se zabývali lidmi s mentálním postižením a kteří se je snažili definovat a určitým způsobem je nazývat. Dřívější oslovování lidí s mentálním postižením na nás dnes působí jako nadávky.

Rozdělovali se do čtyř skupin:

- F70 – debilita
- F71 – imbecilita
- F72 – idioimbecilita, prostá idiocie
- F73 – idiocie, vegetativní idiocie (Valenta, 2012 s. 31)

3 Partnerství lidí s mentálním postižením

Tuto kapitolu v bakalářské práci otevíráme z důvodu výzkumu v praktické části, kde se pokusíme zjistit, zda nějakým způsobem partnerství ovlivňuje volnočasové aktivity. Je přirozené, že s partnerem se zájmy změní nebo se rozšíří, ale pro účely práce by bylo zajímavé zjistit, do jaké míry je to u lidí s mentálním postižením.

Pipeková a Vítková uvádí, že „mnoho osob už od útlého věku je deprimováno.“ Přirozená potřeba být milován může být u osob s mentálním postižením často oslabená, jelikož mohou vyrůstat ve stacionářích a blízkost rodičovské lásky nepoznají do maximální míry. Ale i u osob s mentálním postižením, které vyrůstají s rodiči, mohou nastat potíže. Rodiče často zaskočí situace, kdy jejich dospělé dítě s postižením začnou zajímat osoby druhého pohlaví. Mnoho rodičů si nedokáže připustit, že jejich dítě má sexuální potřeby, které chce a musí uspokojovat. Potřeba blízkého člověka či lásky přátel je u lidí s mentálním postižením velmi silná. Mít partnera se mnohdy rovná myšlence „být víc, jako ti normální“ (Pipeková, aj. 2014 s. 173).

Autorka chráněné bydlení už v minulosti navštívila za účelem školní praxe a téma partnerství lidí s mentálním postižením ji velice zaujalo. Partnerství v chráněném bydlení je velmi častý jev. Klienti na to, že mají partnera, byli velice hrdí a aktivně chodili za autorkou, aby se jím pochlubili.

V chráněném bydlení, které autorka navštívila, žijí klienti v oddělených buňkách, kde je jeden pokoj a sociální zařízení. Klienti, kteří mají partnery, ovšem mohou žít spolu a starat se o svou vlastní domácnost společně.

Partnerství však může být pro jedince s mentálním postižením velmi bolestné téma, jelikož se jim nemusí podařit se s někým seznámit. Ve věku, kdy si začínají uvědomovat svou sexualitu, si začínají také mnohem více uvědomovat své postižení.

Situace osob s mentálním postižením v oblasti sexu a partnerství je velmi složitá. Jen málokterí jedinci dosáhnou do takové míry samostatnosti, aby jim dovolila žít přirozeným partnerským a sexuálním životem bez dozoru rodičů nebo sociálních pracovníků (Madzáková, 2013 s. 47).

Mnohdy se také může stát, že se klient může zamilovat do personálu, který o něj pečuje. Milé chování pečujícího může v klientovi vyvolat sympatie, které přecházejí v zamilovanost. Zde je potřeba udržet profesionální přístup a s klientem si na toto téma otevřeně promluvit, popřípadě změnit pečující personál a vztah definitivně ukončit (Matoušek, 1999 s. 121).

4 Volnočasové aktivity

Volný čas v našem životě může mít mnoho podob. Můžeme ho trávit aktivně i pasivně. V následující kapitole si vymezíme základní pojmy a způsoby, jakými se ve volném čase mohou lidé s mentálním postižením vzdělávat.

Pro zdravého jedince je přirozené si volný čas plánovat. V dnešní době je i velmi častý jev, že člověk má mnoho koníčků a „nuda“ je pro něho nepředstavitelná. „Nedělat nic“ je v dnešní době podle společnosti špatné a mnoho lidí už se „nudí“ ani moc neumí. Když ovšem jedinec s mentálním postižením „nedělá nic“, může to sklouznout až do absolutního nezájmu v konání činností.

V úvodu v této kapitole se také musíme zmínit, že ve volnočasové aktivitě je velmi důležitá práce pedagoga, lektora či sociálního pracovníka. Pracovník se musí vžít do mnoha rolí:

- Pedagog, lektor nebo sociální pracovník v roli **diagnostika** – zjišťuje, rozpoznává a zkoumá zájmy jedince.
- Pedagog, lektor nebo sociální pracovník v roli **stimulátora** a **animátora** – využívání všech možných motivačních prostředků. Také musí jedince respektovat.
- Pedagog, lektor, nebo sociální pracovník v roli **koordinátora** a **integrátora** – odpovídá za průběh volného času, má na starosti program aktivit a strukturu.
- Pedagog, lektor, nebo sociální pracovník v roli **organizátora** a **poradce** – účastní se organizování akce.
- Pedagog, lektor nebo sociální pracovník v roli **administrátora** – zde se může obracet na další centra, která poskytují volnočasové aktivity.
- Pedagog, lektor nebo sociální pracovník v roli **dramaturga** – při aktivitách může otevřeně nebo skrytě vstupovat do průběhu akce.
- Pedagog, lektor nebo sociální pracovník v roli **reedukátora** – tuto roli pedagog uplatňuje převážně, když pracuje s jedinci, kteří jsou mravně oslabení. Většinou pochází ze sociálně slabších rodin.
- Pedagog, lektor nebo sociální pracovník v roli **konzultanta** – poskytování rad.
- Pedagog, lektor nebo sociální pracovník v roli **katalyzátora** – pedagog ve volnočasových aktivitách je skrytý a pozoruje dění. Všechnu aktivitu vede zpovzdálí.
- Pedagog, lektor, nebo sociální pracovník v roli **vědeckého pracovníka** – může se podílet na výzkumných projektech (Spousta, aj. 1996 s. 9-10).

4.1 Vymezení základních pojmů volného času

Čas

Čas je jednotka, kterou lze vyčerpat. Existuje několik druhů časů, které se uvádějí v literatuře:

- čas života,
- čas komunikace,
- čas prezentace světa (čas kosmický, biologický a sociální),
- čas ve vědeckém poznání a jeho měření.

Čas je jedinou jistotou v lidském životě. V životě čas přináší různé překážky a výzvy, se kterými se člověk musí vyrovnávat a musí jim čelit. Každý z nás by se měl snažit, aby svůj čas využíval aktivně a měl by ho zhodnocovat co nejlépe (Hájek, aj. 2011 s. 10).

Volný čas

Čas, který se zabývá pracovními a mimopracovními povinnostmi. Tyto povinnosti se nevykonávají pod tlakem závazků, které jsou nutností pro společenské začlenění. Činnosti ve volném čase přináší člověku radost, příjemný požitek a očekávání.

Stále častěji se vytvářejí takové aktivity, které působí na všestranný rozvoj osobnosti, formování společenských vztahů. Opět tato činnost vychází z dobrovolnosti a rozhodnutí člověka, jestli se chce zapojit a do jaké míry (Hájek, aj. 2011 s. 11).

Na volný čas existují i různé pohledy, které nám termín ještě hlouběji objasňují:

- **Ekonomické hledisko:** kolik prostředků společnost investuje do různých institucí, které se zabývá volným časem.
- **Sociologické a sociálně-psychologické hledisko:** pozorování, jak se při volnočasových aktivitách vytvářejí mezilidské vztahy.
- **Politické hledisko:** jak moc bude politika zasahovat do volnočasových aktivit – převážně ve školství.
- **Zdravotně – hygienické hledisko:** zkoumá a podporuje zdravý duševní a tělesný vývoj jedince.
- **Pedagogické a psychologické hledisko:** podporuje věkové a individuální zvláštnosti (Pávková, 1999 s. 17-19)

Nuda

Jelikož má člověk mnohem více volného času než v minulosti (důvodem je především zkracování pracovní doby), může člověk mít problém s plánováním přebytečného času. Dalším důvodem může být i snižování času stráveného domácími pracemi (např. vaření, praní, mytí nádobí).

Nuda může být definována také jako chronická deprese nebo depresivní nuda – maskovaná deprese. Existují tři základní skupiny v populaci, které jsou ohroženy nudou:

1. Lidé, kteří se nenudí. Nacházejí dostatek podnětů ve svém prostředí a reagují na ně.
2. Lidé, kteří neustále vyhledávají nové a silnější podněty či zábavu. Tato skupina se chronicky nudí, proto mají neustálou potřebu měnit svou činnost – nudu si ale neuvědomují.
3. Lidé, kteří na žádné podněty ani aktivity nereagují – tato skupina je nemocná nudou.

Nuda není přebytek času, jak si mnozí z nás myslí, mnohdy je velmi zdravé nedělat „nic“. Problém nudy spočívá v jeho náplni a vytváření kompetencí volného času (Hájek, aj. 2011 s. 11–12).

Únava

Je přirozené, že se při jakékoliv aktivitě člověk unavuje a jeho tělo ochabuje. Proto je důležité, aby si při této fázi jedinec odpočinul. Pakliže tak neučiní, tělo bude odmítat další aktivitu a únava se pak může stát chronickou.

Únava se může projevovat různými způsoby:

- snížení pracovní schopnosti,
- projev před tím nepřítomné únavy při zátěži,
- emocionální změny zájmu o práci,
- poruchy spánku,
- snížená duševní pracovní schopnost a
- psychohygienická opatření (Spousta, aj. 1996 s. 17).

Odpočinek

Odpočinek je důležitý jak pro tělesnou, tak i duševní stránku. Umění odpočívat udržuje jedince ve zdravé kondici a práceschopnosti (Spousta, aj. 1996 s. 17).

V dnešní době je však problém, že jedinci nejsou schopni efektivně odpočívat. Tato problematika se řadí do patologie volného času. Hlavní příčinou neschopnosti odpočívat je velké pracovní nasazení v zaměstnání. Jedinec se často nedokáže od své práce odpoutat. Další příčinou je neznalost pravidel psychohygieny. Jedinec neefektivně využívá svůj volný čas například pasivní aktivitou (Spousta, aj. 1996 s. 14).

4.2 Funkce volného času

Funkce volného času lze vymezit do čtyř základních kategorií:

- funkce výchovně-vzdělávací,
- funkce zdravotní,
- funkce sociální a
- funkce preventivní.

Každá instituce, která se zabývá volným časem, plní některou z těchto funkcí. Samozřejmě se vývoj funkcí během minulosti měnil a vyvíjel. V historii se kladl důraz především na funkci sociální a preventivní. Tato funkce se především uplatňovala v útulcích a sirotčincích. Hlavním záměrem této funkce bylo děti ohlídat a odvrátit jejich pozornost od nevhodných aktivit, které byly pro společnost nežádoucí.

V současnosti je za prioritní funkci považována výchovně-vzdělávací. Tato funkce má za cíl cílevědomé formování vychovávaných jedinců. Zaměřuje se na všechny složky osobnosti člověka – tělesnou, psychickou a sociální. Volnočasové aktivity by měly podporovat zájmy člověka, rozvíjet jeho schopnosti, uspokojovat a kultivovat jeho potřeby. Při využívání zajímavých činností lze jedince motivovat k tomu, aby získávali nové vědomosti, dovednosti a začali se ve volném čase sami vzdělávat. Tyto aktivity pak jedincům pomáhají k sebeuspokojení a kladnému hodnocení (Hájek, aj. 2011 s. 72).

U jedince s mentálním postižením by se měl dbát velký důraz na funkci zdravotní. K této funkci by se mělo přistupovat tak, aby ji jedinec s mentálním postižením přijal za své a měl o ní přehled. S touto funkcí by se u takovýchto jedinců mělo začínat již od raného věku a ve volném čase by se jim měli učit, aby byli schopni v rámci svých možností se o sebe postarat nebo se případně postarat také i o svou domácnost. Zdravotní vztah lze podpořit různými způsoby:

- **Respektování biorytmů člověka** – režim dne by se měl upravovat, aby vyhovoval individuálnímu biorytmu každého jedince. Mnohdy je důležité střídání aktivit, například po tělesné aktivitě by měl následovat odpočinek nebo po naplánované akci by měl přijít spontánní zážitek.
- **Pohybové aktivity** – volnočasové aktivity by měly hlavně zahrnovat pohyb, protože pro zdravý vývoj je nezbytný.

- **Stravování** – pro člověka s mentálním postižením je těžké stravovat se zdravě. Jestliže k tomu není vedený druhou osobou (například rodinným příslušníkem), sám tak většinou neučiní. Tuto funkci však může zařizovat jídelna, jestliže jedinec dochází do stacionáře nebo bydlí v chráněném bydlení. Stravování je také bráno jako společenská záležitost. Mělo by probíhat v příjemném prostředí a bez spěchu.
- **Hygienické návyky** – tato položka by se neměla zabývat jen osobní hygienou, ale i péčí o osobní věci, oděv, obuv a prostředí, ve kterém jedinec žije. Také je velice důležitý odpočinek a celkový režim činností. Neopomenutelnou položkou je také duševní a sexuální hygiena. U jedince s mentálním postižením je důležité, aby se na osobní hygienu dohlíželo, popřípadě aby pečující nabídl pomoc. V tomto ohledu opět záleží na schopnostech jedince s postižením. Cílem je, aby jedinec žil harmonicky a v pohodovém prostředí (Kvapilík, aj., 1990 s. 63).
- **Bezpečnost práce** – zásady bezpečnosti práce jsou určeny příslušnými právními předpisy. Jakákoliv dohlízející osoba má povinnost jedince s pravidly seznámit a dbát na to, aby se dodržovaly (Hájek, aj., 2011 s. 73).

Další zajímavý způsob funkcí a možností volného času vymezuje H. W. Opaschowski:

- rekreace (zotavení, uvolnění),
- kompenzace (odstraňování zklamání a frustrace),
- výchova a další vzdělávání (učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení),
- kontemplace (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavby),
- komunikace (sociální kontakty a partnerství),
- participace (angažování se na vývoj společnosti),
- integrace (stabilizace života rodiny a vrůstání do společenských organismů),
- akulturace (kulturní rozvoj, rozvoj v tělesných aktivitách, v technických atd.) (Hájek, aj. 2011 s. 10–11).

4.2.1 Definice jednotlivých funkcí

Výchovná funkce

Na výchovnou funkci je kladen největší důraz. Snaží se o rozvíjení schopností jedinců. Jejím cílem je kultivování usměrňováním zájmů, aby jedinci byli schopni díky svým aktivitám uspokojovat svou potřebu formování morálních vlastností.

Výchovná funkce se snaží podporovat u jedinců takové zájmy, které budou pro jedince prospěšné v oblasti celoživotního vzdělávání (Pávková, 1999 s. 42).

Zdravotní funkce

Zdravotní funkce jsme podrobně probrali v předchozí kapitole. Jedná se však o regulování režimu dne tak, aby podporoval zdravý duševní a tělesný vývoj jedince (Pávková, 1999 s. 42).

Sociální funkce

Výchovná a vzdělávací zařízení pro volný čas mají možnost částečně regulovat rozdíly mezi jedinci například nestejně materiální i psychologické podmínky v rodinách jedinců. Tato funkce se dále zabývá vytvářením a upevňováním sociálních vztahů.

Sociální funkce je důležitá především v institucích, které nahrazují rodinu např. stacionáře nebo dětské domovy (Pávková, 1999 s. 42).

Preventivní funkce

Preventivní funkci chápeme jako prevenci proti negativním jevům. Dále se rozděluje do tří rovin:

- primární prevence (stanovená pro všechny jedince, kteří nejsou kriminálně narušení),
 - sekundární prevence (zabývá se kriminálními jedinci),
 - terciární prevence (snaží se o zabránění recidivity)
- (Pávková, 1999 s. 43).

4.3 Formy volného času

V této kapitole si rozdělíme formy volného času. Konkrétně se jedná o aktivní a pasivní trávení volného času.

a) Aktivní využívání volného času

Tato forma zabraňuje jedinci, aby konal nevhodné aktivity jako například krádeže či požívání drog a alkoholu. Měla by být základem pro zdravý životní styl a dále by měla působit jako prevence před patologickými jevy. Počátek osvojení aktivního využívání volného času začíná v dětství – tedy způsob, jakým bylo dítě vychováno.

Aktivní využívání volného času by určitě mělo obsahovat několik funkcí, které jsme si popsali v předchozí kapitole:

- fyzická aktivita,
- výtvarná aktivita,
- pohyb na čerstvém vzduchu,
- společenské činnosti a

- zábava, která snižuje duševní napětí.

b) Pasivní trávení volného času

Pasivní trávení volného času se projevuje u jedince nezájmem uspokojovat své potřeby a mít z aktivity nějaký požitek.

Aktivity, které do této skupiny patří:

- chronické sledování televize a hraní počítačových her,
- chození do restaurací jen proto, aby zahnali nudu,
- aktivity s pomocí násilí, drog, alkoholu atd. (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, 2002).

Existují ovšem i další formy, které se opírají o konkrétní volnočasové aktivity: jedná se například o:

- pracovní,
- zájmové,
- organizační
- pravidelné,
- či příležitostné činnosti,
- tělesnou výchovu i cvičení (Spousta, aj. 1996 s. 5-36).

4.3.1 Psychohygienu

Každou volnočasovou aktivitu lze určitým způsobem zkoumat. Můžeme měřit, jakou měrou daná činnost jedinci způsobuje újmu, která mu prospívá, či se ho nijak nedotýká. Volnočasové aktivity se zkoumají z různých hledisek, například politické hledisko, ekonomické atd. Avšak k posouzení užitečnosti daných činností je nejlepším nástrojem psychohygienu.

Psychohygienu zahrnuje poznatky z přírodních, společenských a technických věd. Tyto vědy používá v péči o jedince, ke zdravému vývoji, začlenění do společnosti a celkovému prožitku kvalitního života. Hlavním cílem psychohygieny tedy je zajistit zdravý stav jedince jak po duševní, tak i tělesné stránce. Pro psychohygienu je volný čas velmi důležitý, protože si daný člověk vybírá aktivity sám bez tlaku a očekávání. Ostatní aktivity jsou vždy určeny nějakými pravidly. Proto by měl volný čas mít takovou strukturu a složení, aby podporoval a ovlivňoval rozvoj osobnosti jedince (Spousta, aj. 1996 s. 11).

Psychohygienu má i svá pravidla k využívání volného času:

1. Volný čas není zbytečný a jeho trávení je důležité pro život.
2. Jedinec by si měl uvědomovat své následky a plně přebírat odpovědnost za své činnosti ve volném čase.
3. Volný čas je individuální a měl by individuálnost respektovat.

4. Z volného času by se měla odstranit nucenost.
5. Volný čas se plánuje s fantazií.
6. Neplánovat si volný čas tak, aby navazoval na zaměstnání. Aktivita by měly být odlišené.
7. Volný čas má jedinec prožívat bez stresu, tlaku a v pozitivním naladění.
8. Jedinec by se měl zabývat takovými aktivitami, na které má schopnosti a prostředky.
9. Volný čas by měl vést k osobnímu úspěchu.
10. Volný čas by neměl jedince odtrhávat od reality.
11. Tato pravidla mají platit pro duševní stránku jedince, ale i tělesnou.
12. Každý by měl tato pravidla znát a utvořit si na ně svůj vlastní názor (Spousta, aj. 1996 s. 15).

4.3.2 Zdravý životní styl

Zdravý životní styl a volný čas spolu velmi úzce souvisí, jelikož zdravý životní styl zahrnuje rozvíjení tělesné, psychické a duševní stránky – tyto všechny oblasti by se měly převážně rozvíjet ve volném čase.

Zdravý životní styl by měl zahrnovat životní rytmus (střídání práce a odpočinku), pohybový režim (pravidelné cvičení či pohyb na čerstvém vzduchu), duševní aktivitu (vzdělávání se, kulturní zájmy, socializace), životosprávu a racionální výživu (upevňování zdraví) a zvládání náročných situací (Kraus, aj. 2001 s. 158-159).

Zdravý životní styl u lidí s mentálním postižením se musí od začátku podporovat, a především pomáhat ho realizovat. Jedinec s mentálním postižením pravděpodobně nikdy nedosáhne takové úrovně životního stylu, jako tomu je u zdravého jedince, ale minimálně se mu může přiblížit. Zde záleží na životosprávě rodiny či na sociálním zařízení, kde jedinec s mentálním postižením žije.

Jedinec, který se bude snažit zlepšovat svou životosprávu a mít určitý cíl, bude spokojenější a bude zažívat pocit seberealizace. Tito jedinci mají uspokojivý pocit, že se více přibližují „normálnosti“.

4.4 Trendy ve volném čase pro jedince s mentálním postižením

Jedná se o jeden z novějších způsobů pracování s lidmi s mentálním postižením. Tento způsob se především praktikuje na jedince s těžkým mentálním postižením a hlubokým mentálním postižením, ale samozřejmě se mohou využívat i u lidí s mentálním postižením, kteří mají lehčí formu.

Jedná se například o:

- **Muzikoterapie** – chápeme ji jako léčbu hudbou.
- **Arteterapie** – jedinec vyjadřuje své pocity nebo traumata pomocí výtvarných prostředků. Dále se může použít k rozvoji vnímání nebo čistě jen k relaxaci.
- **Dramaterapie** – provádí se na základě improvizace. Jedinec si tak může rozvíjet fantazii, slovní zásobu a také se učí v tom, jak se zachovat v různé situaci.
- **canisterapie, felinoterapie, hipoterapie** – léčba, při které asistují zvířata (Molerová, 2011).

5 Možnosti dalšího vzdělávání lidí s postižením

Tato kapitola se v bakalářské práci otevírá z důvodu, že existuje mnoho institucí, které se zabývají vzděláváním lidí s mentálním postižením – tyto aktivity jedinec s mentálním postižením převážně navštěvuje ve svém volném čase. Jsou známy takové instituce, které obeznamují jedince s mentálním postižením o tom, jaké mají práva, nebo jim pomáhají hledat práci a radí jim, jak si ji udržet. Také pořádají mnoho kurzů, které například rozšiřují slovní zásobu lidí s mentálním postižením.

Samozřejmě existují i instituce pro volný čas. Chráněné bydlení, o kterém se píše v bakalářské práci, pořádá kurzy tance, cvičení jógy atd.

Stejně jako u běžné populace se lidé s mentálním postižením mohou zabývat ve volném čase sebevzděláváním a jak jsme již v bakalářské práci zjistili, je to ten nejefektivnější způsob trávení volného času.

5.1 Celoživotní vzdělávání pro jedince s mentálním postižením

Celoživotní vzdělávání zahrnuje tři druhy vzdělání, a to: formální, neformální a informální vzdělávání.

Formální vzdělání poskytuje převážně škola, jedná se o učení, které je legislativně vymezeno a při dokončení vzdělání je udělen certifikát získaného stupně vzdělávání.

Neformální vzdělávání se uskutečňuje mimo vzdělávací systém např. školení pro zaměstnavatele, kulturní zařízení, nadace, kluby apod.

Informální vzdělávání jedná se o každodenní zkušenosti v zaměstnání, v domácnosti nebo ve volném čase, které si osvojujeme. Toto vzdělávání je neorganizované (Kozáková, aj. 2013 s. 78).

Existují tři kategorie dalšího vzdělávání:

- kurzy pro doplnění vzdělání,
- večerní školy a
- aktivační centra.

Kurzy pro doplnění vzdělání

Zde existují a rozlišují se dva kurzy: kurz pro získání základního vzdělání a kurz pro získání základů vzdělání. Kurz pro získání základního vzdělání uskutečňuje běžná základní a střední škola. Formu studia si jedinec s mentálním postižením může vybrat buď denní, nebo dálkovou. Tento kurz zpravidla trvá jeden rok. Věková hranice není omezena. Vzdělávací kurz je ukončen závěrečnou zkouškou.

Druhý kurz, tedy kurz pro získání základů vzdělávání uskutečňují školy speciální. Je spíše určen pro jedince se středně těžkým, těžkým mentálním postižením nebo kombinovaným postižením. Další kritérium je, že jedinec s mentálním postižením musel ukončit studium dříve než v devátém ročníku na základní škole. Doba trvání kurzu je opět jeden rok. Forma studia je v tomto případě více variabilní. Student může docházet na kurz každý den, popřípadě může požádat o individuální výuku v místě bydliště, ve škole nebo v zařízení sociálních služeb například ve stacionáři či chráněném bydlení, kde student žije (Křížovská, 2019).

Večerní školy

Hlavní myšlenka večerních škol je zdokonalování už nabytých vědomostí a praktických zkušeností. Dále mohou rozšiřovat slovní zásobu a další výhodou je vzájemné působení jedinců, které mají stejné nebo podobné postižení. Večerní školy tohoto typu poskytují smysluplné trávení volného času, kdy se jedinec vzdělává a sebezdokonaluje.

Večerní školy navštěvují jedinci s mentálním postižením, kteří právě ukončili speciální základní školy, ale i dospělí jedinci, kteří speciálním základním vzděláváním prošli už v minulosti, ale nedokončili jej.

Večerní školy vytvářejí program na základě individuálních potřeb jedince (Křížovská, 2019).

Aktivační centra

Aktivační centra jsou určena pro jedince s mentálním postižením, kteří mají povinnou školní docházku, ale nemohou najít zaměstnání nebo jej z různých důvodů ztratili.

Význam celoživotního vzdělávání se zvyšuje u běžné populace i u lidí s mentálním postižením – klade se tedy velký důraz jak na volnočasové aktivity, tak i na všemožné aktivizační činnosti.

Důraz se dále klade na osvojování samostatnosti, soběstačnosti a činnosti sebeobsluhy v jakémkoli věku (Křížovská, 2019).

6 Motivace

Je všeobecně známo, že je mnohdy složité přimět jedince s postižením k nové (někdy i k jakékoli) činnosti. Proto je důležité jedince motivovat správným způsobem.

V praktické části bakalářské práce by autorka chtěla zmapovat, jak probíhá motivace v chráněném bydlení k volnočasovým aktivitám, a jestli k ní vůbec dochází. Proto tato kapitola vysvětlí několik pojmů, které se motivace týkají.

Definice motivace:

Motivace vzniklo z latinského slova „moveo“ což v překladu znamená „hýbám“. *„Motivace je psychologický fenomén, který je odvozován z faktu jednání (chování člověka), který má nějaký psychologický důvod, psychologickou příčinu, psychologický smysl či cíl a vychází z nějakého vnitřního stavu jako reakce na endogenní či exogenní změny působící na lidskou psychiku a vyžadující reakci, která by se touto změnou vyrovnala“* (Nakonečný, 2014 s.16).

Existují i tři druhy motivace, které dokážeme rozlišit:

1. intrinsická (jedná se o prožívání, které je motivující samo o sobě) a extrinsická (motivace pochází zvenčí)
2. vědomá a nevědomá
3. primární a sekundární (Nakonečný, 2014 s. 16)

Definice motivu:

„Motiv oproti motivaci je zážitek nebo způsob jednání, které přináší nějaké uspokojení, který vyjadřuje vyabstrahovanou podstatu tohoto uspokojení – například sexuální uspokojení nebo potřeba sociálního kontaktu“ (Nakonečný, 2014 s. 15).

Motivy můžeme dělit na tři druhy:

- biologický motiv (vrozený) – Jedná se o motivy, které jsou pro nás přirozené a které máme vrozené, například potřeba potravy.
- psychický motiv (získaný) – To jsou motivy, které slouží k našemu duševnímu klidu. Řídíme si jím náš život, může se jednat například o sebevzdělání nebo hledání smyslu života.
- sociální motiv (získaný) – Řídí mezilidské vztahy (Motiv, 2016).

6.1 Motivace lidí s postižením k volnému času

Základem motivace u lidí s mentálním postižením je zjistit jeho záliby, co se mu líbí a z čeho má radost. Je nesmyslné ho nutit do aktivit, které mu nic neříkají, a nemá z nich potěšení. Ale může nastat problém, že ani sám jedinec toto nebude vědět. Proto je vhodné zkoušet postupně různé aktivity a sledovat chování jedince (Newman, 2004 s. 32).

Jedinci s postižením si dokážou osvojit kdekou aktivitu. Jestliže se jedná o manuální práci, dokážou se ji naučit a přesný postup opakovat. Avšak to není cílem volného času. Aktivita by ho měla bavit, přinášet radost a sekundárně pak rozvíjet jeho schopnosti a dovednosti.

Dalším důležitým bodem motivace je povzbuzování a chválení. Jestliže po aktivitě jedince s mentálním postižením pochválíte, bude mu jasné, že učinil něco skvělého. Během činnosti nesmíme opomenout jedince neustále podporovat. Je podstatné, abychom se zaměřovali na to, co se jedinci s postižením povedlo. Věci, které se nepovedly, je dobré ignorovat a chválit je ideální jen to, co se podařilo. Jestliže se nějaká věc nepovede, prvním krokem by měla být pochvala, až poté by měl následovat druhý krok, kdy jedinci s postižením ukážeme, jakým způsobem může danou aktivitu zkusit znovu a lépe (Newman, 2004 s. 33).

6.2 Motivace lidí s postižením k učení

Jak už jsme se v předešlých kapitolách přesvědčili, učení lze považovat za vhodné a velmi přínosné trávení volného času. Jelikož možnost učení a vzdělávání je u lidí s postižením omezeno, je důležité, aby k tomu byli motivováni. Tito jedinci potřebují mnohem více času a porozumění, jelikož kvůli poškození centrální nervové soustavy se potýkají se sníženou efektivitou učení, nedostatkem paměti a pozornosti. Proto si mnohem lépe osvojují manuální činnosti (Vágnerová, 2008 s. 294).

Problém však nastává u samotných jedinců s postižením. Mnohdy nemají zájem se něčemu novému učit. Proto je tedy potřeba je motivovat například materiální odměnou a samozřejmě nesmíme opomenout pochvaly. Informace, které by se jedinec měl učit, by měly být podávány po malých částech a neustále bychom je měli opakovat (Vágnerová, 2008 s. 295).

Jedinci s postižením se rádi učí s osobou, na kterou jsou zvyklí, a se kterou mají příznivý vztah. Vzdělávají se převážně z důvodu, že se chtějí danému člověku zavděčit a potřebují od něho pochválit. Jejich motivace je tedy převážně emoční.

Jedinci s mentálním postižením mají stejné základní psychické potřeby jako ostatní lidé:

- potřeba stimulace,
- potřeba citové jistoty a bezpečí,
- potřeba seberealizace,
- potřeba životní perspektivy

- ale i potřeba učení – u lidí s mentálním postižením může být však menší, než ostatní potřeby (Vágnerová, 2008 s. 296).

PRAKTICKÁ ČÁST

7 Metodika práce

Cílem bakalářské práce je zmapovat provozované volnočasové aktivity u lidí s mentálním postižením v chráněném bydlení. Práce se zaměří na to, zda dotazovaní jedinci chápou rozdíl mezi povinnostmi a volnočasovou aktivitou. Dále se zaměří na motivaci a volbu volnočasových aktivit, roli pracovníků při organizaci jednotlivých činností, nabídku aktivit v chráněném bydlení, vliv vnějších faktorů tedy nutnost podpory druhého člověka, život ve skupině nebo v partnerství.

Na základě získaných informací mohou zaměstnanci chráněného bydlení vylepšit provozování volnočasových aktivit či motivace k ní. Popřípadě poskytnou vhodné podmínky k realizaci volnočasových aktivit.

Bakalářská práce odpoví na tři výzkumné otázky, a to:

- 1. Jak ovlivňuje volbu volnočasové aktivity nutnost podpory druhého člověka?**
- 2. Jaký význam má motivace k volnočasovým aktivitám u lidí s mentálním postižením?**
- 3. Jak na lidi s mentálním postižením různé formy volnočasových aktivit působí a v čem jim pomáhají?**

Bakalářská práce využije kvalitativní výzkum – konkrétně hloubkový rozhovor, experiment (obrázkové karty s volnočasovými aktivitami a povinnostmi, klient bude mít za úkol je správně rozdělit) a pozorování.

Celkem autorka práce provede šest rozhovorů. Dva rozhovory se zaměstnanci, přesněji se sociální pracovníci, která nepřijde do každodenního styku s klienty a poté s asistentkou péče o klienty. Další čtyři rozhovory proběhnou s klienty chráněného bydlení. Následně bude provedena komparativní analýza, která fakta z jednotlivých rozhovorů porovná.

7.1 Kvalitativní metoda: hloubkový rozhovor

Autorka provede dohromady celkem šest rozhovorů. Dva rozhovory provede s personálem a čtyři s klienty. Rozhovor s klienty bylo nutné během rozhovoru přizpůsobovat podle míry postižení dotazovaných klientů.

Rozhovor určený pro personál – osnova:

1. Jaké možnosti volnočasových aktivit Centrum 83 nabízí?
2. Jak často jsou volnočasové aktivity nabízeny?
3. Za jakým účelem volnočasové aktivity nabízíte?

4. Jaký mají mít na klienty efekt, co všechno by měly rozvíjet?
5. Provádí klienti volnočasové aktivity spíše samostatně, ve skupině či v páru?
6. Používáte nějakou metodu motivace k aktivitě?
7. Když je nabízená nějaká aktivita, jaká je účast? Spíš se klientům chce účastnit, nebo radši odpočívají?
8. Dobrovolníci a jejich aktivity – konkrétní příklady, jak často dobrovolníci dochází, reakce na dobrovolníky?

Rozhovorem pro klienty se autorka inspirovala knihou *Rozvoj dovedností dospělých lidí s mentálním postižením* od autorky Venduly Solovské aj. V knize jsou uváděny postupy, jak postupovat při rozhovorech s lidmi s mentálním postižením na různá témata. Autorka se inspirovala třemi rozhovory:

- Mé povinnosti,
- Jak aktivně trávit svůj volný čas a
- Můj volný čas.

Rozhovor určený pro klienty – osnova:

1. Popsat svůj den a své povinnosti.
2. Zeptat se, jaký je rozdíl mezi volnočasovou aktivitou a povinnostmi.

Připravit si šest obrázků (tři volnočasové aktivity a tři povinnosti = poznat, které jsou volnočasové).
3. Zeptat se klienta, jestli mu jsou nabízeny v chráněném bydlení volnočasové aktivity.
4. Jak často?
5. Popsat činnosti, které má rád, a kterého baví.
6. Povídat si o té činnosti, která ho baví, zeptat se, kdy ji dělá a jak často.
7. S kým rád tráví svůj volný čas – partner, rodina, personál, sám.
8. Jestli má partnera – změnily se aktivity během vztahu? Naučil ho partner nějakou aktivitu nebo naopak? Dělá nějakou aktivitu rád i bez partnera?
9. Zeptat se, jestli má nějaká přání, co by chtěl rád dělat. Neomezovat se na postižení a peníze. Popřípadě, že nedokáže nic vymyslet, použít obrázky různých volnočasových aktivit.

10. Týdenní rozvrh: uvědomit si, které volnočasové aktivity jsou opakované a pravidelné. A že si je může naplánovat, když má v rozvrhu volno, např. kino.
11. Jestli je spokojený s náplní svého volného času, nebo jestli by chtěl více odpočívat, nebo trávit čas aktivněji.

7.2 Kvalitativní metoda: experiment

Příprava šesti kartiček, obrázků z popisky, které znázorňují volnočasové aktivity a domácí povinnosti. Klient bude mít za úkol rozdělit kartičky tak, za jaký druh aktivity činnost považuje.

Tento úkol bude následovat po otázce: „Jaký je rozdíl mezi volnočasovou aktivitou a povinnostmi.“

Cíle úkolu:

1. Jestliže klient rozdíl vysvětlí – potvrzení v praxi, že chápe rozdíl mezi povinnostmi a volnočasovou aktivitou.
2. Jestliže klient rozdíl nedokáže vysvětlit – kartičky mohou pomoci klientovi pochopit rozdíl.

Použité obrázky:

1. volnočasové aktivity: plavání, procházky, sledování TV
2. povinnosti: vysávání, praní prádla, umývání nádobí

7.3 Kvalitativní metoda: pozorování

Autorka tento kvalitativní průzkum použila v malém měřítku, spíše jen pro zajímavost, aby ukázala, jak zájmové činnosti ve skutečnosti v praxi fungují. Příkladem použití bylo například zhlédnutí dramaticko-taneční skupiny Leporelo, kdy lidé s mentálním postižením nacvičili a předvedli tanec Romeo a Julie.

Následně pak bylo využito pozorování při experimentu s kartičkami, kdy dotazovaní klienti měli oddělit volnočasové aktivity od povinností.

8 Lokalita výzkumu – Centrum 83

Centrum 83 bylo vybráno jako místo pro výzkum, protože autorka již centrum navštěvovala v minulosti z důvodu docházky školní praxe. Nachází se v Mladé Boleslavi ve Václavkově ulici 950, 293 01.

Centrum 83 je poskytovatel pomoci a podpory lidí s mentálním nebo kombinovaným postižením, kteří mají sníženou schopnost soběstačnosti. Jeho cílem je lidem s postižením zajistit kvalitní prostředí, kde se budou učit samostatnosti a různým pracovním dovednostem.

Centrum se dělí na několik služeb:

- denní stacionář,
- týdenní stacionář,
- chráněné bydlení,
- odlehčovací služby a
- domov pro jedince se zdravotním postižením (Centrum 83, 2019).

V bakalářské práci autorka primárně navštěvovala chráněné bydlení, kde prováděla výzkum.

8.1 Chráněné bydlení

Chráněné bydlení je zařízení, které poskytuje dospělým jedincům s postižením pomoc ve špatné sociální situaci nebo pomoc při zlepšování životní kvantity a zdraví. Služby v chráněném bydlení se snaží působit na každého klienta individuálně a zaměřuje se na to, aby klienty podporoval k soběstačnosti.

Klienti mají možnost navštěvovat pracovní dílny Centra 83, nebo docházet do zaměstnání.

Klienti chráněného bydlení mají možnost se zapojit do dobrovolných služeb. Partnerské organizace SPMP (Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice, o.s.) nabízejí různé odpolední kroužky, zájezdy, pobyty apod. Například během autorčiny praxe ve druhém ročníku se část klientů zúčastnila pobytu na horách. Chráněné bydlení rovněž klienty podporuje ve využívání možností veřejného života.

Kapacita chráněného bydlení je 26 klientů. Je zde kvalitní personální zajištění – čtyři sociální pracovnice. Dále zde mají pracovní smlouvu i další zaměstnanci, kteří docházejí pouze na noční směny. Nesmíme opomenout také mnoho proškolených jedinců, kteří mají se zařízením smlouvu a dochází sem jako dobrovolníci. Ti s klienty provádí různé aktivity, které jim pomáhají se socializovat a trávit tak kvalitně svůj volný čas.

Chráněné bydlení v Centru 83 nabízí tyto služby:

- poskytuje stravu nebo pomáhá při zajištění (klienti si často vaří sami),
- poskytuje ubytování,
- pomoc při sebeobsluze, při osobní hygieně,
- pomoc při udržování chodu domácnosti,
- poskytuje výchovu, vzdělávání a aktivizační činnosti,
- poskytuje kontakt se společenským prostředím,
- poskytuje terapeutickou činnost a
- pomoc při hledání a uplatňování zájmů (Centrum 83, 2019).

9 Popis recipientů

První dva rozhovory autorka prováděla s personálem. Jednalo se o asistentku, která je v přímém kontaktu s klienty a poté sociální pracovníci, která sídlí mimo chráněné bydlení, ale stará se o veškeré služby, které se chráněného bydlení týkají.

Klienti, se kterými se prováděly rozhovory: jednalo se o dvě ženy a o dva muže s Downovým syndromem. Z důvodu zachování soukromých údajů autorka nebude uvádět jména.

Asistentka chráněného bydlení autorce předem domluvila s klienty schůzku, všichni čtyři se přihlásili k rozhovorům dobrovolně.

Klienti dali ústní souhlas k nahrávání rozhovorů.

Tabulka 1: Základní informace o klientech

| Pohlaví | Věk | Postižení | Pracující | Partner |
|-----------|--------|----------------|-----------|---------|
| Žena č. 1 | 36 let | Downův syndrom | Ano | Ano |
| Žena č. 2 | 49 let | Downův syndrom | Ne | Ano |
| Muž č. 1 | 35 let | Downův syndrom | Ano | Ano |
| Muž č. 2 | 36 let | Downův syndrom | Ano | Ne |

O klientech a jejich postižení autorka nedokázala sehnat více informací, jelikož neměla možnost nahlédnout do zdravotních složek klientů. Je velice překvapivé až znepokojující, že do zdravotních složek nemají přístup ani asistentky, které jsou s klienty v každodenním přímém kontaktu. Jediné, co o klientech vědí, je, že trpí Downovým syndromem.

Autorka se domnívá, že by se tento přístup měl zásadně změnit a asistentky by měly mít možnost nahlédnout do zdravotních složek klientů. Především z důvodu bezpečnosti klientů ale také personálu, aby se například včas dozvěděly, že se u klienta může objevovat agresivita.

Downův syndrom je popisován jako chromozomální anomálie. Je to vrozená porucha, která je způsobená tím, že v buňkách se vyskytuje nadbytečné množství 21. chromozomu (Selikowitz, 1997 s. 49).

Typické znaky Downova syndromu: šikmé oči, zvýrazněná vnitřní řasa, zploštělá tvář, malé uši, krátký krk a končetiny, široký jazyk (Valenta, aj., 2015 s. 101).

10 Volnočasové aktivity v chráněném bydlení: na základě rozhovorů

Chráněné bydlení nabízí klientům nespočetně volnočasových aktivit. Jedná se o aktivity, které se pořádají pravidelně i spontánně. Ze zákona tedy chráněné bydlení nabízí kategorie služeb aktivizace, které se opírají o zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Převážně se chráněné bydlení snaží vycházet ze zájmů a oblíb klientů. Snaží se jim plně vyjít vstříc a podporovat je v jejich zájmech.

Chráněné bydlení poskytuje sportovní kroužky:

- spinning – kardiovaskulární cvičení, jedná se o cvičení ve skupině na stacionárním kole,
- chůze s hůlkami,
- florbal,
- bowling,
- jízda na kole,
- jóga,
- plavání (využívání městského bazénu, v letním období využívá Centrum 83 svůj venkovní bazén),
- jízda na koni (zavedeno speciálně kvůli jedné klientce, která má oblibu v koních),
- bojové sporty (momentálně se zavádí),
- procházky po městě nebo v přírodě,
- a další přizpůsobené sporty.

Kulturní aktivity:

- návštěva kina,
- návštěva divadla – avšak jen v malém měřítku,
- docházení na zápasy hokeje a fotbalu.

Kreativní aktivity:

- navlékání korálků,
- vyrábění z textilu,
- vyrábění z papírů,
- vybarvování,
- keramika apod.

Personál také podporuje klienty ve vztahu se zvířaty. Na svých buňkách mohou mít drobná zvířata, například papoušky, morčata apod. Dále mají možnost starat se o slepice, které jsou na zahradě Centra 83.

Chráněné bydlení spolupracuje s organizací *Společnost přátel lidí s mentálním postižením* (dále už jen SPMP).

SPMP je organizace, která se snaží vylepšovat život lidí s mentálním postižením a jejich blízkých. Snaží se, aby lidé s postižením prožili co nejvíce plnohodnotný život. Dále prosazují změny, které by mohly pomoci lidem s mentálním postižením, aby mohli žít tak, jak oni chtějí. Pomáhají při vzdělávání a vytváření prostoru pro setkávání lidí se stejným či podobným postižením, kde si mohou předávat své zkušenosti nebo řešit aktuální problémy (SPMPCR, 2020).

Pobočka SPMP v Mladé Boleslavi pořádá převážně různé pobyty a kroužky pro lidi s mentálním postižením. SPMP dále také nabízí odpolední školu, kurzy vaření, taneční kroužek Zumba, muzikoterapii, výtvarný kroužek apod.

Často se kurzy obměňují, podle zájmů klientů a potřeb. Potřeby klientů se neustále mění, hlavně z důvodu stárnutí. Z tohoto důvodu mohou jejich schopnosti začít ubývat. Proto se chráněné bydlení, se spoluprací SPMP, přizpůsobuje i méně zdatným klientům. Například se pořádají pobyty se zaměřením na drobnou turistiku nebo klienti mohou docházet na masáže a rehabilitace. Tyto aktivity už jsou převážně určené pro starší klienty nebo pro klienty s těžkým postižením, kterým by například návštěva kina nic nepřinesla.

Centrum 83 navázalo spolupráci i se střední školou MAJA v Mladé Boleslavi. Studentky pro klienty vytvářejí kosmetické odpoledne, kdy klientky nalíčí a učešou. Tato aktivita je velice přínosná i pro studenty střední školy. Naučí se komunikovat s lidmi, kteří trpí mentální poruchou, čímž se jim rozvíjí sociální empatie.

10.1 Pracovní dílny

Klienti z chráněného bydlení mohou docházet do pracovních dílen. Jedná se o placenou aktivitu. Klient si může vybrat z více druhů pracovních dílen, jde tedy o specializovanější řemeslné zaměření, například:

- košíkářská dílna,
- textilní dílna,
- zahradnická dílna,
- keramika a
- výroba svíček.

Klienti pracovní dílnu považují za své zaměstnání, protože dříve Centrum 83 v pracovní dílně klienty zaměstnávalo. Z důvodu poskytování jiných služeb se podařilo klienty zaměstnat na volném trhu práce – celkem 24 klientů z 26, kteří žijí v chráněném bydlení. Ale i přesto klienti pracovní dílnu berou jako své pravidelné zaměstnání.

Byl však problém v tom, že klienti nechtěli pracovní dílnu opustit, byli na ni zvyklí a báli se změny. Později se ale provedl rázný krok a klientům se našlo jiné zaměstnání, které má mnoho výhod např. vydělávají si více peněz, naučí se sami dojíždět do jiného města, poznají jiné lidi, poznají jinou práci. Všechny tyto změny člověka s mentálním postižením posune dál a může se mu zlepšit časová a prostorová orientace, komunikace s druhými lidmi apod.

Další výhodou bylo, že se v pracovních dílnách uvolnila místa pro lidi s mentálním či tělesným postižením, kteří by si nedokázali mimo Centrum 83 sehnat jiné zaměstnání.

10.2 Rozvrh volnočasových aktivit, které nabízí chráněné bydlení

Chráněné bydlení nabízí dva rozvrhy pravidelných volnočasových aktivit. Jak už bylo zmíněno v předchozí kapitole, v prvním rozvrhu chráněné bydlení spolupracuje s pracovní dílnou a s druhým převážně spolupracuje se SPMP. Na tyto pravidelné aktivity se klienti musí zapsat a uhradit za ně určitý finanční obnos. Po rozhovoru s personálem autorka zjistila, že klienty často aktivita omrzí a klient na volnočasovou činnost nechce docházet. Avšak personál se snaží klientovi domluvit a motivovat ho k tomu, aby aktivitu dochodil, jelikož si ji zaplatil. V tomto případě jsou motivací peníze, jelikož chráněné bydlení zavedlo to, že jakmile klient chce přestat docházet na určitou aktivitu, peníze se mu nevrátí.

Tabulka 2: Volnočasové aktivity chráněného bydlení se spoluprací SPMP

| Odpolední škola | Zpívání | Zpívání | Zumba | Výtvarný kroužek | Zdravé vaření |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| úterý | středa | středa | středa | úterý | pondělí |
| 14.30 – 15.45 hod. | 14.30 – 15.30 hod. | 16.00 – 17.00 hod. | 15.00 – 16.00 hod. | 14.30 – 15.30 hod. | 14.30 – 16.00 hod. |

Dále Centrum 83 provozuje i pracovní dílny, které probíhají každý den, kam mají klienti z chráněného bydlení možnost docházet. V následující tabulce je ukázka programu na pondělí, který se každý rok nebo podle potřeby obměňuje.

Tabulka 3: Pondělní volnočasové aktivity chráněného bydlení ve spolupráci s pracovní dílnou

| Činnosti v pracovní dílně | Konání: v pondělí |
|----------------------------------|--------------------------|
| Výroba z textilu/mýdla | 7.30 – 14.00 hod. |
| Výroba košíků | 7.00 – 16.00 hod. |
| Výroba z hedvábí | 8.00 – 12.00 hod. |
| Navlékání korálek | 7.30 – 14.00 hod. |
| Práce na zahradě/aranžování | 9.00 – 11.00 hod. |
| UNI dílna | 8.00 – 14. 30 hod. |
| Výroba svíček/tkaní/batika | 8.30 – 14.00 hod. |

Klienti pracovní dílnu často berou jako své zaměstnání, jelikož tam tráví celé dopoledne a musí tam docházet pravidelně. Na základě rozhovorů však autorka zjistila, že mnohdy aktivity v pracovních dílnách patří mezi oblíbené činnosti.

Výrobky, které v pracovní dílně vzniknou, si mohou klienti nechat, nebo se prodávají v obchodě, který sídlí u Centra 83, kde se prodávají pouze výrobky od klientů.

11 Pohled klientů na volnočasové aktivity

Následující kapitola bude analyzovat rozhovory klientů. Bude se zabývat oblíbenými aktivitami a povinnostmi, které klienti mají na programu dne. Následně na to kapitola popíše denní plán, který klienti s pomocí autorky sestavili.

11.1 Žena č. 1

Tato žena trpí Downovým syndromem. V chráněném bydlení žije se svým partnerem, se kterým je 13 let. Dotazované klientce je 36 let a jejím největším přáním je se odstěhovat s přítelem do vlastní domácnosti. Vzhledem k jejímu postižení a mentální úrovni není toto přání bohužel splnitelné. Chráněné bydlení však partnerům umožnilo bydlet spolu v buňce. Klientka má velké problémy s orientací časem, je negramotná a při mnoha dalších aktivit potřebuje asistenci.

Každý rozhovor s klienty začínal otázkou: „Kolik vám je let?“. Dotazovaná klientka nedokázala na tuto otázku odpovědět.

Rozdíl mezi povinnostmi a volnočasovou aktivitou:

Klientka nedokázala sama odpovědět na otázku, jaký je rozdíl mezi volnočasovou aktivitou a prací. Byl využit experiment s obrázkou, aby je klientka správně rozřadila. V následující tabulce jsou zařazeny aktivity podle klientky.

Tabulka 4: Rozřazení aktivit podle dotazované klientky (Žena č.1)

| Volnočasové aktivity: | Povinnosti: |
|-----------------------|----------------|
| Sledování TV | vysávání |
| plavání | umývání nádobí |
| procházky | |
| praní prádla | |

Zde bychom autorce nemuseli vytýkat, že zařadila praní prádla do volnočasových aktivit. Po dalším dotazování klientka tvrdila, že tuto aktivitu provádí ráda a že ji baví jako celá péče o domácnost.

Aktivity, které klientka provádí:

Odpověď klientky: „*Já chodím ven a jdu vyhodit odpad do popelnice a vyhodit to.*“ Tento rozhovor autorka musela více řídit, následně se ptala na konkrétní aktivity, které chráněné bydlení nabízí a jaké využívá.

Klientčin velký koníček je dramaticko-taneční kroužek Leporelo, kde většinou hraje hlavní roli se svým partnerem např. Kráska a zvíře, Romeo a Julie. Následně klientka popisovala, jaké má šaty a jaké nacvičují tance. Klientce dělala velkou radost zájem a další otázky na taneční téma.

Dále pak navštěvuje kino, staví puzzle, maluje pastelkami a fixy a dochází do pracovní dílny na výtvarnou výchovu (navlékání korálků, barvení šišek, malování, výroba svíček, výroba z plastů a podobně).

Jelikož klientčino největší přání je bydlet jinde než v chráněném bydlení, stará se velmi o svou domácnost. Domácí povinnosti ji baví a ráda umývá nádobí, pere prádlo, vytírá a vaří. Klientka má bezlepkovou dietu, takže vaří většinou jen pro sebe, ale ráda uvaří jídlo i pro svého partnera.

Klientka také pracuje v kavárně jako servírka – do práce dochází jednou v týdnu. Dotazovaná klientka má však velmi špatnou orientaci v čase. Sama nedokázala povědět, v kolik hodin chodí do práce a jak dlouho v práci bývá.

S kým tráví volný čas:

Nejraději své aktivity sdílí se svým partnerem např. procházky, návštěva kina, restaurací, starání se o domácnost.

Aktivity, které nabízí chráněné bydlení, se provádí většinou vždy ve skupině. Další povinnosti, o které se musí klientka starat, například nákup potravin musí provádět s asistentkou. Dotazovaná klientka je tedy spíše společenského typu.

V následující tabulce jsme společně s klientkou sestavili jeden den aktivit. Jedná se pouze o volnočasové aktivity a povinnosti. S klientkou jsme sestavili předchozí den, muselo se jí velice slovně pomáhat a nějaké informace doplnila asistentka, zvláště časové údaje.

Tabulka 5: Denní plán klientky (Žena č. 1)

| Aktivita klientky | Čas provádění aktivity: úterý |
|---|--------------------------------------|
| Úklid domácnosti | 9.00 hod |
| Práce v kavárně | 11.00 – 13.00 hod. |
| Odpočinek | 15.00 hod. |
| Procházka spojená s nákupem potravin | 16.30 hod. |
| Úklid/vaření | 18.00 hod. |
| Odpočinkové činnosti př. malování, sledování TV | 19.30 hod |

11.2 Žena č. 2

Druhá dotazovaná klientka trpí Downovým syndromem. Tuto ženu v chráněném bydlení nazývají jako „inventářku“, jelikož zde žije převážnou část svého života a v chráněném bydlení žije ze všech klientů nejdéle. Klientce je 49 let. Její mentální úroveň se za tři roky rapidně zhoršila. Klientka má problémy se sebeobsluhou, orientací v čase a prostoru. Před zhoršením stavu klientka měla umožněné volné vycházky po městě, avšak postupem času se klientka přestala orientovat a často se uprostřed ulice začala točit dokola. Tento problém se vyřešil vozíkem, který klientka vede před sebou.

I přes tyto problémy, klientka dokáže číst a psát. Na pravidelnou otázku: Kolik vám je let?“ dokázala s přehledem odpovědět. Během rozhovoru se však autorky mnohokrát opakovaně ptala, jak se jmenuje.

Rozdíl mezi povinnostmi a volnočasovou aktivitou:

Druhá dotazovaná klientka dokázala o svém dni mluvit sama, avšak sama nedokázala říct, jaký je rozdíl mezi volným časem a aktivitou. Proto byl opět použit experiment s obrázky a klientka měla za úkol je rozdělit.

Tabulka 6: Rozřazení aktivit podle dotazované klientky (Žena č. 2)

| Volnočasové aktivity: | Povinnosti: |
|------------------------------|--------------------|
| sledování TV | zametání |
| procházky | Praní prádla |
| plavání | Mytí nádobí |

Aktivity dotazovaná klientka rozřadila bez problému. Sama si obrázky nejprve prohlédla a přečetla si nahlas jejich pojmenování

Aktivity, které klientka provádí:

Klientka nejvíce v chráněném bydlení využívá pracovní dílnu, kam dochází na výtvarný kroužek. Momentálně pracovala na: „velikonoční slepičce“. Dále využívá zahrady Centra 83, kde se stará převážně o slepice. Asistentka chodí na procházky po městě za účelem nákupu či po parku Štěpánka.

Otázka od autorky: „*Jaká je vaše nejoblíbenější aktivita?*“

Odpověď od klientky: „*Ráda si čtu drby.*“ Klientka si ráda pročítá časopisy a knihy. Knihy má oblíbené pouze s jednou tematikou, a to: Karel Gott. Jakmile jsme se dostali k tomuto tématu, klientka se rozplakala, jelikož ji smrt Karla Gotta velice zasáhla.

Klientka ráda dále maluje, tvoří z papíru, chodí do cukrárny, sleduje televizi (Ordinace v růžové zahradě, Ulice, Snídaně s Novou). Když byl s autorkou prováděn rozhovor, právě v TV běžel seriál Ulice, když si to klientka uvědomila, chtěla se loučit a odejít.

Jelikož je klientka starší a její mentální i tělesný stav se zhoršuje, momentálně navštěvuje už jen omezené množství aktivit, které chráněné bydlení nabízí např. pracovní dílna, masáže, rehabilitace, výtvarné kroužky. Dříve klientka navštěvovala taneční, různé sporty, docházela jako dobrovolník do městské knihovny apod.

S kým tráví volný čas:

Druhá dotazovaná klientka nejraději tráví svůj volný čas sama, ale z důvodu jejího zdravotního stavu to není možné, protože potřebuje pomoc od asistentek z chráněného bydlení.

Klientce pomáhají převážně s chodem domácnosti např. nákup potravin, pomoc jako doprovod nebo upozorňování a podporování hygienických návyků.

Klientka má partnera, který nežije v chráněném bydlení, ale dochází za ní jednou týdně, nebo spolu navštěvují cukrárnu.

Dotazovaná klientka je tedy spíše samotářského typu, co se týče volnočasových aktivit, jakmile se jedná o jakoukoliv práci, nebo povinnost, sama klientka požaduje asistenci.

V následující tabulce jsme společně s klientkou sestavili jeden den aktivit. Jedná se pouze o volnočasové aktivity a povinnosti. S klientkou jsme sestavili předchozí den, klientka mluvila o svém dni sama, ale mezi jednotlivými aktivitami musela dlouho přemýšlet, občas jí autorka musela dopomáhat, když byly odmlky příliš dlouhé. Jako u Ženy č. 1 se jedná o den úterý, tedy předchozí den, kdy byl prováděn rozhovor. Časy jsou pouze orientační.

Tabulka 7: Denní plán klientky (Žena č. 2)

| Aktivita klientky | Čas provádění aktivity: úterý |
|--|--------------------------------------|
| Sledování TV (Snídaně s novou) | 6.00 hod. |
| Práce v kuchyni (př. příprava snídaně) | 7.00 hod. |
| Pracovní dílna | 7.30 – 14.00 hod. |
| Návrat domů (odpočinek) | 14.00 – 16.00 hod. |
| Návštěva cukrárny | 16.00 hod. |
| Nákup potravin | 17.00 hod. |
| Práce v domácnosti | 18.00 hod. |
| Sledování TV seriálů | 19.00 hod. |

11.3 Muž č. 1

Třetí dotazovaný klient také trpí Downovým syndromem a je mu 35 let. Na otázku věku odpověděl okamžitě a bez váhání. Tomuto klientovi bylo při rozhovoru nejvíce rozumět a na všechny otázky odpovídal velmi aktivně. Zde byl však problém, že klient často odpovídal jednoslovně a při kladení základních otázek se autorka musela hodně doptávat na podrobnosti. Dotazovaný klient však měl naprostý přehled, v kolik hodin chodí do práce. Zde byla časová orientace naprosto v pořádku.

Tento klient má za partnerku Ženu č. 1 a jak jsme již v předchozí kapitole zmiňovali, vedou spolu domácnost v chráněném bydlení.

Rozdíl mezi povinnostmi a volnočasovou aktivitou:

Odpověď klienta: „*Tak povinnosti jsou práce a volný čas je odpočívání.*“ Následně na to mu byl předložen experiment s kartičkami, aby rozdělil volnočasové aktivity a povinnosti. Kartičky si nejdříve prohlédl sám a následně přečetl popisky u obrázků. V následující tabulce jsou zařazeny aktivity podle třetího dotazovaného klienta.

Tabulka 8: Rozřazení aktivit podle dotazované klientky (Muž č. 1)

| Volnočasové aktivity: | Povinnosti: |
|------------------------------|--------------------|
| sledování televize | mytí nádobí |
| plavání | praní prádla |
| procházky | zametání |

Klient bez velké námahy kartičky bez problému rozřadil. U povinností je seřadil postupně, jak domácnost uklízí on sám.

Aktivity, které klient provádí:

Odpověď klienta: „*Tak chodím na florbal ve středu, ve čtvrtek chodím na Leporelo, na garsonce se dokážu zabavit, dělám si textil, hokejové věci, chodím rád na hokej podporovat tým, fotím.*“ Jestliže klient není po zaměstnání unavený, využívá všechny volnočasové aktivity, které mu podle jeho slov každý den chráněné bydlení nabízí.

Dotazovaný klient má nejraději všechny aktivity, které se týkají hokeje. Na hokejové zápasy chodil i se svou partnerkou (Žena č. 1), ale ta přestala docházet z důvodu špatné zkušenosti agresivních fanoušků. Klient uvedl, že s ním partnerka chodila na hokejovou ligu v roce 2013/2014, což opět poukazuje na dobrou časovou orientaci klienta.

Na hokej chodí sám bez dalších klientů z chráněného bydlení, ale na hokeji se potká se svou „hokejovou rodinou“.

Otázka autorky: „*Co vás nejvíc baví na hokeji?*“

Odpověď klienta: „*Nejvíc mě baví střelby do branky, a když dají gól, točíme šálama nad hlavou.*“

Dále klient chodí rád na procházky a do kina (s partnerkou, nebo s rodinou). Oblíbené pasáže z filmů přepisuje a následně pak dabuje přes počítač filmové postavy.

Klient také dojíždí do zaměstnání v Benátkách nad Jizerou. Do práce chodí třikrát týdně, a to v pondělí, úterý a pátek. Klient provádí manuální práci, jedná se o výrobu pytlíčku do čaje, nebo smoothie.

S kým tráví volný čas:

Třetí dotazovaný klient je společenského typu. Rád svůj čas tráví s rodiči ale i sourozenci, s asistentkami, kamarády ale nejvíce se svou partnerkou.

Aktivity s partnerkou: „*Do cukrárny jsem ji občas pozval, dali jsme si colu nebo sprite, něco na zub. Aktivita, kterou mám nejradši je, že můžu být se svou partnerkou.*“

Tento klient nepotřebuje velkou pomoc asistentek. Dokáže si sám nakoupit potraviny, nebo sám jezdí do práce autobusem.

V následující tabulce jsme společně s klientem sestavili jeden den aktivit. Jedná se pouze o volnočasové aktivity a povinnosti. S klientem jsme sestavili předchozí den, jako u dvou předchozích klientek. Klient mluvil o svém dni sám a bez rozmýšlení, věděl přesně, jaký den a v kolik hodin chodí do práce. Jako u předešlých rozhovorů se jedná o den úterý, tedy předchozí den, než kdy byl prováděn rozhovor. Časy jsou pouze orientační.

Tabulka 9: Denní plán klienta (Muž č. 1)

| Aktivita klienta | Čas provádění aktivity: úterý |
|-------------------------|--------------------------------------|
| Ranní otužování | 6.00 hod. |
| Zaměstnání | 7.00 – 14.00 hod. |
| Návrat domů (odpočinek) | 15.00 hod. |
| Nákup potravin | 16.00 hod. |
| Setkání s přáteli | 17.00 hod. |
| Sledování TV | 20.00 hod. |

Klient na závěr prozradil, že by rád upravil prostředí, ve kterém žije tedy chráněné bydlení. Chtěl by změnit nábytek a vymalovat si svou buňku v barvách svého hokejového týmu. Jeho dalším velkým přáním je být poradce hokejistů a být s trenéry na lavičce. Zajímavé je, že klient si sám uvědomuje, že tato aktivita není zcela reálná, protože neumí hrát hokej.

11.4 Muž č. 2

Poslední dotazovaný klient trpí opět Downovým syndromem. Na první otázku ohledně věku nedokázal odpovědět stejně jako Žena č. 1. Klientovi je 36 let, je negramotný a jeho orientace v čase je horší než u Muže č. 1. Tento klient měl velmi špatnou artikulaci, občas musela být využívána asistentka z chráněného bydlení, aby s rozhovorem pomohla.

Klient dokázal popsat aktivity, s malou dopomocí, které v týdnu provádí.

Ze všech dotazovaných klientů, jsme se dozvěděli, že jen Muž č. 2 odjíždí na víkendy domů k rodině. Ostatní klienti zůstávají v chráněném bydlení i přesto, že rodiny mají.

Rozdíl mezi povinnostmi a volnočasovou aktivitou:

Odpověď klienta: „*Nevím, co to je.*“ Následně na to mu byl předložen experiment s kartičkami, aby rozdělil volnočasové aktivity a povinnosti. Klient si nejprve obrázky s aktivitami prohlížel a ukazoval na činnosti, které umí. V následující tabulce jsou zařazeny aktivity podle posledního dotazovaného klienta.

Tabulka 10: Rozřazení aktivit podle dotazovaného klienta (Muž č. 2)

| Volnočasové aktivity: | Povinnosti: |
|------------------------------|--------------------|
| procházky | mytí nádobí |
| sledování TV | vysávání |
| | utírání prachu |
| | praní prádla |
| | plavání |

Muž č. 2 jako jediný ze všech dotazovaných klientů přidal do povinností ještě jednu aktivitu, a to: utírání prachu. K dalšímu obrázku (vysávání) měl výhradu, že nevysává, ale zametá koštětem. Všechny obrázky, co se týkaly povinností v domácnosti, klient pravidelně provádí.

Dále klient zařadil plavání jako povinnost/práci i přesto, že nepravidelně navštěvoval městský bazén nebo bazén v prostorách Centra 83.

Po experimentu jsme si znovu s klientem vysvětlili, co znamená volný čas, abychom mohli pokračovat v rozhovoru.

Aktivity, které klient provádí:

U tohoto klienta byl opět problém v jednoslovných odpovědích. Na otázku, jaké vám chráněné bydlení nabízí volnočasové aktivity, byla odpověď: „*Všechno možný.*“ Opět se klienta muselo konkrétně doptávat na jednotlivé aktivity.

Jestliže je hezké počasí, klient rád chodí na procházky do parku Štěpánka, navštěvuje cukrárny, kina, bowling, chodí s kamarády do restaurace, hraje florbal a navštěvuje dramaticko-taneční kroužek Leporelo, kde převážně tančí s asistentkami.

Jako povinnost v chráněném bydlení klient využívá pracovní dílnu, kde pracuje na zahradě a stará se o slepice.

Klient jezdí na víkendy domů k rodičům, kde má své povinnosti, je velký milovník zvířat. U rodičů se stará o králíky, psa a kočku. Dále také pomáhá matce v kuchyni, kde klienta učí vařit.

S kým tráví volný čas:

Poslední dotazovaný klient je společenského typu, nejraději tráví svůj volný čas s rodinou a kamarády. Aktivity, které mu nabízí chráněné bydlení, provádí nejraději s asistentkami. Tento klient hlavně asistenci potřebuje jak ve volném čase, tak při povinnostech kvůli špatné orientaci a negramotnosti například při nákupu potravin.

Jako jediný dotazovaný klient Muž č. 2 nemá partnerku. Klient ale z toho není smutný, protože podle jeho slov „jsou holky k ničemu.“

V následující tabulce jsme společně s klientem sestavili jeden den aktivit. Jedná se pouze o volnočasové aktivity a povinnosti. S klientem jsme sestavili předchozí den, jako u všech dotazovaných klientů. Klient mluvil o svých aktivitách s lehkou dopomocí, dělal mu problém se orientovat v čase a nevěděl přesné konání svých aktivit. Jako u předešlých rozhovorů se jedná o den úterý, tedy předchozí den, kdy byl prováděn rozhovor. Časy jsou pouze orientační.

Tabulka 11: Denní plán klienta (Muž č. 2)

| Aktivita klienta | Čas prováděné aktivity: úterý |
|-------------------------|--------------------------------------|
| práce na zahradě | 9.00 – 11. 00 hod. |
| odpočívání | do 12. 00 hod. |
| florbal | 12.30 – 13.30 hod. |
| nákup potravin | 15.00 hod. |
| setkání s kamarády | 16.00 hod. |
| puzzle | 19.00 hod. |
| sledování TV | 20.00 hod. |

Tento klient byl velmi přátelský a povídavý, ale často nepochopil kladené otázky a odpovídal na jiné téma. S aktivitami, které chráněné bydlení nabízí je spokojený, ale mnohdy má až moc plný program a je unavený. Avšak rád by zkoušel i nové aktivity, například skok padákem.

12 Komparativní analýza: rozhovor s personálem

K průzkumu bakalářské práce byly provedeny dva hloubkové rozhovory s personálem. Oba dva rozhovory byly pro bakalářskou práci velmi přínosné a dostačující. Byly velkým přínosem i pro přípravu na rozhovory s klienty.

Následující kapitola bude popisovat dva rozhovory s personálem, a nakonec provede jejich porovnání.

12.1 Hloubkový rozhovor: sociální pracovnice

Sociální pracovnice (dále už jen SP) poskytla dlouhý a obsáhlý výčet volnočasových aktivit, které Centrum 83 nabízí. Všechny tyto aktivity jsou vypsány v kapitole č. 10. Ovšem SP tvrdila, že aktivity jsou zde velmi individuální a personál se snaží klientovi přizpůsobit v maximální možné míře. Mají zajištěné, aby každý den probíhal nějaký kroužek, který se koná každý týden pravidelně a mimo to jsou v nabídce různé druhy sportů.

Dále SP poskytla všechny informace, které se týkají pracovních dílen, které jsou použity v předešlých kapitolách.

Volnočasové aktivity provádějí za účelem:

- zábavy,
- trénování odpovědnosti,
- rozvíjení dovedností a
- aby zažili v životě pocit úspěchu, aby měli pocit, že svůj život tráví smysluplně.

Personál se snaží, aby i volnočasové aktivity klienti měli spojené s povinnostmi, například jestliže se přihlásí na nějaký kroužek, tak aby na něj opravdu docházeli. Nově se také zavedlo, že jestliže klient z různých důvodů přestane na kroužek docházet, peníze se mu nevrátí.

Všechny aktivity, které nabízí Centrum 83, klienti musí absolvovat buď s asistentem, nebo nějakým lektorem. I když se jedná o individuální činnosti, vždy u nich asistuje nějaký dozor. Vyloženě osamocené aktivity si klient zajišťuje individuálně sám v chráněném bydlení. Klientům, kteří mají volný pobyt, není potřeba zajišťovat tolik volnočasových aktivit. Sami si volný čas dokážou vyplnit a mnohdy ani o aktivity, které Centrum 83 nabízí, nemají zájem. „*Radši si zajdou s klukama na pivo, tak proč by chtěli chodit na keramiku.*“

Volnočasové aktivity se velmi odvíjejí od temperamentu a zájmů člověka. Chráněné bydlení má i takové klienty, kteří nikam chodit nechtějí. Mají rádi svůj klid, odpočívají nebo mají svého domácího mazlíčka, o kterého se starají.

Všechny volnočasové aktivity zde jsou dobrovolné. Avšak personál se mnohdy snaží klienta k aktivitě motivovat. Metoda motivace, která by se zde používala, neexistuje, ale vychází se ze zkušeností s daným klientem. „*Na každého klienta platí něco jiného.*“

Často vznikají i jednorázové akce na popud klientů. Například mají otázky ohledně bezpečnosti na ulici a cizích lidí. Následně na to se provedla beseda s policisty o ochraně svého soukromí.

Posledním tématem se SP byli dobrovolníci – momentálně totiž do chráněného bydlení žádní nechodí. Klienti mají velmi plný program a na dobrovolníky není mnoho času. V minulosti docházely dvě dobrovolnice, které s klienty pekly a vařily, ale z důvodu kroužku, které nabízí chráněné bydlení ve spolupráci SPMP (kroužek Zdravé vaření), nebyl o tuto aktivitu velký zájem. Klienti sice mají rádi novou společnost, takže si s dobrovolníky přišli spíše popovídat. Konkrétně se jednalo o dobrovolnice, takže se dočkaly spíše účasti klientů mužského pohlaví.

Do centra 83 dochází momentálně jen jeden dobrovolník, ale dochází za klientem do Domova pro osoby se zdravotním postižením. Tento dobrovolník dochází za klientem už mnoho let a s klientem navázali už spíše přátelský vztah.

12.2 Hlubkový rozhovor: asistentka z chráněného bydlení

Asistentka opět vyjmenovala velké množství aktivit, které mohou klienti z chráněného bydlení využívat. Avšak dodala, že se všechny aktivity podřizují zaměstnání. Jestliže klient pracuje, tak má vždy zaměstnání přednost před aktivitami.

Klienti si mohou každý den vybrat ze tří volnočasových aktivit za účelem zábavy a jejich vlastního rozvoje. Mnohdy se stává, že klient na svou pravidelnou aktivitu nechce jít, v tomto případě je nutné motivovat. Motivaci se snaží uplatňovat tak aby klienti měli pocit, že danou aktivitu chtějí sami uskutečnit.

V chráněném bydlení neexistuje povinná volnočasová aktivita, klienti si veškerou aktivitu, jak budou trávit volný čas, vybírají sami.

Personál se však snaží v maximální možné míře klientům vyjít vstříc. Snaží se je v jejich zálibách podporovat, například klientce, která projevila zájem o koně, chráněné bydlení umožnilo dojíždět do stájí, kde má možnost se o koně starat a projíždět se na nich.

Všechny volnočasové aktivity, které chráněné bydlení nabízí, se provádí v malých skupinách, aby lektor dokázal všem klientům individuálně pomoci, tím pádem klienti nemusejí všechny pracovní úkony zvládnout sami.

V chráněném bydlení však žijí i klienti, kteří tvoří i sami na své buňce bez nějaké vnější pobídky např. vyrábění z papíru, vybarvování antistresových omalovánek, malování, navlékání korálků (tyto aktivity se týkají spíše klientek). Klienti mužského pohlaví rádi tvoří videa na YouTube, nebo dabují své oblíbené postavy ve filmech. Jedná se ale pouze jen o výjimky, klienti si převážně aktivitu neumí sami najít – většinou sledují televizi. Asistentka uvádí, že: *„Klienti jsou převážně líní, dostat je k nějaké aktivitě je někdy náročné. I jak říkali, že chodí často na procházku – to není pravda. Jejich procházka spočívá v tom, že si jdou do obchodu něco koupit. Vždy ta procházka je za nějakým účelem, nikdy to není za účelem, že by se šli opravdu jenom projít. To tady asi opravdu takový nikdo není. Jestliže mají volbu zůstat doma, nebo jít na procházku, nikdo na procházku nejde. Procházka se musí spojovat často s motivací, např. na konci procházky zajdeme na oběd.“*

12.3 Komparativní analýza zaměstnanců

Oba dva rozhovory byly velmi obsáhlé. Díky rozhovoru se sociální pracovníci jsme získali informace, jakým způsobem má fungovat Centrum 83 a s ním i chráněné bydlení. Druhým rozhovorem s asistentkou z chráněného bydlení jsme pak získali praktičtější znalosti o tom, jak doopravdy chráněné bydlení funguje. V mnoha informacích se shodly, což poukazuje na opravdu skvělý funkční chod chráněného bydlení.

Odpovědi se lehce rozcházely při tématu: nárazové akce. Sociální pracovníce tvrdila, že účast je vždy velká a klienti většinou projevují zájem. Asistentka oproti tomu tvrdila opak – jestliže klienti mají na výběr, skoro vždy si vyberou nečinnost. To je možné potvrdit i z vlastní zkušenosti – autorka docházela do chráněného bydlení na praxi. Pro klienty z chráněného bydlení se zorganizovalo promítání vánočního filmu a účast klientů byla tristní – dorazili dva klienti z dvaceti šesti.

Rozhovory se dále rozcházely v tématu zaměstnání. Sociální pracovníce tvrdila, že pouze dvě klientky nemají stálé zaměstnání. Avšak asistentka z chráněného bydlení tvrdila, že je zaměstnaná pouze menšina klientů v chráněném bydlení. Tuto špatnou informovanost ze strany asistentky lze připisovat tomu, že v chráněném bydlení pracuje jen pár měsíců.

Obě dvě zaměstnankyně se však shodly na tom, že všechny aktivity jsou individuální, že velmi záleží na temperamentu jedince, náladě a celkové rozpoložení, jako u nás samotných.

13 Komparativní analýza zaměstnanců a klientů

Obsáhlost volnočasových aktivit, které popsal personál, klienti sami od sebe nejsou schopni popsat. Avšak při hlubším rozhovoru byli schopni částečně popsat aktivity, kterými se pravidelně zabývají. Rozhovory s klienty byly složitější, často se odkláněli od tématu a bylo třeba se jich ptát více na podrobnosti. Při dokončení rozhovorů a lehkém shrnutí jsme mohli zjistit, že odpovědi klientů a personálu – co se týče volnočasových aktivit – se neliší. Klienti mají opravdu pestrou škálu možností volné činnosti, kroužků a zájmů. Skvělé na tom je, že tyto možnosti klienti aktivně využívají.

Nějaké odlišnosti se při hloubkovém rozhovoru ale objevily.

Každý klient, který byl dotazovaný na jeho často prováděnou aktivitu, jako první odpověděl, že rád chodí na procházky. Z hlediska odpovědi personálu, že se klient nikdy nechodí projít bezúčelně, to byly překvapivé odpovědi. Avšak později dva klienti odpověděli, že se chodí projít do cukrárny nebo do rychlého občerstvení. Jak jsme si v předešlých odpovědích ukázali, jestliže chce personál uskutečnit výlet, vždy se to děje za účelem nějaké motivace – nejčastěji to bývá návštěva restaurace. Při porovnání s „běžnou“ populací to však není nic neobvyklého. Při jakémkoliv výletu nebo procházce může být na konci motiv neboli odměna, za kterou jsme šli.

Dále se velmi lišily časové údaje, o kterých klienti mluvili. Často se ohlíželi na asistentku, aby jim poradila. Na otázky: jak často a kdy, odpovídali špatně také všichni čtyři klienti. Buď velmi dlouho přemýšleli a autorka jim musela dát nějaké možnosti časů, nebo se o čase snažili polemizovat a asistentka pak musela časové údaje doplnit.

Celkově jsou klienti v chráněném bydlení spokojeni, všechny aktivity jsou na dobrovolné bázi, takže se mohou sami rozhodovat o volném čase. Samozřejmě je zde asistentky musí motivovat a dát klientům šanci se prosadit tam, kde je to bude bavit a činnost jim bude rozvíjet jejich schopnosti.

Také bylo zajímavé, že jeden z dotazovaných klientů bere veškeré sporty jako povinnost, a ne jako volnočasovou aktivitu. Pravděpodobně všechny aktivity, u kterých je potřeba vykonávat nějakou fyzickou aktivitu, mohou u klienta představovat práci či povinnost. Po rozhovoru s personálem jsme zjistili, že se tento jev neobjevuje jen u jednoho klienta. Klienti svým způsobem berou za povinnost i naplánovaný výlet s drobnou turistikou.

Další malou odlišností bylo možné pozorovat u tématu volnočasových aktivit a partnerství. Personál tvrdil, že jakmile má klient partnera, všechny své volnočasové aktivity i povinnosti chce trávit s ním/ní, po rozhovorech s klienty to ale nebylo tak zřejmé. Zadaný klient mužského pohlaví rád tráví se svou partnerkou volný čas, ale má již aktivity, které s partnerkou nedělá a dělat nechce. Schází se s kamarády, dochází na hokej apod. Zadané dotazované klientky mají také své aktivity, které rádi dělají bez partnera, např. navlékání korálků, vaření apod. Vše to opět záleží na individualitě jedinců a aktivit. Je však pozoruhodné, že zadaní klienti nejsou maximálně ovlivněni svým partnerem a rádi si najdou sami čas i sami pro sebe.

Celkově byly všechny rozhovory velmi příjemné a přínosné. Personál i klienti se vzájemně doplňovali, nebo se ve svém tvrzení potvrdili. Žádné velké rozpory se v rozhovorech klientů a personálu neobjevovaly.

Při rozhovorech bylo velmi viditelné, že personálu na klientech velmi záleží a snaží se jim poskytnout tu nejlepší péči, kterou dokážou zajistit. Vztah personálu ke klientům je na hranici profesionality a přátelství a toho si klienti nejvíce váží.

14 Souhrn praktické části a doporučení

V praktické části jsme se mohli přesvědčit, že Centrum 83 nabízí mnoho volnočasových aktivit a snaží se klientům vyjít vstříc v mnoha ohledech. Podporuje jejich zájmy, vytváří pro ně individuální kroužky, podporuje je v chování a starání se o zvířata či jim nechává „volnou ruku“ v plánování svých činností.

Všichni dotazovaní klienti jsou v chráněném bydlení spokojeni. Jsou spokojeni se službami, které jim chráněné bydlení nabízí, ale také s tím, že se mohou o všem rozhodovat sami. Personál v žádném případě nikoho nenutí a nepřemlouvá, vše záleží na klientech. Zaměstnanci jsou v chráněném bydlení jen od toho, aby klientům pomáhali při běžných denních činnostech a motivovali je k činnosti.

Každý klient, který žije v tomto chráněném bydlení, má naprosto plně naplánovaný svůj volný čas. Personál se aktivně snaží, aby lidé s postižením trávili svůj volný čas činně, smysluplně, aby je to vnitřně naplňovalo, rozvíjeli si své schopnosti, a hlavně aby zažili pocit úspěchu. Klient má den opravdu tak plný a aktivní, že všechny rozhovory v rámci výzkumu se musely provádět ve večerních hodinách.

Jestliže srovnáme „běžnou populaci“ (ve které se autorka pohybuje) a klienty z chráněného bydlení, tak klienti z chráněného bydlení, mají aktivnější den, než lidé z „běžné“ populace. Zde můžeme polemizovat o tom, jestli to je úplně správný přístup a jestli se klienti příliš mnoho nezatěžují. Na tuto otázku, zda by klienti chtěli provádět více volnočasových aktivit, nebo by chtěli spíše odpočívat, dostala autorka čtyři stejné odpovědi, a to: „*Chci více odpočívat.*“ Proto by autorka doporučila, aby si personál z chráněného bydlení individuálně promluvil s každým klientem zvlášť a sestavil s ním podrobný týdenní plán, případně rozdělil činnosti na volnočasové aktivity a povinnosti. Dále by bylo dobré si s klientem promluvit o tom, jaká aktivita je pro něho důležitá a jaká ho baví. Jestliže se v týdenním plánu objeví aktivita, o kterou klient nemá zájem, postupně by se mohla vyřadit. Postupně proto, aby si klient uvědomil své povinnosti – jestliže se přihlásí na kroužek, musí ho aspoň částečně dokončit.

Autorčino velké doporučení pro chráněné bydlení je, aby personál více komunikoval se svými klienty o „běžných“ věcech a aktivitách. Aby opravdu každý z nich věděl, co je volný čas a jak ho trávit, aby věděl, z jakých aktivit si může vybírat, nebo že když má volno, že si může sám zajít do kina a popřípadě s ním natrénovat, jak si koupit u pokladny lístek. Dále naopak aby poznal a chápal co je povinnost a najít na určité povinnosti klady, aby se klient dokázal sám motivovat.

Tyto rozhovory se mohou provádět na mnohá témata, která jsou pro člověka s mentálním postižením krizová např. návyky hygieny, zdravá strava, zaměstnání, partnerství a sex, pravidla rozhovoru s druhým člověkem, jeho vlastní bezpečnost apod. Tyto rozhovory je také možné provádět jak individuálně, tak po malých skupinkách, kde se každý může svěřit se svou zkušeností nebo názorem. Klienti se vzájemně mohou sblížit a najít tak u sebe větší pochopení.

Vzhledem k velké obsazenosti chráněného bydlení asi nebudou individuální rozhovory k uskutečnění reálné, avšak minimálně skupinová sezení by byla pro klienty i personál velmi přínosná.

Závěr

Bakalářská práce popsala veškeré volnočasové aktivity lidí s mentálním postižením v chráněném bydlení. Zabývala se konkrétními aktivitami, které klienti provádějí a jejich dalšími vlastnostmi, jako: k čemu slouží, jak často jsou aktivity nabízeny, s kým klient aktivity provádí nejraději. Ze všech uskutečněných rozhovorů však vzniklo i doporučení, jak dále s klienty spolupracovat, aby jejich život v chráněném bydlení bylo co nejkvalitnější. Všechny rozhovory byly porovnány mezi sebou a z tohoto porovnání byl vydedukován celkový pohled na chod chráněného bydlení, co se týče povinností a volnočasových aktivit.

Všechny položky, které byly stanoveny v cíli práce, se podařilo splnit.

Jak již bylo zmíněno v předešlých aktivitách, klienti v chráněném bydlení potřebují asistenci. Potřeba asistence se samozřejmě liší podle hloubky mentálního postižení. Klienti si volnočasové aktivity tedy vybírají sami za pomoci asistentek nebo rodiny. Až po čase mohou zjistit, že daná aktivita, kterou si předem vybrali, je nebaví a nepřináší jim žádné potěšení. Klienti jsou poté motivováni kroužek dokončit, aby byli vedeni k zodpovědnosti. Druhá osoba jedince s postižením dokáže ovlivnit k činnosti. Autorka se obává, že jestliže by klientům neustále nebyla nabízená nějaká aktivita, klienti by si sami nedokázali naplnit svůj volný čas smysluplně.

Lidé s mentálním postižením si málokdy najdou sami od sebe aktivitu, která by je zabavila. Je důležité je neustále motivovat a hledat, co klienty pobídne k činnosti. Konkrétní metoda motivace neexistuje. Jak jsme již v předchozí kapitole zmínili: „*Na každého platí něco jiného.*“ Můžeme tedy potvrdit, že kvalitní motivace funguje.

Všechny volnočasové aktivity, které jsme si v předchozích kapitolách vyjmenovali, se uskutečňují pro zabavení klienta, rozvíjení jeho schopností, udržování a učení určité zodpovědnosti, aby zažili pocit úspěchu, a především aby žili smysluplný život. Tyto aktivity klientům přináší hlavně radost. Klienti rádi mluví o svých úspěších a jsou na ně hrdí. Klient většinou není zaměřený pouze na jednu formu aktivity, buď dělá aktivně více různorodých aktivit, nebo je postupně vystřídá.

Všechny tři výzkumné otázky byly tedy zodpovězeny.

Téma pro autorku bylo velmi zajímavé a obohacující. Bylo velmi příjemné se s klienty znovu setkat a přátelsky si s nimi promluvit.

V případném pokračování například v diplomové práci by autorka zvolila mnohem hlubší a delší rozhovory s klienty na téma: Můj volný čas a povinnosti. Bylo by vhodné s klienty na toto téma mluvit každý den a dlouhodobě, aby si sami uvědomili rozdíly a mohli si sami plánovat svůj volný čas.

Seznam použitých zdrojů

Literatura:

ŠVARCOVÁ-SLABINOVÁ, I., 2011. *Mentální retardace: vzdělávání, výchova, sociální péče*. Vyd. 4., přeprac. Praha: Portál. Speciální pedagogika (Portál). ISBN 978-80-7367-889-0.

VALENTA, M., aj., 2012. *Mentální postižení: v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3829-1.

PIPEKOVÁ, J., aj., 2014. *Od edukace k sociální inkluzi osob se zdravotním postižením se zaměřením na mentální postižení: From education to social inclusion of people with health disabilities with focus on intellectual disabilities*. 2., upr. vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-7689-1.

MONATOVÁ, L., 1998. *Pojetí speciální pedagogiky z vývojového hlediska*. 2. rozš. vyd. Brno: Paido. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-85931-60-5.

MANDZÁKOVÁ, S., 2013. *Sexuální a partnerský život osob s mentálním postižením*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0502-9.

HÁJEK, B., aj., 2011. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Vyd. 2., aktualiz. [i. e. 3. vyd.]. Praha: Portál.

PÁVKOVÁ, J., 1999. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-295-5.

SPOUSTA V., aj., 1996. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita v Brně. ISBN 80-210-1274-9.

KRAUS, B., aj., 2001. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido - edice pedagogické literatury. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-7315-004-2.

VÁGNEROVÁ, M., 2008. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 4., rozš. a přeprac. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-414-4.

NAKONEČNÝ, M., 2014. *Motivace chování*. 3., přeprac. vyd. V Praze: Triton. ISBN 978-80-7387-830-6.

NEWMAN, S., 2004. *Hry a činnosti pro vývoj dítěte s postižením: rozvoj kognitivních, pohybových, smyslových, emočních a sociálních dovedností*. Přeložil Dagmar BREJLOVÁ. Praha: Portál. ISBN 80-7178-872-4.

MATOUŠEK, O., 1999. *Ústavní péče*. Vyd. 2. přeprac. a rozš. Praha: Sociologické nakladatelství. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). ISBN 80-85850-76-1.

- KVAPILÍK, J. a ČERNÁ, M., 1990. *Zdravý způsob života mentálně postižených*. Praha: Avicenum. Život a zdraví (Avicenum). ISBN 80-201-0019-9.
- KOZÁKOVÁ, Z., aj., 2013. *Výchova a vzdělávání osob s mentálním postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3714-9.
- SOLOVSKÁ, V., aj., 2013. *Rozvoj dovedností dospělých lidí s mentálním postižením*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0369-8.
- SELIKOWITZ, M., 1997. *Downův syndrom: definice a příčiny, vývoj dítěte, výchova a vzdělání, dospělost*. Vyd. 2. Přeložila Dagmar TOMKOVÁ. Praha: Portál. Rádci pro zdraví. ISBN 978-80-7367-882-1.
- VALENTA, M., aj., 2015. *Slovník speciální pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0937-9.

Internetové zdroje:

- KŘÍŽOVSKÁ P., 2019. Vzdělávání dětí s mentálním postižením - Šance Dětem. *Informační portál - Šance Dětem* [online]. Copyright © Nadace Sirius [vid. 19.08.2019]. Dostupné z: https://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/deti-se-zdravotnim-postizenim/vzdelavani-deti-se-specialnimi-potrebami/vzdelavani-deti-s-mentálním-postizenim.shtml?fbclid=IwAR1mv1zUC0abpXuGOgjmDNUd26N7s-saF_1fv6uqaiJNbKjxgyypvCuDSbU
- Volný čas a prevence u dětí a mládeže, 2002. *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. Praha: Čihák TISK. [vid. 24. 8. 2019]. Dostupné z: http://www.msmt.cz/file/7327_1_1/download/
- MOLEROVÁ J., 2011. Rekreační aktivity mentálně postižených. *Vemeste.cz* [online]. [cit. 2019-08-26]. Dostupné z: http://www.vemeste.cz/2011/11/rekrecni-aktivity-mentálne-postizenych/?fbclid=IwAR0ZKgMRKnOico9n_pwvFRbiheE3DD_oRmKEJ2Zt-84BsiRfcLjMqMbbgNU
- Motiv, motivy, motivace, 2016. *Studium psychologie* [online]. Copyright © 2016 Všechna práva vyhrazena [vid. 03.09.2019]. Dostupné z: <https://www.studium-psychologie.cz/obecna-psychologie/12-motivace-deleni-motivu.html>
- CENTRUM 83, 2019. *O nás*. [online]. Copyright © 2019[vid. 18.09.2019]. Dostupné z: <http://www.centrum83.cz/>

CENTRUM 83, 2019. *Chráněné bydlení* [online]. Copyright © 2019 [vid. 24. 09.2019].

Dostupné z: <http://www.centrum83.cz/wp-content/uploads201304letak-chb-pdf/>

SPMCR, 2020. [online]. *Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice,*

z. s. SPMP ČR. Copyright © 2020 [vid. 20. 02. 2020]. Dostupné z: <https://www.spmcr.cz/o-nas/>

Seznam příloh

Rozhovory s klienty:

Žena č. 1

Autorka (dále jen A): Kolik Vám je let?

Žena č. 1 (dále jen Ž1): No, to teda nevím.

A: To nevádí. Umíte popsat, co jste dneska dělala?

Ž1: Já chodím do práce, do kavárny. Dělán tam obsluhu.

A: Chodíte tam každý den?

Ž1: No, v úterý.

A: Jenom v úterý?

Ž1: No.

A: Od kolika hodin?

Ž1: mlčení – odpověděla asistentka: „V 11 hodin.“

A: Co děláte, když nepracujete?

Ž1: Já vždycky když přijedu tak si odpočinu.

A: Umíte mi vysvětlit, co znamená práce a co volný čas?

Ž1: mlčení.

Následně byl klientce předán experiment – obrázky, aby klientka správně rozřadila volnočasové aktivity a povinnosti. Klientčino rozřazení je vyobrazeno v tabulce č. 4.

A: Když jsme si tedy vysvětlili, co volný čas znamená, dokážete mi říct, jaké volnočasové aktivity vám tady v chráněném bydlení nabízí?

Ž1: Já chodím ven. Jdu klidně vynést odpad do popelnice a vyhodit to.

A: A není tohle spíš práce?

Ž1: Ne, mě to baví.

A: Chodíte třeba tancovat?

Ž1: Jo, chodím tancovat na Leporelo.

A: Leporelo máte každý čtvrtek?

Ž1: Jo.

A: Pracujete tady na zahradě? Staráte se o květiny nebo o slepice?

Ž1: Já chodím, ale to slepice se bojím.

A: Tak co děláte dál? Chodíte třeba do kina?

Ž1: To chodím, s přítelem.

A: A jak jste spolu s přítelem dlouho?

Ž1: Víc dlouho (*13 let*).

A: Jaké aktivity spolu provádíte s přítelem?

Ž1: Chodíme na procházky, myjeme nádobí, uklízíme, vaříme.

A: Jak často chodíte na procházky? Jednou týdně, nebo každý den?

Ž1: No, takhle (každý den).

A: Stavíte spolu puzzle nebo malujete?

Ž1: Já teda stavím i maluju fixy a pastelkami.

A: Jakou činnost máte nejradši?

Ž1: Výtvarku.

A: A co tam děláte?

Ž1: Maluju, navlíkám korálky – dělám náhrdelníky, zvonečky taky jsme dělali.

A: Co jste dělali naposledy?

Ž1: Malovali jsme šišky, natírali jsme je na bílou.

A: Máte nějaké přání, co byste chtěla někdy zkusit?

Ž1: Jednou chci bydlet někde jinde s přítelem.

A: Jste tady ohledně volnočasových aktivit spokojená?

Ž1: Jo.

A: Chtěla byste, aby tady toho bylo víc? Nebo byste naopak chtěla více odpočívat?

Ž1: Míň.

A: Když je vám tady nějaká aktivita nabízena, vždycky se zúčastníte?

Ž1: Jo, jednou jsem chodila i na břišní tance. Teď chodím na Leporelo, tancujeme Mořskou pannu.

A: A máte i kostým?

Ž1: Jo, mám. Modrý krátký šaty. Mořská panna jsem já. Já jsem tancovala ještě Krásku a zvíře, Kráska jsem já přítel je zvíře.

Žena č. 2

Autorka (dále jen A): Kolik vám je let?

Žena č. 2 (dále jen Ž2): Čtyřicet devět.

A: Umíte mi popsat svůj den?

Ž2: Já ráno vstanu, nasnídám se, pustím si na chvíli televizi se Snídaní s Novou, ráda na to koukám. Potom jdu do dílny. Tam vyrábím, dodělávala jsem tam Velikonoční slepičku. Jak se jmenuješ?

A: Veronika.

Ž2: Verunko, potom jdu na oběd, potom jdu do krámečku, tam si vyzvednu program. Potom přijdu sem, domů. Potom jdu někdy do cukrárny. Někdy sama, někdy s přítelem.

A: Co spolu s přítelem ještě děláte?

Ž2: Chodíme na procházky, nebo je tady se mnou.

A: Víte, jaký je rozdíl mezi povinnostmi a volným časem?

Ž2: *mlčení*

Následně byl klientce předán experiment – obrázky, aby klientka správně rozřadila volnočasové aktivity a povinnosti. Klientčino rozřazení je vyobrazeno v tabulce č. 6.

A: Jaké aktivity vám chráněné bydlení nabízí?

Ž2: Chodila jsem tancovat. Starám se o slepice. Potom chodím s vychovatelkami na procházku.

A: Své volno ráda trávíte sama nebo s někým?

Ž2: Sama. Potom chodím s vychovatelkami na nákupy.

A: Jakou činnost máte nejraději?

Ž2: Čtu drby. Měla jsem svého miláčka, už ho nemám. Mně umřel na rakovinu, jmenoval se Karel Gott. Hodně na něj vzpomínám, myslím na něho. Mám o něm knížky, časopisy (*klientka se rozplakala*). Poslouchám jeho písničky, stýská se mi po něm. Hodně si prohlížím a čtu knížky.

A: Karel Gott i hezky maloval, malujete taky?

Ž2: Já? Ne.

A: Vyrábíte i něco tady, nebo jenom v dílnách?

Ž2: Jenom v dílnách.

A: A co tady nejčastěji děláte?

Ž2: Koukám na televizi. Na Ordinaci, na Ulici ta akorát běží.

A: Tak já vás už nebudu zdržovat, abyste se mohla jít dívat. Jen se ještě zeptám, jestli tady jste s nabídkou aktivit spokojená?

Ž2: Ano, ano. Já jsem tady spokojená. Ale není to moje bydliště, já tady nebydlím. Já tady jenom žiju.

Muž č. 1

Autorka (dále jen A): Kolik vám je let?

Muž č. 1 (dále jen M1): Třicet pět let.

A: Umíte popsat svůj den a své povinnosti?

M1: Určitě. Ráno vstanu, pak se otužuju ve sprše a pak jdu do práce.

A: Kde pracujete?

M1: *adresa* – Dělán tam sáčky pro ryby, smoothie, čaje.

A: Jak často chodíte do práce?

M1: Pondělí, úterý a pátek.

A: A v kolik hodin ráno vstáváte?

M1: Tak v úterý vstávám v šest.

A: A v pondělí?

M1: To mám odpolední, to je tak od půl jedné.

A: Jaké další povinnosti tady máte?

M1: Uklízení, vaříme...

A: Víte, jaký je rozdíl mezi povinností a volným časem?

M1: Povinnosti, to je práce a volný čas je odpočívat.

Následně byl klientovi předán experiment – obrázky, aby klient správně rozřadil volnočasové aktivity a povinnosti. Klientovo rozřazení je vyobrazeno v tabulce č. 8.

A: Jsou vám v chráněném bydlení nabízeny nějaké volnočasové aktivity?

M1: Určitě. Tak chodím na florbal ve středu, ve čtvrtek chodím na Leporelo, na garsonce se dokážu zabavit, dělám si textil, hokejové věci, chodím rád na hokej podporovat tým, fotím.

A: Chodíte na hokej jenom tady ve městě?

M1: Ano, a ještě koukám v televizi.

A: Jak často vám v chráněném bydlení aktivity nabízí?

M1: Každý den.

A: Zúčastníte se vždycky?

M1: Když nejsem unavený tak určitě každý den.

A: Co vás nejvíc baví?

M1: Tak nejvíc textil a ten hokej.

A: S kým na hokej chodíte?

M1: Většinou sám, ale sejdeme se tam s partou. Jsme taková hokejová rodina. Do hospody chodíme, tak posedíme, pokecáme a popijeme.

A: Co vás nejvíc baví na hokeji?

M1: Nejvíc mě baví střelby do branky, a když dají gól, točíme šálama nad hlavou.

A: Máte partnerku?

M1: Mám.

A: Chodí s vámi na hokej?

M1: Nechodí. Ale chodila na první ligu, ještě v roce 2013/2014. Pak se tam porvali a teď už nechodí. Už se tam bojí.

A: Jaké aktivity tedy s partnerkou podnikáte?

M1: Do cukrárny jsem jí občas pozval, dali jsme si colu nebo sprite, něco na zub. Aktivita, kterou mám nejradši je, že můžu být se svou partnerkou.

A: Chodíte třeba ještě do kina?

M1: Do kina chodíme. I s bráchou, teď jsme byli s bráchou v kině na Hvězdných válkách. A bylo to pěkný. Já jsem toho velký fanda, a celý jsem si to přepsal, a dokonce i přes notebook dabuju některý postavy. Chci být znalec Hvězdných válek, zakládám i stránky na Facebooku.

A: Máte nějaké přání, jakou aktivitu byste chtěl někdy zkusit?

M1: Chtěl bych to trochu tady pozměnit a chtěl bych být poradce hokejistů a sedět s trenérama na lavičce, ale to asi nepůjde, protože neumím hrát hokej.

A: Jak trávíte víkendy?

M1: Tak víkendy trávíme tady. Odpočíváme, lenošíme. Mám rád velký spánek, pak koukáme na televizi až do rána třeba do tří a pak zase jdeme spát.

A: Chodíte o víkendu třeba na procházky?

M1: Určitě.

A: Kam rád chodíte?

M1: Třeba do Mekáče.

A: Jste tady spokojený s aktivitami?

M1: Chtěl bych víc odpočívát a nejradši bych to tady pozměnil. Nabarvit to tady i nábytek na zeleno bílou jako barvy hokeje.

Muž č. 2

Autorka (dále jen A): Kolik vám je let?

Muž č. 2 (dále jen M2): To nevím.

A: Umíte popsat svůj den, co jste dnes dělal?

M2: Já dneska byl na florbale s trenérem a s Davidem.

A: Kdy jste tam byl?

M2: Ráno.

A: Ještě jste dneska něco dělal?

M2: Byl jsem na nákupu s asistentkou.

A: Umíte vysvětlit, jaký je rozdíl mezi povinností a volným časem?

M2: To nevím, co to je.

Následně byl klientovi předán experiment – obrázky, aby klient správně rozřadila volnočasové aktivity a povinnosti. Klientovo rozřazení je vyobrazeno v tabulce č. 10.

A: Takže volný čas znamená, že to jsou aktivity, které děláte rád a které vás baví. A nabízí vám v chráněném bydlení takové aktivity?

M2: Všechno možný. Chodím na procházky, ale teď prší. Chodím do cukrárny, do kina občas.

A: A co děláte, když jste tady v týdnu?

M2: Chodíme na bowling s asistentkami všechny dohromady. Chodíme do hospody na jídlo. Nebo vařím, teď jsem dělal celého králíka tady pro všechny, já to nesním. To mám z domova, maminka zabije králíci.

A: Jezdíte na víkendy i k rodině?

M2: Jo. Já tam pomáhám rodičům. Krmím králíky. Děláám všechno možný. Doma uklízím a stavím doma puzzle.

A: Jakou činnost máte nejraději?

M2: Všechno možný.

A: Máte radši florbal, stavění puzzlí...

M2: Tak asi ten florbal, chodím na zahradu pracovat, ale teď prší. Práce je no, doma i tady.

A: S kým nejraději trávíte volný čas?

M2: S rodiči, kamarády, pomáhám rodičům, tady.

A: Máte přítelkyni?

M2: To nemám. Bohužel, holky jsou k ničemu.

A: Máte nějaké přání, co byste chtěl někdy zkusit, třeba skok padákem?

M2: No možná jo, klidně s tebou, to je jedno.

A: Zítřka máte teda celý den volno, víte, co budete dělat?

M2: Budu asi uklízet, vařit – mám tam šunku. A všechno možný. Když nebude pršet, půjdu na procházku, nebo na zahradu. Ale asi bude zima, to nesnáším. Budu koukat na televizi.

A: Jste tady ohledně aktivit spokojený?

M2: Jsem.

A: Účastníte se všeho, co vám chráněné bydlení nabízí?

M2: Mně se líbí tohle to povídání.

A: Chtěl byste víc aktivit? Nebo byste chtěl víc odpočívat?

M2: Víc odpočívat. Máme doma i pejska, já mu říkám Hraboš. Pomáhám hodně. Máme zvířata doma, slepice, králíky...málo jich ale máme.

A: Ale to jich je hodně, já nemám žádné.

M2: Já ti klidně přivezu (*smích*).

Rozhovory personál:

Sociální pracovnice

Autorka (dále jen A): Jaké možnosti volnočasových aktivit Centrum 83 nabízí?

Sociální pracovnice (dále jen SP): Tak jednak chráněné bydlení ze zákona nabízí službu nebo kategorii služeb aktivizace, kam spadají různé aktivity volnočasové. Vychází se z toho, s čím přijdou i sami klienti, k čemu tíhnou, co je zajímavá, nebo co už třeba dělají. Máme tady různé sportovní kroužky, spinning, chůze s hůlkami, přizpůsobené sporty, florbal, bowling, jízda na kole, chodí se plavat do bazénu, v létě máme bazén tady, máme tady slepice, o které se klienti mohou starat. Dále se využívá města – procházky po městě, kina, divadla a po obchodech koukat do výloh, to je taková oblíbená aktivita, ne abychom to přímo vymýšleli. Chodí se do cukrárny, prostě vše, co to město přináší. Klienti také chodí na fotbal a na hokej, jsou členy fanklubů. Dále se s klienty vyrábí a dělají takové běžné ruční práce, nebo se něco vybarvuje u televize přímo v domácnosti. Spolupracujeme se společností Přátelé lidí s mentálním postižením, která pořádá různé pobyty a různé kroužky. Tam je teda odpolední škola, vaření, Zumba, muzikoterapie, výtvarný kroužek.

Potřeby klientů se mění, jak stárnou, jejich schopnosti ubývají, tak máme pobyty zacílené na drobnou turistiku. Jezdí se také na koně. Momentálně se zaměřujeme na to, abychom vymysleli volnočasové aktivity pro lidi, kteří už jsou starší a pasivnější. Nově tedy máme masáže a Perličku. Je to primárně pro lidi s těžším postižením a pro ty, kteří nevyužijí kino, protože jim to nic nedá. Navázala se také spolupráce se školou Maja. Studentky klientům dělají kosmetické odpoledne, nalíčí a učešou klientky. V budoucnu klientky budou chodit přímo do té školy, kde budou mít svůj salon.

Ted' rozjíždíme i bojové sporty. Klienti mají zájem se tomuto věnovat. Snažili jsme se, aby mohli docházet do běžného klubu, ale to se nepodařilo. Oslovili jsme tedy jednoho trenéra, který o to měl zájem a ten je bude vyučovat.

Nově také máme jógu, takže k nám jednou týdně chodí cvičit jogínka.

A: Jak často jim jsou volnočasové aktivity nabízeny?

SP: Aktivity jsou nabízeny pravidelně. Od toho SPMP je kroužek jednou týdně, ale těch kroužků je třeba pět. Takže každý den je nějaký kroužek a mimo to jsou každý den nabízeny nějaké sporty. A ještě jsem zapomněla dodat, že tu máme pracovní dílny, kam klienti s chráněného bydlení dochází, mají to jako aktivizaci, kterou si platí. Je to také opět nějaká služba, máme košíkářskou, textilní, zahradnickou dílnu, keramiku, výroba svíček ...

A: Neberou tu pracovní dílnu jako práci?

SP: Je to tak, že to tak berou, protože dřív jsme klienty v těch dílnách zaměstnávali. To jsme pak ale přestali dělat, z kraje jsme dostali nový výměr, co by sociální zařízení mělo a nemělo poskytovat. Takže jsme to museli změnit a klienty jsme zaměstnali na volném trhu práce, což se podařilo. Momentálně nepracují jen dvě klientky z chráněného bydlení. Klienti nechtěli z pracovních dílen odejít, byli zvyklí a báli se změny. Nakonec to pro ně bylo velice výhodné, vydělávají si víc peněz, poznají jiné lidi a práci, a to je zase trošku posune dál. Zároveň jsme tím získali v pracovních dílnách volná místa pro klienty, kteří se jinde zaměstnat nedají. I tohle je tedy možnost aktivizace v těch dílnách.

A: Za jakým účelem volnočasové aktivity nabízíte?

SP: Hlavně tedy rozvoj dovedností, zábava ale, aby klienti ještě zažili pocit úspěchu, že je něco baví, že tráví smysluplně čas. Aby měli trochu i nějakou povinnost. Když se na něco zapíší, tak i když je to moc nebaví, aby to dochodili, získávání nějakých zkušeností. Ale především smysluplné trávení volného času. Něco se naučit, mít radost z toho, že něco poznávají.

A: Provádí klienti volnočasové aktivity spíše samostatně, ve skupině či v páru?

SP: Všechny tyto aktivity, o kterých jsem mluvila, se dělají s někým. Vždy je nějaká skupinka, kde je nějaký lektor. Klienti, kteří mají volný pohyb – tam není potřeba ten volný čas tolik nabízet, oni si ho naplní sami a nemají ani moc zájem o naše kroužky. Prostě jdou s klukama na pivo tak, proč by šli na keramiku. Záleží hlavně na schopnostech toho člověka.

A: Jestliže jsou v páru, dělají nabízené aktivity společně?

SP: Většinou už pak chtějí dělat všechno spolu, nebo teda aspoň jeden z nich.

A: Používáte nějakou metodu motivace k aktivitě?

SP: Přímo metoda se nepoužívá. Spíš tak se vychází ze zkušeností s tím klientem. Na každého platí něco jiného. Asistenti ty klienty znají a ví, co koho motivuje. Často se stává, že se klientům do něčeho nechce a jsou známí tím, že se na něco přihlásí, jdou tam dvakrát a už tam nechtějí. Proto jim říkáme, že tam sice nemusí chodit, ale na to, na co se přihlásili, by měli dochodit. Rozhodně se nevrací žádné peníze, to se třeba dříve dělalo, a snažíme se, aby měli za to zodpovědnost. Finální rozhodnutí je stejně na nich, ale trochu se snažíme.

A: Když je nabízená nějaká aktivita, jaká je účast? Spíš se klientům chce účastnit, nebo radši odpočívají?

SP: Většinou zájem je. Snažíme se ale dělat menší skupinky. Dělají se převážně takové aktivity, o které je zájem. Nebo vznikají aktivity z popudu klientů. Teď vznikla beseda s policisty na téma cizí lidi, telefonní čísla – celkově o bezpečnosti.

A: Dobrovolníci a jejich aktivity – konkrétní příklady, jak často dobrovolníci dochází, reakce na dobrovolníky?

SP: Pomalu tady s klienty ani nemají co dělat. Momentálně je v celém Centru jeden dobrovolník a ten chodí za klientem z domova pro osoby se zdravotním postižením. Hrají spolu šachy. Spíš už navázali přátelský vztah, chodí spolu ven a tak. Jinak je problém v tom, že sem ten dobrovolník přijde a my pro něj nemáme prostor. Chodili sem loni holky péct s klienty s chráněného bydlení, ale klienti pečou třikrát v týdnu, takže to pro ně bylo spíš to, jakože pečou s někým jiným. Ale není po tom taková poptávka.

A: Byl tedy o dobrovolnice zájem?

SP: Jako byl, přišly mladé holky. Takže i kdyby dělali cokoliv tak ti kluci se vždycky zúčastnili.

Asistentka z chráněného bydlení

Autorka (dále jen A): Jaké možnosti volnočasových aktivit Centrum 83 nabízí?

Asistentka z chráněného bydlení (dále jen CH): Nabízí jich hrozně moc. Je to vlastně výtvarka, keramika, pletení košíků, Leporelo, florbal, spinning, plavání – mají toho tady dost na výběr. Mají i odpolední školu, kde se můžou něco naučit, ale všechno se podřizuje vlastně tomu, že když mají zaměstnání tak to zaměstnání má vlastně přednost.

A: Mají tady klienti všichni zaměstnání?

CH: Nemají.

A: Spíš menšina nebo většina?

CH: No spíš možná menšina, ono je opravdu těžké jim zaměstnání sehnat.

A: Jak často jim jsou volnočasové aktivity nabízeny?

CH: Každý den si mohou z něčeho vybrat. Každý den je na výběr ze dvou až tří aktivit.

A: Za jakým účelem volnočasové aktivity nabízíte?

CH: Je to pro jejich zábavu a zároveň aby se rozvíjeli, aby nezakrněli, když to řeknu takhle. Jsou věci, které je baví, na které chodí rádi. Pak přijde den, kdy se jim i přesto nechce jít. Takže je dobrý použít nějakou tu motivaci. Myslím si, že toho mají dost, že je z čeho vybírat.

A: A jsou tady aktivity, které jsou vyloženě povinné?

CH: Ne, povinné tu není nic. Vybírají si všechno to, co je baví.

A: Provádí klienti volnočasové aktivity spíše samostatně, ve skupině či v páru?

CH: Jsou to většinou skupinky, se kterými se spolupracuje. Třeba ta výtvarka je na víc skupin, aby jich nebylo více najednou. Aby na ně měl ten lektor čas, protože ne všechno zvládnou sami.

A: A jsou tady klienti, kteří chtějí svůj čas trávit vyloženě sami?

CH: Ano jsou, dva – ti hodně malují, vybarvují hodně antistresové omalovánky, rádi navlíkají korálky, dělají si šperky, náramek, prstýnek. Nebo nahrávají různé nahrávky. Každý to má jinak nastavený.

A: Ptám se proto, že mě zajímá, jestli se musí neustále tlačit do nějaké aktivity, nebo jsou schopni si aktivitu najít sami?

CH: Někteří tu jsou, ale spíš jsou převážně líní. K něčemu je dostat, i na tu procházku, jak říkali, spíš jdou na procházku si něco koupit. Klienti jsou převážně líní, dostat je k nějaké aktivitě je někdy náročné. I jak říkali, že chodí často na procházku – to není pravda. Jejich procházka spočívá v tom, že si jdou do obchodu něco koupit. Vždy ta procházka je za nějakým účelem, nikdy to není za účelem, že by se šli opravdu jenom projít. To tady asi opravdu takový nikdo není. Jestliže mají volbu zůstat doma, nebo jít na procházku – nikdo na procházku nejde. Procházka se musí spojovat často s motivací, např. na konci procházky zajdeme na oběd.

A: Používáte nějakou metodu motivace k aktivitě?

CH: Na každého platí něco jiného. Nějakým stylem, nějakou motivací je ne k tomu donutit, ale prostě přimět k tomu, že mají pocit, že tam chtějí jít sami.

A: Když je nabízená nějaká aktivita, jaká je účast? Spíš se klientům chce účastnit, nebo radši odpočívají?

CH: Pravidelné aktivity mají velkou účast, ale nastanou i chvíle kdy se jim nechce. U nárazových aktivit mají na vybranou, tam vědí, že nemusí jít, že je k tomu nikdo nemůže nutit. Ale záleží na tom, jak se vyspí, jakou má náladu, prostě jako u každého.

A: Dobrovolníci a jejich aktivity – konkrétní příklady, jak často dobrovolníci dochází, reakce na dobrovolníky?

CH: Chodily sem nějaký holčiny, když jsem sem nastupovala, ale zažila jsem je jen jednou. Já tady pracuji jen chvíli. Tohle teda úplně nevím, ale hlavně teda měli zájem kluci.