

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Oddělení praxe

Bakalářská práce

VÝZNAM DOBROVOLNICTVÍ PRO SENIORY

Vedoucí práce: Mgr. Magdalena Ehrlichová

Autor práce: Denisa Holubová

Studijní obor: Sociální a charitativní práce

Ročník: 3. ročník

2020

Čestné prohlášení

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

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

V Českých Budějovicích dne

17. 4. 2020

Podpis autora

Denisa Holubová

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Magdaleně Ehrlichové za cenné rady, připomínky a odborné vedení při vypracování mé bakalářské práce. Zejména oceňuji lidský přístup, vstřícnost a trpělivost.

Také bych ráda touto cestou poděkovala RSDr. Jánů Mišovičovi, CSc. za odbornou pomoc při vypracování výzkumné sondy.

V poslední řadě bych ráda poděkovala zaměstnancům organizací, ve kterých jsem prováděla výzkumnou sondu a všem dobrovolníkům, kteří se této výzkumné sondy zúčastnili, za jejich ochotu, vstřícnost a smysluplné vykonávání dobrovolnické činnosti.

Obsah

Úvod.....	6
1 Fenomén dobrovolnictví.....	8
1.1 Dobrovolnictví	8
1.2 Dobrovolník	10
1.2.1 Motivace k dobrovolnictví.....	11
1.3 Legislativní ukotvení dobrovolnictví v České republice	14
1.3.1 Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě.....	14
1.3.2 Dobrovolnická smlouva.....	15
1.4 Oblasti působení dobrovolníků	16
1.5 Dobrovolnická centra a jejich význam.....	17
2 Zapojení dobrovolníků do činnosti organizace	20
2.1 Příprava organizace na přijetí dobrovolníků	22
2.2 Získávání dobrovolníků	23
2.3 Zařazení dobrovolníka do organizace	25
2.4 Podpůrné aktivity určené dobrovolníkům.....	27
2.4.1 Setkávání dobrovolníků	27
2.4.2 Prostor k reflexi a sebereflexi	27
2.4.3 Oceňování dobrovolníků.....	29
2.5 Ukončení spolupráce s dobrovolníkem.....	29
3 Senioři v rámci dobrovolnictví.....	31
3.1 Senioři a období třetího věku	31
3.1.1 Lidské potřeby ve stáří.....	32

3.2	Význam dobrovolnictví pro seniory dobrovolníky	34
3.3	Význam seniorů dobrovolníků pro organizaci	37
4	Význam dobrovolnictví pro seniory v konkrétních organizacích	40
4.1	Stanovení cíle	40
4.2	Metodika	40
4.2.1	Forma výzkumné sondy	40
4.2.2	Formulace výzkumného vzorku.....	41
4.3	Zpracování výzkumné sondy	42
4.4	Diskuze.....	43
	Závěr	45
	Seznam použitých zdrojů.....	47
	Seznam příloh	50
	Přílohy.....	51
	Abstrakt.....	56
	Abstract.....	57

Úvod

Pro svoji bakalářskou práci jsem si zvolila téma „význam dobrovolnictví pro seniory“, neboť se sama osobně angažuji v dobrovolnické činnosti. Vzhledem k tomu, že sama figuruji jako dobrovolnice, konkrétně v sociální oblasti při práci se seniory, nemohla jsem si při setkávání dobrovolníků nevšimnout, z jakých osob se dobrovolníci skládají. Ze značné části se jedná právě o seniory, kteří se dobrovolně rozhodli pomáhat v rámci dobrovolnické činnosti, přičemž tato myšlenka mne velmi zaujala, a proto jsem se rozhodla věnovat se tomuto tématu v rámci bakalářské práce.

Dobrovolnictví samo o sobě je jev, který se nachází ve světě již od samého počátku, nicméně v současné době se ve společnosti zviditelňuje a dostává se do vědomí široké veřejnosti, a proto se domnívám, že se jedná o téma, které je aktuální a zaslouží si, aby se o něm i nadále diskutovalo. V této práci bych ráda předložila nové informace, které se pojí se seniory, kteří figurují v rámci dobrovolnictví, neboť se domnívám, že se jedná opravdu o důležité téma, které může být užitečné nejen pro dobrovolníky a příjemce dobrovolnické činnosti, ale i pro samotnou společnost, neboť osob, které potřebují pomoc od druhých neustále přibývá. Ve společnosti se nachází mnoho těchto osob, které mají problémy a pomoc od druhého člověka by uvítali, proto se domnívám, že potřebnost dobrovolníků neustále narůstá. Dobrovolnictví je něco, co vnímám jako krásný čin a obdivuji každého člověka, který se do této obdivuhodné činnosti zapojí.

Cílem této bakalářské práce je objasnit význam dobrovolnictví pro seniory. Zadaný cíl se budu snažit splnit nejprve předložením teoretických informací, které budu čerpat z odborné literatury, přičemž se domnívám, že mezi klíčovou literaturu bude patřit kniha od Jiřího Tošnera a Olgy Sozanské s názvem *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*, dále kniha od Pavola Friče a Terezy Pospíšilové s názvem *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století* či kniha od Zdeňka Mlčáka a Heleny Záškové s názvem *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*. Nicméně se budu snažit čerpat také z odborných časopisů či zákonů. Tyto teoretické poznatky budou v rámci čtvrté kapitoly doplněny výzkumnou sondou, která se bude týkat objasnění významu dobrovolnictví pro seniory dobrovolníky.

Bakalářská práce je rozdělena do čtyř částí. V první části této práce se budu zabývat obecnými informacemi o dobrovolnictví, tudíž nejprve objasním základní pojmy, mezi

které řadíme dobrovolnictví či pojem dobrovolník a také se zmíním o legislativním ukotvení dobrovolnictví v České republice. Závěrem první kapitoly představím myšlenku dobrovolnických center, které fungují jako vysílající organizace pro dobrovolníky. Druhá kapitola se bude věnovat zapojení dobrovolníků do činnosti organizace, přičemž zde je důležitá myšlenka dvou fungujících modelů dobrovolnictví, které se odvíjí od způsobu zapojení dobrovolníků do organizace, a které budou klíčové pro výzkumnou sondu. Závěrem kapitoly se zmíním o podpůrných aktivitách, které jsou určené dobrovolníkům, neboť se jedná o důležitou součást, která usnadňuje práci dobrovolníkům i samotné organizaci. Ve třetí kapitole si nejprve představíme, jakým způsobem jsou v této práci vnímáni senioři, přičemž se zaměřím také na myšlenku třetího věku. Druhá polovina této kapitoly se bude věnovat nosnému tématu mé práce, kterým je význam dobrovolnictví pro seniory.

Práce je doplněna výzkumnou sondou zjišťující význam dobrovolnictví pro seniory ve dvou vybraných institucích: v Salesiánském středisku mládeže v Českých Budějovicích, které samostatně koordinuje své dobrovolníky a v Dobrovolnickém centru při Diecézní charitě v Českých Budějovicích, které funguje jako vysílající organizace, která dobrovolníky vysílá do přijímacích organizací.

1 Fenomén dobrovolnictví

V první kapitole bakalářské práce se nejprve zaměřím na objasnění klíčových pojmů, které jsou pro tuto práci důležité, přičemž se jedná o pojmy dobrovolnictví a dobrovolník, následovně se zaměřím na objasnění motivace k dobrovolnictví. V druhé části první kapitoly představím legislativní ukotvení dobrovolnictví v České republice, poté objasním oblasti, ve kterých se mohou dobrovolníci angažovat a závěrem kapitoly představím základní myšlenku dobrovolnických center, které s dobrovolníky spolupracují.

Fenomén dobrovolnictví v sobě ukrývá míru odpovědnosti člověka za sebe, za druhé, ale i za svět ve kterém žijeme. Vzájemná pomoc a porozumění tvoří mezi lidmi základ lidské existence. Pokud se chceme zabývat dobrovolnictvím, měli bychom si ujasnit, že se jedná o termín, který vychází z jedné z občanských ctností, konkrétně hovoříme o dobročinnosti neboli filantropii, kterou můžeme vnímat jako lásku člověka k člověku či přirozený soucit s ostatními, kteří potřebují pomoc. Dobročinnost můžeme rozdělit na dvě oblasti, z nichž v prvním případě se jedná o dárcovství, které je uskutečňováno formou peněžitých či věcných darů shromažďujících se pomocí sbírek či nadací a v druhém případě hovoříme právě o zmíněném dobrovolnictví, na které se podrobněji zaměřím v následující podkapitole.¹

1.1 Dobrovolnictví

V rámci výzkumu dobrovolnictví z roku 1957 je dobrovolnictví chápáno jako svobodné rozhodování, které není motivováno materiální hodnotou.² Obdobné objasnění získáváme také od Matouška, který dobrovolnictví vnímá jako „*neplacenou a nekarierní činnost, kterou lidé provádějí, aby pomohli svým bližním, komunitě nebo společnosti.*“³ Obecně tedy můžeme o dobrovolnictví hovořit jako o neplacené činnosti, která je vykonávána lidmi na základě vlastní vůle a ve prospěch druhých.

¹ Srov. TOŠNĚR, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi*, s. 36.

² Srov. MLČÁK, Z; ZÁŠKODNÁ, H. *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*, s. 10-11.

³ MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*, s. 55.

Pohled na dobrovolnictví nám nabízí také Všeobecná deklaráce o dobrovolnictví, která byla schválena správní radou IAVE (Mezinárodní asociace pro dobrovolnické úsilí) na 16. světové konferenci dobrovolníků, konané v Amsterdamu v lednu 2001, který byl Mezinárodním rokem dobrovolníků. V této deklaraci je dobrovolnictví vnímáno jako základní prvek občanské společnosti, neboť se jedná o touhu po míru, svobodě, příležitostech, bezpečí a spravedlnosti pro všechny. Družnost, zájem o druhé, služba jiným lidem, všechny tyto hodnoty se díky dobrovolnictví udržují a posilují. Dobrovolnictví umožňuje jednotlivcům uplatňovat svá práva, svou odpovědnost, ale také naučit se realizovat svůj lidský potenciál.⁴

Deklarace podporuje právo všech lidí, žen, mužů a dětí se svobodně sdružovat a dobrovolně pracovat bez ohledu na rozdílnosti jednotlivých lidí, neboť každý člověk by měl mít právo na rozhodnutí, zda chce nabídnout svůj čas a pomoc jiným lidem v rámci dobrovolnictví. Cílem deklarace je rozvoj dobrovolnictví, které by pomohlo zapojit celou komunitu do zjišťování a řešení problémů a umožnilo dalším lidem zapojit se do dobrovolnictví a mluvit i za ty, kteří nemohou mluvit sami za sebe. Mezinárodní asociace pro dobrovolnické úsilí vyzvala všechny dobrovolníky a vedoucí představitele ze všech oblastí po celém světě, aby se partnersky spojili na propagaci a podporu účinného, všem přístupného dobrovolnictví, které je symbolem solidarity všech lidí a národů, přičemž zároveň vyzývá globální komunitu dobrovolníků, aby tuto Všeobecnou deklaraci o dobrovolnictví studovali, diskutovali o ní a naplnili ji.⁵

Důležité je také nastínit rozdíl mezi formálním a neformálním dobrovolnictvím. Ač by se na první pohled mohlo zdát, že se dobrovolnictví uplatňuje převážně jako koordinovaná činnost, je na místě si uvědomit, že neexistuje pouze formální, nýbrž také neformální dobrovolnictví. V prvním případě se dobrovolnictví uskutečňuje v organizačním kontextu, což znamená, že dobrovolnická činnost je vykonávána v organizaci či je organizací zprostředkována prostřednictvím dobrovolnického centra, přičemž činnost je koordinována profesionálním pracovníkem, který dobrovolníkovi pomáhá zapojit se do dobrovolné činnosti v rámci organizace. Podle výzkumů se formálnímu dobrovolnictví věnují spíše lidé s vyšším vzděláním, neboť vzdělanější lidé

⁴ Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a práce s nimi v organizacích*, s. 133-136.

⁵ Srov. Tamtéž, s. 133-136.

mají vyšší sociální kapitál a lepší dovednosti či větší rozhled a vědomí naléhavosti problému.⁶

V druhém případě se jedná o neformální dobrovolnictví, které se odehrává mimo organizační kontext a jemuž se věnují spíše lidé se základním vzděláním. Frič uvádí, že v neformálním dobrovolnictví převažuje susedská výpomoc, kdy se jedná o domácí práce, péče o zahradu, nákupy, dopravu, hlídání dětí či zalévání květin, přičemž této činnosti se věnuje více než polovina neformálních dobrovolníků. Dalším prvkem neformálního dobrovolnictví je tzv. „servisní“ činnost, kterou vnímáme jako pomoc potřebnému člověku v nouzi, a které se věnuje jedna třetina neformálních dobrovolníků. V posledním případě hovoříme o tzv. „advokační“ činnosti, které se věnuje každý desátý neformální dobrovolník a je spojena s obhajobou práv a zájmů, tudíž se jedná o pomoc lidem, které někdo utiskoval či ohrožoval. Nicméně v případě tohoto dobrovolnictví je složité určit přesnou hranici mezi neformálním dobrovolnictvím a pomocí rodině – na jedné straně je pomoc příbuzných vyjmuta z neformálního dobrovolnictví, na druhé straně se pomoc příbuzným připouští, avšak s výjimkou pomoci osobám v domácnosti, nicméně v obou případech jde o princip vynechat z pojmu neformální dobrovolnictví pomoc osobám, které jsou blízké takovým způsobem, že pomáhat jim je považováno téměř za povinnost.⁷

1.2 Dobrovolník

Dobrovolník je vnímán jako osoba, která bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, svoji energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti. Jedná se tedy o osoby, které přinášejí do společnosti ostatních lidí své životní zkušenosti a celkově napomáhají ke zkvalitnění služeb svým individuálním přístupem. Každá osoba, která se svobodně a dobrovolně rozhodne stát se dobrovolníkem, ze sebe činí nositele

⁶ Srov. FRIČ, P.; POSPÍŠILOVÁ, T. a kol. *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století*, s. 74-75.

⁷ Srov. Tamtéž, s. 74-75.

procesu změn ve společnosti, neboť nabízí svoji energii, která pomáhá hledat zdroje a možnosti nových řešení problémů, se kterými se mohou lidé potýkat.⁸

Dle výzkumu, který byl prováděn v roce 2014, bylo v České republice zapojeno do dobrovolnictví téměř 2 miliony osob a tím se Česká republika umístila na osmém místě mezi členskými státy EU. Dobrovolníci v České republice odpracují každý rok přibližně 45 milionů hodin a odvádějí práci zhruba za více než 5,5 miliardy korun. Z těchto dat vyplývá, že v České republice je velké množství lidí, kteří se ve svém volném čase věnují činnosti ve prospěch druhých bez nároku na finanční odměnu.⁹

1.2.1 Motivace k dobrovolnictví

Najít odpověď na otázku, co lidi motivuje k rozhodnutí stát se dobrovolníkem, je složité, neboť motivace k dobrovolnictví je sociálně podmíněná, a proto existuje obava, že lidé oslovení ve výzkumech v rámci dobrovolnictví poskytnou sociálně akceptovanou odpověď, nicméně pro samotné dobrovolníky je dobré, aby poznali svou vlastní motivaci k dobrovolnictví, neboť věnovat se dobrovolnictví nemusí být vždy jednoduché. Dobrovolnictví může s sebou přinášet řadu úsilí, času a někdy i finanční náklady. A právě proto je důležité porozumět motivaci, která tyto lidi vede k rozhodnutí vykonávat dobrovolnickou činnost. Vzhledem k rozmanitosti mnoha forem dobrovolnictví vznikla potřeba tento jev smysluplně teoreticky utřídit, přičemž C. Rochester uvádí pro přesnější objasnění motivace tři základní typy dobrovolnictví, které jsou označovány jako dobrovolnická paradigmat.¹⁰

V prvním případě hovoříme o *dominantním paradigmatu*, kdy je dobrovolnictví vnímáno jako jev, který může být motivován širokou škálou pohnutek, jež vyvěrají z altruismu. Lidé se stávají dobrovolníky z důvodu, aby pomohli druhým lidem, kteří jsou na tom hůře než oni sami, přičemž jim poskytují péči a podporu v mnoha oblastech společenského života, která je zaměřena na různé cílové skupiny. V tomto případě je významná podpora, kterou dobrovolníci poskytují v rámci svépomocných skupin. Dobrovolnictví je poskytováno velkými, profesionálními a formálně strukturovanými

⁸ Srov. SKOVAJSA, M. a kol. *Občanský sektor – organizovaná občanská společnost v České republice*, s. 125-126.

⁹ Srov. MATULAYOVÁ, T.; JURNÍČKOVÁ, P.; DOLEŽEL, J. a kol. *Motivace k dobrovolnictví*, s. 5-6.

¹⁰ Srov. MLČÁK, Z.; ZÁŠKODNÁ, H. *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*, s. 15.

organizacemi, ve většině případů se jedná o neziskové organizace, v nichž dobrovolníci představují specifické role, pro které jsou vybíráni a někdy i trénováni.¹¹

V druhém případě se jedná o *paradigma občanské společnosti*, kdy je dobrovolnictví vnímáno jako altruisticky motivovaná snaha pomáhat lidem v nouzi. Dobrovolníci se snaží identifikovat jejich problémy a naplňovat jejich neuspokojené potřeby. Aktivita dobrovolníků je soustředěna do oblasti péče a dalších služeb a mnohem méně je uplatňována v rámci svépomocných skupin. Dobrovolníci ve většině případů pracují spíše v asociacích, které mají management a většinou také placené zaměstnance. V duchu tohoto paradigmatu jsou dobrovolníci chápáni jako členové asociace a jejich role se postupně utváří prostřednictvím jejich zkušeností, sebereflexe a profesního růstu.¹²

Posledním paradigmatem je *volnočasové paradigma*, které vnímá dobrovolnictví jako aktivitu motivovanou převážně vnitřními pohnutkami souvisejícími s nadšením, se snahou získávat hodnotné vnitřní odměny a aktivně uplatnit své osobní kvality. Tito dobrovolníci působí nejčastěji v oblasti sportu, rekreace, umění a kultury. Dobrovolníci působí v mnoha organizacích a klubech, které mívají určitou strukturu, vymezená pravidla a někdy také mohou disponovat vlastním majetkem. Dobrovolníci v tomto případě mohou působit jako účastníci, provozovatelé či účinkující.¹³

V roce 1999-2000 proběhl v České republice výzkum dárcovství a dobrovolnictví, ze kterého vyloučily nové poznatky v rámci motivace k dobrovolnictví. Na základě tohoto výzkumu teoretikové vytipovali tři základní modely motivace dlouhodobého dobrovolnictví, které nám ještě hlouběji objasní problematiku motivace k dobrovolnictví, přičemž se jedná o motivace, které se navzájem prolínají, nicméně u jednotlivých dobrovolníků může mít některá z nich dominantnější vliv.¹⁴

V prvním případě hovoříme o *konvenční motivaci*, o kterou se jedná v případě, kdy se jedinec stal dobrovolníkem z důvodu morálních norem buď svého nejbližšího okolí, nebo kvůli obecným neformálním pravidlům chování v dané společnosti. Dobrovolníci,

¹¹ Srov. MLČÁK, Z.; ZÁŠKODNÁ, H. *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*, s. 16.

¹² Srov. Tamtéž, s. 16.

¹³ Srov. Tamtéž, s. 16.

¹⁴ Srov. FRÍČ, P. a kol. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice – výsledky výzkumu ENROS A AGNES*, s. 67-68.

u kterých dominuje konvenční motivace, preferují při rozhodování své náboženské přesvědčení. Konvenční motivace má nejbližší k občanské výpomoci v rodině a v příbuzenstvu, přičemž v České republice tato motivace dominuje u 41 % dobrovolníků, z nichž se v nejčastějších případech jedná o jedince nad 60 let.¹⁵

Druhou oblast nazýváme *reciproční motivace*, přičemž takto motivovaní dobrovolníci vnímají svoji práci jako spojení dobra pro jiné a vlastního prospěchu, jelikož se snaží ve svém dobrovolnictví najít prvky, které by i pro ně samotné byly užitečné. Jedná se tedy o dobrovolnictví vzájemně prospěšné. Tito jedinci dominují zájmem o zkušenosti, navázáním nových vztahů a snahou udržovat se díky dobrovolné činnosti v kondici. V České republice má tato motivace dominující vliv na 37 % dobrovolníků, z nichž se ve většině případů jedná o osoby nad 30 let.¹⁶

V posledním případě hovoříme o *nerozvinuté motivaci*, která se omezuje na soubor prvků, které vytvářejí prostor pro rozhodování dobrovolníků. Mezi základní prvky této motivace řadíme důvěru v organizaci, kterou si vybrali pro vykonávání svého dobrovolnictví, přesvědčení o smysluplnosti dobrovolnictví v konkrétním případě, nicméně důležitý je také pocit, že se díky svému dobrovolnictví mohou podílet na šíření dobré myšlenky. Všechny tyto tři prvky mají pro dobrovolníky dominující vliv na to, aby se uchýlili k dobrovolnictví, přičemž ve většině případů se jedná o dobrovolnictví veřejné prospěšné. Tato motivace je charakteristická pro vysokoškolské studenty a osoby ve věku od 46 let do 60 let.¹⁷

Nicméně je také důležité poukázat, že existují i nevhodné až nebezpečné motivy k vykonávání dobrovolnické činnosti, ke kterým můžeme přiřadit nepřiměřený soucit, zbytečnou zvědavost, dobrovolnictví jen z pocitu povinnosti, pocit, že si dobrovolník musí něco zasloužit, osamělost či potřeba se obětovat, protože si s vlastním neštěstím neví dobrovolník rady. Ve všech těchto případech snaha pomoci pouze zakrývá nevhodnou motivaci, která se může projevat touhou po moci nad někým jiným či touhou po uznání. V rámci nevhodné motivace k dobrovolnictví je pro každého, kdo

¹⁵ Srov. FRÍČ, P. a kol. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice – výsledky výzkumu ENROS A AGNES*, s. 67-68.

¹⁶ Srov. Tamtéž, s. 67-68.

¹⁷ Srov. Tamtéž, s. 67-68.

pracuje s dobrovolníky klíčové znát tyto nevhodné motivace, ale také je umět včas rozpoznat a zájemce o spolupráci s těmito motivy odmítnout.¹⁸

1.3 Legislativní ukotvení dobrovolnictví v České republice

Legislativní ukotvení dobrovolnictví v České republice ovlivnila Všeobecná deklarace o dobrovolnictví, neboť stát v důsledku mezinárodního dění podpořil vznik zákona č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě, tudíž napomohl ke zviditelnění a propagaci dobrovolnictví, přičemž také vyhlášoval grantová řízení či pomohl při vzniku Národního dobrovolnického centra. Důsledkem této situace vznikla řada neziskových organizací, které se dobrovolnictvím přímo zabývají, řídí se novým zákonem a propagují Všeobecnou deklaraci o dobrovolnictví.¹⁹

1.3.1 Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě

V roce 2002 byl přijat zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické smlouvě), který vešel v účinnost 1. ledna 2003. Základní myšlenka tohoto zákona je založena na skutečnosti, že ve společnosti existují na jedné straně skupiny lidí, kteří potřebují pomoc druhých, na druhé straně jsou mezi námi lidé, kteří jsou dle svých možností a schopností ochotni poskytovat pomoc. Dle tohoto zákona se dobrovolníkem může stát každá fyzická osoba, která je starší 15 let, jde-li o výkon dobrovolnické služby v rámci České republiky a každá osoba od 18 let, jde-li o výkon dobrovolnické činnosti v zahraničí. Každá fyzická osoba, která se rozhodne poskytovat dobrovolnickou činnost, se rozhodla pro tuto pomoc dobrovolně, na základě svých vlastností, znalostí a dovedností. Za dobrovolnickou činnost se nepovažuje činnost týkající se uspokojování vlastních zájmů, nebo činnost, která je vykonávána v rámci podnikatelské nebo jiné výdělečné činnosti. V neposlední řadě zákon také upravuje podmínky, za kterých stát podporuje organizované dobrovolnictví a klade důraz na ochranu dobrovolníků.²⁰

¹⁸ Srov. TOŠNĚR, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*, s. 46-47.

¹⁹ Srov. ŠUEOVÁ, M. *Dobrovolnictvo jako způsob seberealizácie mladého človeka*, s. 53-56.

²⁰ Zákon 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické smlouvě), ve znění platném k 24. 5. 2002.

Dle zákona č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě je dobrovolnickou službou vnímána taková činnost, kdy dobrovolník poskytuje:

- pomoc nezaměstnaným, osobám sociálně slabým, zdravotně postiženým, seniorům, příslušníkům národnostních menšin, imigrantům, osobám po výkonu trestu odnětí svobody, osobám drogově závislým, osobám trpícím domácím násilím, jakož i pomoc při péči o děti, mládež a rodiny v jejich volném čase;
- pomoc při přírodních, ekologických nebo humanitárních katastrofách, při ochraně a zlepšování životního prostředí, při péči o zachování kulturního dědictví, při pořádání kulturních nebo sbírkových charitativních akcí pro osoby uvedené v písmenu a);
- pomoc při uskutečňování rozvojových programů a v rámci operací, projektů a programů mezinárodních organizací a institucí, včetně mezinárodních nevládních organizací.²¹

1.3.2 Dobrovolnická smlouva

V zákoně 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě můžeme nalézt potřebné informace ohledně dobrovolnické smlouvy, kterou uzavírá dobrovolník s příslušnou organizací, přičemž nesmíme opomenout, že konkrétní obsah smlouvy záleží na požadavcích smluvních stran.

Závazek k vykonávání dobrovolnické činnosti by měl být zformulován ve smlouvě, která se uzavírá mezi dobrovolníkem, klientem a zástupcem organizace, která má klienta v péči. Dobrovolnická smlouva by měla obsahovat zejména předmět činnosti, kterou bude dobrovolník vykonávat, dobu výkonu dobrovolnické služby, kterou dělíme na krátkodobou a dlouhodobou dobrovolnickou službu. Ve smlouvě bude také uvedeno, že dobrovolník nemá nárok na finanční odměnu s výjimkou úhrady vynaložených výdajů spojených s jeho činností. Na místě je také zmínit závazek informovat vysílající organizaci o rizicích, která mohou ohrozit život nebo zdraví dobrovolníka a opatření na jejich odstranění nebo omezení. Součástí smlouvy je také soupis práv a povinností

²¹ Zákon 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické smlouvě), ve znění platném k 24. 5. 2002.

dobrovolníka, přičemž tyto dokumenty mohou být nazývány také jako kodex dobrovolníka, kdy se jedná o organizační či provozní řád podobného charakteru, který mají zaměstnavatelé pro své zaměstnance. V některých případech se může stát obsahem smlouvy také ustanovení o mlčenlivosti dobrovolníka. Ve většině případů je součástí dobrovolnické smlouvy také pojištění dobrovolníků, kdy se jedná o pojištění odpovědnosti za škodu, která by mohla být způsobena dobrovolníkem při výkonu dobrovolné činnosti.²²

1.4 Oblasti působení dobrovolníků

Jelikož se ve druhé kapitole budeme zabývat zapojením dobrovolníků do organizace, je na místě si připomenout oblasti, ve kterých se dobrovolníci angažují. V České republice je několik oblastí, ve kterých se mohou dobrovolníci dlouhodobě či krátkodobě zapojovat do dobrovolnické činnosti.

V prvním případě hovoříme o *sociální a zdravotní oblasti* ve smyslu pomoci osobám se zdravotním postižením, dětem z dětských domovů či jinak sociálně znevýhodněným lidem. Jedná se o oblast, kde je nutné profesionální vedení dobrovolníků, neboť dobrovolníci vstupují do institucí, které fungují jako uzavřené systémy, tudíž je nutné dobrovolníky připravit na jejich činnost, ale zároveň připravit organizaci na přijetí dobrovolníků či vyškolení vlastních koordinátorů dobrovolníků v organizaci.²³

V dalším případě můžeme hovořit o *humanitárních organizacích a organizacích na ochranu lidských práv*. Příkladem může být pomoc při živelných katastrofách, nicméně v tomto případě je dokázáno, že nestačí nadšení a dobrá vůle, neboť je potřeba profesionálního řízení záchranných akcí takovým způsobem, aby byli dobrovolníci v dané situaci co nejefektivnější.²⁴

Další oblast můžeme nazývat jako *ekologie a pomoc při ochraně přírody*, přičemž tato oblast patří v současné době k nejlépe organizovaným organizacím s celostátním propojením. Dobrovolníci se zde mohou realizovat při obnově lesa či při péči o zachování

²² Zákon 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické smlouvě), ve znění platném k 24. 5. 2002.

²³ Srov. ŠIMKOVÁ, S. a kol. *Dobrovolníci mění svět – sborník příkladů dobré praxe*, s. 5-23.

²⁴ Srov. Tamtéž, s. 75-83.

čistoty krajiny, nicméně zapojují se i do problematiky jaderných elektráren či vedení dálnic krajinou. V rámci této oblasti na sebe dokáží dobrovolníci výrazně upozornit, neboť mají širokou publicitu v masmédiích.²⁵

V dalším případě můžeme hovořit o *kulturní oblasti*, která zahrnuje mnoho neziskových organizací, přičemž většina dobrovolníků se zaměřuje na ochranu kulturních památek. V této oblasti je ve většině případů činnost dobrovolníků zaměřena na konkrétní památku. V rámci poslední oblasti hovoříme o *sportovní a vzdělávací činnosti*, kde se dobrovolníci podílejí na vzdělávacím procesu dětí a mohou vypomáhat jako vedoucí kroužků či při pohybově zaměřených aktivitách.²⁶

1.5 Dobrovolnická centra a jejich význam

„V řadě světa působí neziskové organizace, které se specializují na management dobrovolnictví – dobrovolnická centra. Často jsou to místa, která dobrovolníky získávají a nabízí jim možnost uplatnění.“²⁷

Dobrovolnická centra jsou tedy vnímána jako organizace, které propagují a podporují myšlenku dobrovolnictví ve společnosti. Jejich klíčovým cílem je zapojení co největšího počtu obyvatel do řešení komunity a zároveň vyhledávání dobrovolníků pro organizace, které mají zájem o zapojení dobrovolníků do chodu organizace a těmto osobám zprostředkovávají příležitosti k dobrovolné činnosti. Pro získávání dobrovolníků je pro dobrovolnická centra důležitá spolupráce s masmédií, neboť se jedná o nejlepší způsob, jak se může dobrovolnictví dostat do podvědomí veřejnosti, přičemž mezi nejčastější způsoby patří odvysílání dokumentů, které jsou věnovány problematice dobrovolnictví či vytvoření internetových stránek s příslušnými informacemi ohledně zprostředkování dobrovolnictví pomocí dobrovolnického centra.²⁸

Mezi další činnosti dobrovolnických center patří vlastní dobrovolnické programy, které se zabývají problematikou aktuálních problémů komunity, ale také vzdělávání manažerů dobrovolnických činností, vytváření a utváření příslušné informační databáze

²⁵ Srov. ŠIMKOVÁ, S. a kol. *Dobrovolníci mění svět – sborník příkladů dobré praxe*, s. 55-63.

²⁶ Srov. Tamtéž, s. 25-53.

²⁷ TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*, s. 99.

²⁸ Srov. MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*, s. 54-55.

či získávání informací o potřebách dobrovolných činností od obcí a krajů. Nicméně dobrovolnická centra se také účastní mezinárodních spoluprací, neboť pro zvýšení statusu dobrovolnictví je důležité propojení s mezinárodními dobrovolnickými organizacemi, včetně účasti na mezinárodních konferencích. Získané informace a zkušenosti z těchto organizací a konferencí mohou dobrovolnická centra uplatňovat do vlastní práce, ale také je mohou později formou konferencí či seminářů předávat dalším organizacím.²⁹

Dobrovolnická centra si můžeme rozdělit na nadnárodní dobrovolnická centra (ADRA), národní dobrovolnická centra (HESTIA) či regionální dobrovolnická centra, která mohou působit jako samostatné neziskové organizace, nebo mohou být součástí jiné neziskové organizace. Je důležité si uvědomit, že i další mnohá dobrovolnická centra působí v České republice například při organizacích sociálních služeb či v rámci nemocnic.³⁰

Pro upřesnění myšlenky dobrovolnických center zde představím dvě z nich. Jedno z nejznámějších dobrovolnických center je ADRA (Adventist Development Relief Agency). Jedná se o mezinárodní humanitární organizaci, která poskytuje pomoc lidem v nouzi, přičemž působí ve více než 130 zemích světa a v České republice působí od roku 1992. Posláním ADRA Česká republika je pomáhat lidem, jejichž život nebo majetek je ohrožen, žijí v osamění, chudobě a nouzi nebo jejichž základní lidská práva a svobody nejsou respektovány. V České republice ADRA koordinuje 15 dobrovolnických center, která se specializují především na pomoc seniorům, dětem a zdravotně postiženým, přičemž tato centra vysílají do jednotlivých organizací více než dva tisíce pravidelných dobrovolníků. V roce 2018 spolupracovala dobrovolnická centra ADRA v České republice se 162 sociálními, zdravotnickými a dalšími zařízeními a koordinovala činnost 2 575 pravidelných dobrovolníků, kteří v celkovém čase 70 561 svého volného času uskutečnili 38 925 návštěv.³¹

Na místě je také zmínit dobrovolnické centrum HESTIA, které působí v České republice již od roku 1993. Toto dobrovolnické centrum vlastní několik dobrovolnických programů, mezi které patří program Pět P, KOMPAS a 3G, přičemž nejznámější je právě

²⁹ Srov. MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*, s. 54-55.

³⁰ Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*, s. 99-100.

³¹ Srov. KAVAN, Š.; DOSTÁL, J. *Dobrovolnictví a nestátní neziskové organizace při mimořádných událostech v podmínkách Jihočeského kraje*, s. 22-25.

zmíněný program Pět P (pomoc, přátelství, podpora, péče a prevence). Tento program je určen dětem ve věku od 6-15 let a je zaměřen na řešení sociálních a komunikačních obtíží dětí, přičemž funguje na principu přátelského vztahu jednoho dítěte s jedním dospělým dobrovolníkem. Takto odborně sestavená dvojice se schází minimálně po dobu deseti měsíců na jedno odpoledne v týdnu a věnuje se různým volnočasovým aktivitám, které jsou uskutečňovány po vzájemné domluvě. Již od počátku tohoto programu fungovalo téměř 600 dvojic.³²

³² Srov. ŠIMKOVÁ, S. a kol. *Dobrovolníci mění svět – sborník příkladů dobré praxe*, s. 53.

2 Zapojení dobrovolníků do činnosti organizace

Ve druhé kapitole se zaměříme na proces zapojení dobrovolníků do činnosti organizace. V první části této kapitoly objasním modely dobrovolnictví neboli jakým způsobem se mohou dobrovolníci zařadit do organizace. Následovně se zaměřím na průběh přípravy organizace před přijetím dobrovolníků, ale také na získávání dobrovolníků či objasnění průběhu zařazení dobrovolníků do organizace. V druhé části kapitoly se zaměřím na objasnění podpůrných aktivit, které jsou určené dobrovolníkům, konkrétně hovoříme o setkávání dobrovolníků, reflexi a sebereflexi či jakou formou dochází k oceňování dobrovolníků. Závěrem kapitoly představím důvody k ukončení spolupráce mezi organizací a dobrovolníkem.

V průběhu věků filosofové, spisovatelé a psychologové rozpoznali, že lidé jsou společenší tvorové a jejich vzájemná závislost je důležitým elementem jejich lidskosti. Je dokázáno, že tak jako dítě nemůže přežít mimo sociální rámec rodiny, tak stejně dospělý člověk potřebuje patřit k nějakému ucelenému sociálnímu systému, neboť bez tohoto spojení je ohrožené tělesné a emocionální zdraví jedince. Skupina, ke které člověk patří, jej ovlivňuje a řídí jeho život více než jiné skupiny. Pozice dobrovolníků v organizaci představuje sociální rámec a skutečnost, že dobrovolník v tomto rámci plní nějakou roli. Pro dobrovolníka je jeho práce výrazem sociální aktivity a solidarity mezi lidmi.³³

Jelikož v této kapitole budeme hovořit o zapojení dobrovolníků do činnosti organizace, je důležité si prvotně objasnit, co to vlastně organizace je. „*Organizace obecně označuje uspořádání celku, resp. systému a jeho složení z jednotlivých částí.*“³⁴ Ze sociologického hlediska hovoříme o organizaci jako o sociálním jevu nebo útvaru, který je založený na plánované koordinaci skupinových aktivit, které fungují v důsledku dělby práce a hierarchie autority směřující ke splnění společného cíle. Formální

³³ Srov. MAROON, I. *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků – teorie, praxe, kazuistiky*, s. 92-102.

³⁴ MÁTEL, A. *Teorie sociální práce I – sociální práce jako profese, akademická disciplína a vědní obor*, s.18.

organizace tedy vznikají za účelem koordinace aktivit většího počtu lidí za určitým pevně stanoveným cílem.³⁵

Abychom mohli smysluplně pokračovat v této práci, je nutné si představit již v úvodu této kapitoly zmíněné modely dobrovolnictví, neboť v případě, že se organizace rozhodla využívat dobrovolnické pomoci, je důležité si promyslet, jakým způsobem bude dobrovolnictví organizováno. Nabízí se nám dva fungující modely dobrovolnictví, které se nyní podrobněji objasníme. V prvním případě hovoříme o tzv. samostatném vedení dobrovolnictví, kdy je dobrovolnictví poskytované konkrétní organizací, která si sama oslovuje, připravuje a koordinuje své dobrovolníky. Jedná se o individuální dobrovolnictví, jehož právní rámec je vymezen jako ústní či písemná smlouva. Pro organizaci, která poskytuje dobrovolníkům samostatné vedení je klíčové určení osoby, která bude zodpovědná za dobrovolnický program, přičemž je vhodné, aby tyto osoby prošly alespoň základním školením pro koordinátory dobrovolníků. Tento model je pro moji práci klíčový, neboť právě z tohoto pohledu bude tato práce hledět na zapojení dobrovolníků do činnosti organizace.³⁶

Ve druhém modelu hovoříme o vysílající organizaci neboli o dobrovolnických centrech, které vysílají dobrovolníky do přijímacích organizací, kde poté tyto osoby vykonávají své dobrovolnictví. Vysílající organizace neboli dobrovolnická centra nabízí téměř kompletní servis pro přijímací organizace, neboť zajišťují pro dobrovolníky potřebné informace, zaškolení, přičemž poté je vysílají do přijímacích organizací, kde budou tito dobrovolníci své dobrovolnictví vykonávat. V tomto případě je pro vysílající organizace nutné profesionální vedení koordinátora dobrovolníků.³⁷

³⁵ Srov. MÁTEL, A. *Teorie sociální práce I – sociální práce jako profese, akademická disciplína a vědní obor*, s.18.

³⁶ Srov. HESTIA. Metodika dobrovolnictví v sociálních službách, s. 15-19. Dostupné na <https://www.hest.cz/cdn/public/001597.pdf>

³⁷ Srov. HESTIA. Metodika dobrovolnictví v sociálních službách, s. 15-19. Dostupné na <https://www.hest.cz/cdn/public/001597.pdf>

2.1 Příprava organizace na přijetí dobrovolníků

V případě, že se organizace rozhodla spolupracovat s dobrovolníky, je nutné si nejprve zjistit, jaké jsou v organizaci postoje k dobrovolnictví a zároveň je vhodné zjistit, jaká panuje v organizaci atmosféra obecně, tudíž, jakým způsobem probíhá komunikace mezi pracovníky, ale také, jakým způsobem komunikuje organizace s okolím, neboť se jedná o základní faktory, na kterých záleží při uplatňování dobrovolníků v rámci organizace. Pro organizaci je klíčové, aby dokázala vytvořit diskuzi s vedením a pracovním kolektivem dané organizace na téma dobrovolnictví a společně se shodli, zda se nachází v organizaci místo pro dobrovolníky. Teprve po splnění těchto základních kroků je možné stanovit činnosti, se kterými mohou dobrovolníci v dané organizaci vypomáhat. Nicméně aby se dobrovolníci stali opravdovým zdrojem dlouhodobé pomoci a nedílnou součástí organizace, potřebují podobný styl řízení jako profesionální pracovníci, tudíž je možné organizaci dobrovolnictví vnímat podobně jako manažerskou práci s profesionálními pracovníky, avšak je nutné si uvědomit, že při práci s dobrovolníky více pracujeme s jejich motivací a zvažujeme jejich přínos pro danou organizaci.³⁸

Přípravit organizaci na přijetí dobrovolníků není jednoduché, zvláště v případě, že organizace s dobrovolníky doposud nespolupracovala. Prvotním úkolem organizace je zpracovat seznam činností, které mohou dobrovolníci v organizaci vykonávat, nicméně je důležité počítat s tím, že *„vytváření nabídky činností pro dobrovolníky je trvalý a otevřený proces, nabídka se postupně rozšiřuje tak, jak si pracovníci troufnou dobrovolníky zapojit, jak jim to dovolí jejich zkušenosti a jak se mění a vyvíjí organizace.“*³⁹

Výběru činností by se mělo zúčastnit vedení organizace včetně profesionálních pracovníků, popřípadě i klienti, neboť oni sami nejlépe vědí, co by jim usnadnilo, zpříjemnilo či pomohlo při využívání organizace. Nicméně další důležitou součástí přípravy organizace na přijetí dobrovolníků je stanovení pravidel pro dobrovolnickou činnost v organizaci, neboť čím jasněji se stanoví pravidla dobrovolnictví, tím snáze se dobrovolníci koordinují a zvyšuje se efektivita samotného dobrovolnictví. Stanovená

³⁸ Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi*, s. 70-75.

³⁹ TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi*, s. 75.

pravidla nejsou užitečná pouze pro organizaci, ale také pro samotné dobrovolníky, neboť tyto pravidla mohou dobrovolníkům pomoci se snáze zorientovat v dané organizaci. Přípravná část je pro organizaci klíčová a je nutné je nepodcenit a dostatečně jí věnovat potřebný čas, neboť v případě vhodně zvolené strategie k zapojení dobrovolníků do organizace se tyto organizační námaha může navrátit několikanásobně zpět.⁴⁰

Pro organizaci je klíčové, aby si zajistila koordinátora dobrovolníků, neboť se jedná o klíčovou postavu dobrovolnického managementu. Tento pracovník koordinuje dobrovolnictví, tudíž se jedná o kontaktní osobu mezi dobrovolníky, vedením i klienty organizace, se kterou udržuje kontakt. V menší organizaci může koordinátor dobrovolníků tuto roli zastávat vedle své profese, nicméně v rámci větších zařízení je nutné tuto pozici vykonávat na plný úvazek. Koordinátor dobrovolníků provádí výběr dobrovolníků, zabezpečuje jejich výcvik, řeší případné problémy, hodnotí a motivuje dobrovolníky, ale také zajišťuje supervizi, o které budeme hovořit později. Osoba, která je v pozici koordinátora dobrovolníků, by měla být někdo, kdo rozumí provozu dané organizace, je komunikativní a schopna vykonávat svoji roli na základě upřímných a otevřených vztahů s dobrovolníky, kteří na tomto základě získávají jistoty, že to, co dělají je významné a slouží k dobré věci.⁴¹

2.2 Získávání dobrovolníků

V momentě, kdy je organizace připravena na příjem dobrovolníků je nutné nejprve vhodné dobrovolníky získat. V tomto případě je na místě využít marketingu, neboť tak jako je v západních zemích rozšířena propagace všech možných výrobků i služeb, i jednotlivé organizace se učí získávat svoji prestiž nejen vlastní veřejně prospěšnou činností, ale i schopností zaujmout občany ve svém regionu. Mezi nejčastější formy získávání dobrovolníků řadíme informační letáky či plakáty, nicméně stále oblíbenější formou propagace dobrovolnictví se stávají média či místní tisk, neboť jejich prostřednictvím se informace dostanou přesně tam, kde je organizace potřebuje. Pravidelné informování veřejnosti o programech a aktivitách, ve kterých dobrovolníci působí, mohou vyvolat v širší společnosti zájem o dobrovolnickou činnost, avšak je velmi

⁴⁰ Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi*, s. 73-75.

⁴¹ Srov. MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*, s. 62.

důležité, jakým způsobem budou tyto informace zpracovány a vypuštěny do zorného pole veřejnosti.⁴²

Významným prostředkem pro šíření informací o dobrovolnictví je internet, neboť jeho existence značně ovlivňuje šíření a přístup k informacím, a proto je pro organizaci vhodné vytvoření vlastních internetových stránek, na kterých budou zveřejňovány veškeré informace o programech a aktivitách dané organizace. Nicméně samotná propagace dobrovolnictví je také zaměřena na změnu postojů veřejnosti vůči dobrovolnictví. Na jedné straně může být dobrovolnictví vnímáno jako něco výjimečného, avšak na druhé straně může dobrovolnictví u lidí vzbuzovat pocit ostychu, tudíž je pro organizaci klíčové poukázat na myšlenku, že nezištná pomoc druhým není činnost, za kterou bychom se měli stydět, ale naopak může se stát zdrojem nových poznatku, zážitků a přátelství.⁴³

V případě, že se organizaci povedlo oslovit a zaujmout osoby, které by se rády věnovaly dobrovolnictví, je na čase provést výběr a přípravu těchto osob na jejich dobrovolnickou činnost. Pro koordinátora dobrovolníků je vhodné uskutečnit individuální setkání s každým zájemcem o dobrovolnictví, neboť toto setkání může posloužit k ujasnění si vlastní motivace a zájmu či k získání potřebných informací o možných činnostech, přičemž i pro samotnou organizaci se jedná o vhodnou příležitost, jak budoucího dobrovolníka blíže poznat a zároveň ho seznámit s konkrétními nabídkami a podmínkami. Koordinátor dobrovolníků se může setkat s osobou, která se již hlásí ke konkrétní dobrovolnické činnosti, nicméně se také může setkat se zájemcem, který má o dobrovolnickou činnost zájem, avšak nemá vytyčené žádné konkrétní zaměření. V tomto případě je vhodné zájemci představit všechny dostupné nabídky a zároveň se pomocí rozhovoru snažit zjistit informace o jeho zájmech a dovednostech a postupně se zájemce snažit směřovat k užšímu výběru činnosti. V rámci rozhovoru bývá vyplněn s uchazečem dotazník, který slouží organizaci k získávání údajů, zájmů či motivů budoucího dobrovolníka.⁴⁴

⁴² Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi*, s. 58-59.

⁴³ Srov. Tamtéž, s. 58-78.

⁴⁴ Srov. HAŠPLOVÁ, I. *Odborný časopis Sociální služby – Jak se stát dobrovolníkem*. 6-7/2010, s. 22.

Pro dobrovolníky, kteří byli vybráni, je nutné připravit školení či výcvik, který slouží k přípravě dobrovolníka k vykonávání jeho dobrovolnické činnosti. Jelikož dobrovolníci přicházejí a odcházejí mnohem častěji, než profesionální pracovníci je pro organizaci každý vhodný dobrovolník pomocným faktorem při naplňování cílů a poslání organizace, ale také pro individuální potřeby klientů.

2.3 Zařazení dobrovolníka do organizace

V části zařazení dobrovolníka do organizace jsou dobrovolníkovi představeny jeho možnosti a závazky, které se pojí s jeho dobrovolnictvím. Dobrovolník má za úkol seznámit se s úkoly a posláním organizace, jejími základními dokumenty a svojí rolí v organizaci. Společně s koordinátorem dobrovolníků si ujasní vzájemná očekávání a v případě oboustranného zájmu se dohodnou na spolupráci. V tomto momentě by měl koordinátor dobrovolníků zajistit sepsání smlouvy, která vymezuje základní práva a povinnosti smluvních stran v rámci výkonu dobrovolnictví. Smlouva je vyhotovena ve třech výtiscích a je podepisována koordinátorem dobrovolníků a konkrétním dobrovolníkem, přičemž třetí výtisk je založen v dokumentaci organizace či dobrovolnického centra. Nutné je také zajistit základní zaškolení dobrovolníka, mezi které můžeme řadit školení bezpečnosti či školení práce s konkrétní cílovou skupinou. Po splnění příslušného zaškolení je možné zařadit dobrovolníka do organizace, nicméně je důležité si ujasnit roli dobrovolníka v organizaci.⁴⁵

Obecně můžeme role dobrovolníků v organizacích rozdělit do tří struktur. V prvním případě se jedná o organizace, které jsou na dobrovolnících závislé. Zde se dobrovolníci společně s profesionálními pracovníky podílejí na chodu celé organizace. Dobrovolníci se tedy stávají velmi důležitou součástí organizace, neboť bez jejich pomoci by nebylo možné realizovat příležitostné akce v rámci kterých organizace naplňuje své cíle. Příkladem můžou být různé kampaně či humanitární akce.⁴⁶

Ve druhém případě hovoříme o dobrovolnících, kteří vykonávají svou činnost s profesionálními zaměstnanci, tudíž v tomto případě dobrovolnictví není základem provozu organizace. Tento typ se nejčastěji uplatňuje v sociální a zdravotnické sféře.

⁴⁵ Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi*, s. 80-81.

⁴⁶ Srov. ŠUEOVÁ, M. *Dobrovol'nictvo jako spôsob seberealizácie mladého človeka*, s. 57-58.

Jedná se o dobrovolnou činnost, která by v případě chybějících dobrovolníků musela být vykonávána profesionálními pracovníky. Zapojením dobrovolníků může tak organizace řešit např. nedostatek profesionálních pracovníků, příp. snížení finančních nákladů.⁴⁷

V posledním případě se jedná o dobrovolnickou činnost, která není pro vlastní chod organizace nepostradatelná, tudíž dobrovolnictví není pro tuto organizaci klíčovým faktorem, neboť organizace by mohla fungovat i bez zapojení dobrovolníků, ovšem pomocí dobrovolníků dochází ke zkvalitňování poskytovaných služeb. V tomto případě se jedná o vycházky s klienty, ale také o poradenství v různých oblastech či humanitární pomoc.⁴⁸

Vymezení konkrétní role dobrovolníků v organizaci je základní podmínkou pro nastartování dobrovolnické činnosti. Nicméně je nutné si uvědomit, že každá organizace, která souhlasí se zapojením dobrovolníků, působí v jiné oblasti a působí na ni jiné podmínky, tudíž je složité najít jednoznačné vymezení role dobrovolníků. Náplň role dobrovolníků může být závislá na organizaci a jejich potřebách a možnostech, ale také na fantazii dobrovolníků.⁴⁹

V širším smyslu bychom mohli roli dobrovolníků v organizaci vnímat jako nezaujatý náhled na chod organizace, který je získávám v rámci zpětné vazby, přičemž tito dobrovolníci poskytují pomoc při plnění poslání organizace a zároveň poskytují nové pohledy na řešení problémů. Dobrovolníci dokáží pomoci rozeznávat potřeby, problémy a cílové skupiny, na které by se mohla organizace zaměřit, přičemž v rámci své role dobrovolníka nabízejí svůj čas a možnost dělat takové činnosti, které nejsou zvládatelné v běžném provozu a zároveň klientům nabízejí jinou formu vztahu než profesionální pracovníci. Tito dobrovolníci mohou také navazovat nové kontakty, které mohou být přínosné pro organizaci, doplňují tým a propagují organizaci ve společnosti.⁵⁰

⁴⁷ Srov. ŠULOVÁ, M. *Dobrovolnictvo jako spôsob seberealizácie mladého človeka*, s. 57-58.

⁴⁸ Srov. Tamtéž, s. 57-58.

⁴⁹ Srov. ŠORMOVÁ, L.; KLÉGROVÁ, A. *Dobrovolnictví*, s. 14-15.

⁵⁰ Srov. Tamtéž, s. 14-15.

2.4 Podpůrné aktivity určené dobrovolníkům

Organizace se zároveň stává pro dobrovolníka potencionálním místem poskytujícím mu rozvoj sociálních interakcí. Pro organizaci je nutné vytvořit takové prostředí, které bude pro dobrovolníky povzbudivé. Nicméně podpora nemusí nutně vycházet pouze ze samotné organizace, je vhodná i od ostatních dobrovolníků, kteří by si měli sami mezi sebou naslouchat, emocionálně se podporovat a motivovat. Jelikož se v některých případech může dobrovolnictví pojit i se stresem, podpora organizace, ale i ostatních dobrovolníků je na místě, neboť dobrovolníci získávají pocit, že na své strasti spojené s dobrovolnictvím nejsou sami a kdykoliv si mohou požádat o pomoc.⁵¹

2.4.1 Setkávání dobrovolníků

Organizacím, které spolupracují s dobrovolníky, je doporučeno mnoho činností, které mohou dobrovolníkům přinést pocity důležitosti, podpory a zájmu ze strany organizace. Jednou z těchto činností je pravidelné setkávání dobrovolníků, přičemž se doporučují až čtyři setkání ročně. Tato setkání mohou probíhat formou vzdělávacích seminářů, které jsou určeny pro dobrovolníky či možnost účasti na společenských akcích v rámci zařízení. Pro dobrovolníky jsou tato setkání velkým přínosem, neboť mohou pocítit, že v organizaci mají zajištěno důstojné zázemí jejich činnosti a ze strany organizace a jejich pracovníků dochází k uplatňování osobního přístupu k těmto dobrovolníkům. V rámci těchto pravidelných setkání může docházet k předáváním symbolické odměny, která je určena dobrovolníkům.⁵²

2.4.2 Prostor k reflexi a sebereflexi

Pro organizace, které spolupracují s dobrovolníky, je velmi přínosným faktorem zpětná vazba od těchto dobrovolníků. V rámci zpětné vazby si lidé sdělují informace, na které chtějí slyšet reakce od ostatních. Pro organizace, které spolupracují s dobrovolníky je typické, že tato zpětná vazba je vyvolána záměrně a cílem dozvědět se, jakým způsobem dobrovolníci vnímají chod organizace. Pro dobrovolníka se tedy jedná o zamyšlení se nad

⁵¹ Srov. MAROON, I. *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků – teorie, praxe, kazuistiky*, s. 92-102.

⁵² Srov. HORECKÝ, J. *Odborný časopis Sociální služby – Dobrovolnictví v sociálních službách*. 6-7/2010, s. 21.

jednotlivými stránkami jeho dobrovolnické činnosti. Dobře fungující zpětná vazba přispívá nejen ke zlepšení kvality práce všech, ale i k pozitivní atmosféře v organizaci.⁵³

Pokud se člověk rozhodne pomáhat druhým, je důležité, aby nejprve porozuměl sám sobě, naučil se znát a přijímat svá slabá místa a nedostatky. Pro dobrovolníka, ale i pro organizaci, ve které figuruje je důležitá i samotná sebereflexe konkrétního dobrovolníka. Sebereflexi chápeme jako „*schopnost vědomého sebepoznávání, sebevymezení, sebehodnocení, na základě kterého se formuluje vztah k sobě.*“⁵⁴ Sebereflexi tedy můžeme vnímat jako zrcadlo, které dobrovolník nastaví svému způsobu, metodám práce a myšlenkám, které v něm dobrovolnická činnost vyvolává, ale také svým emocím, pocitům, zájmům a ostatním aktivitám, které tuto činnost doprovázejí. Můžeme tedy říci, že se jedná o komunikaci se sebou samým, jakýsi vnitřní dialog.⁵⁵

Jednou z nejdůležitějších podpůrných aktivit dobrovolníků v rámci organizace je supervize, která se dnes stává přirozenou součástí profesního života pracovníků v pomáhajících profesích, avšak i jiných exponovaných profesí, přičemž supervize dobrovolnictví má nejbližší právě ke zmíněné supervizi v pomáhajících profesích. Je nutné si uvědomit, že jinak bude probíhat supervize při dobrovolné činnosti v domově důchodců a jinak při jednoduchých manuálních pracích. Supervizi můžeme vnímat jako celoživotní formu učení, které je zaměřené na rozvoj profesionálních dovedností a kompetencí supervidovaných, při níž je kladen důraz na aktivaci jejich vlastního potenciálu v bezpečném a tvořivém prostředí.⁵⁶

Konkrétní supervizi dobrovolníků si můžeme představit jako komunikaci dobrovolníka, nebo skupinu dobrovolníků se supervizorem v neohrožujícím prostředí, které umožní dobrovolníkům konzultovat svoje postoje a pocity, které pramení z jejich činnosti. K supervizi by se měl obrátit každý dobrovolník v momentě, kdy se mu nebude dařit či v momentě, kdy bude mít pocit, že ho práce přestala bavit a naplňovat. V rámci supervize se nabízí možnost svěřit se se svými pochybnostmi a omyly. Nicméně abychom

⁵³ Srov. REITMAYEROVÁ, E.; BROUMOVÁ, V. *Cílená zpětná vazba – metody pro vedoucí skupin a učitele*, s. 9-11.

⁵⁴ HUPKOVÁ, M. *Rozvíjanie sociálnych spôsobilostí v pomáhajúcich profesiách*, s. 104

⁵⁵ Srov. ŽILOVÁ, A.; NOVOTNÁ, A.; ŽILOVÁ, V. *Sociálne spôsobilosti v pomáhajúcich profesiách*, s. 101-103.

⁵⁶ Srov. MAROON, I. *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků – teorie, praxe, kazuistiky*, s. 108-111.

supervizi nevnímali pouze jako něco negativního, je nutné si zmínit, že v rámci vzájemného porozumění se mohou dobrovolníci podělit o své pozitivní zkušenosti a zážitky, stejně jako mohou zhodnotit svoji dobrovolnickou činnost.⁵⁷

Supervize je užitečným nástrojem prevence syndromu vyhoření, neboť každý dobrovolník na sobě jistě jednou za čas může zpozorovat, jak náročné je odolat stresu a únavě. A právě pro tyto případy je určena již zmíněná supervize, kde mohou dobrovolníci sdílet své zkušenosti, rady a konzultovat případné problémy, neboť je důležité dbát ohledy na svůj zdravotní stav a pocity.⁵⁸

2.4.3 Oceňování dobrovolníků

Patřičné oceňování by mělo dobrovolníka provázet celý jeho čas v organizaci. I přesto, že se většina dobrovolníků shodne na tvrzení, že o pochvalu a ocenění nestojí, nacházíme mnoho způsobů, jak těmto lidem poděkovat za jejich čas, který tráví dobrovolnickou činností. Dobrovolníky můžeme ocenit mnoha způsoby, přičemž nejčastějším a nejvíce uspokojivým oceněním je prosté „děkuji“, nicméně je nutné, aby toto slovo bylo proneseno s upřímným projevem zájmu o druhého člověka.⁵⁹

V řadě zemí se pořádají slavnostní akce každý rok 5. prosince, neboť tento den se stal Mezinárodním dnem dobrovolníků, přičemž na těchto akcích mohou být dobrovolníci obdarováni drobnými dárky či diplomy. Avšak oceňování nemusí probíhat pouze formou předávání odměn, může se jednat také o uvedení jmen dobrovolníků ve výroční zprávě.⁶⁰

2.5 Ukončení spolupráce s dobrovolníkem

Proces ukončení dobrovolnické činnosti se odehrává mezi dobrovolníkem a koordinátorem dobrovolníků. Způsob ukončení dobrovolnické činnosti záleží na pravidlech organizace, ale také na kvalitě spolupráce s dobrovolníkem. Ukončení spolupráce může proběhnout ústní či písemnou formou, ale také zánikem smlouvy. Mezi hlavní důvody, které mohou vést k ukončení spolupráce s dobrovolníkem řadíme

⁵⁷ Srov. MAROON, I. *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků – teorie, praxe, kazuistiky*, s. 111.

⁵⁸ Srov. JANKOVSKÝ, J. *Etika pro pomáhající profese*, s. 157-165.

⁵⁹ Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*, s. 84.

⁶⁰ Srov. FRÍČ, P. a kol. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice – výsledky výzkumu ENROS A AGNES*, s. 111.

nedostatek času ze strany dobrovolníka či z důvodů studijních nebo pracovních povinností dobrovolníka. Mezi další důvody ukončení spolupráce můžeme řadit dobrovolníkovo uvědomění si, že jeho dobrovolnická činnost není pro něj vhodná. V tomto případě je nutná otevřenost koordinátora dobrovolníků a samotné organizace při nabídnutí jiné dobrovolnické činnosti, ale také připomenutí, že dobrovolník může kdykoliv navštívit koordinátora dobrovolníků a říci mu své výhrady k jeho dobrovolnické činnosti. V krajním případě může dojít k ukončení spolupráce s dobrovolníkem z důvodu porušení pravidel nebo z důvodu neplnění předem domluvené smlouvy.⁶¹

⁶¹ Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*, s. 81.

3 Senioři v rámci dobrovolnictví

Ve třetí kapitole své práce se nejprve zaměřím na objasnění pojmu senior a na lidské potřeby, na které je zvláště v seniorském věku nutné dbát zvýšené ohledy. Následovně se zaměřím na motivaci, která vede seniory k rozhodnutí stát se dobrovolníkem. V druhé části kapitoly se zaměřím na objasněné klíčové otázky této práce, tudíž, jaký význam hraje dobrovolnictví pro seniory, přičemž následovně se zaměřím také na otázku, jaký význam hrají senioři dobrovolníci pro organizace, ve kterých provádějí své dobrovolnictví.

3.1 Senioři a období třetího věku

Abychom se v této kapitole mohli věnovat seniorům v rámci dobrovolnictví, je nutné si nejprve vymezit, jakým způsobem jsou v této práci senioři pojímáni. Pojem senior je emočně neutrální a lze jím označit člověka v průběhu celého senia bez ohledu na míru soběstačnosti, ovšem tento pojen není doposud právně zakotven, nicméně je běžně používán v hovorové češtině. Dalším důležitým termínem pro tuto práci je stáří, které je vnímáno jako proměna lidských fyziologických a psychologických znaků charakterizujících obvykle střední věk ve znaky charakterizující stáří, avšak není snadné určit dobu, kdy se člověk definitivně stane starým. Nicméně většina autorů by se shodla na tvrzení, že stáří je označováno jako poslední vývojová etapa lidského života, která končí smrtí.⁶²

Ohledně periodizace stáří, se obecně uplatňuje patnáctiletá periodizace lidského věku dle WHO, nicméně s ohledem na zlepšující se zdravotní stav stárnoucí populace se většina autorů přiklání k tomuto členění:

- 65-74 let – mladí senioři
- 75-84 let – staří senioři
- 85 a více let – velmi staří senioři⁶³

⁶² Srov. STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*, s. 18-19.

⁶³ Srov. PŘIBYL, H. *Lidské potřeby ve stáří*, s. 10-11.

Nabízí se nám zde také otázka, co znamená stárnutí, a jakým způsobem vlastně tento proces probíhá. Stárnutí je vnímáno jako působení času na lidskou bytost, které postihuje člověka ve všech rovinách, kterými jsou biologické, psychické a sociální změny. Mezi biologické změny zahrnujeme tělesné změny organismu, mezi které řadíme pokles funkcí orgánů, úbytek svalové hmoty a kostní hmoty, zhoršování smyslů, pokles imunitního systému či snížení adaptačních schopností. Psychické stárnutí můžeme vysvětlit jako změnu kognitivních funkcí, nicméně nejdůležitější je přijetí nové role v rámci reakce na vlastní stáří, přičemž nesmíme opomenout ani emoční stránku seniora. V poslední řadě hovoříme o sociálním stárnutí, které zahrnuje vzájemné vztahy mezi stárnoucím jedincem a společností.⁶⁴

Vzhledem k výraznému prodloužení poproduktivního období života vznikla myšlenka třetího věku, která poukázala na pozitivní obraz stárnutí. Obraz třetího věku je vnímán jako období bez povinnosti vykonávat placenou práci a bez povinnosti starat se o děti, neboť ty jsou již samostatné. Období třetího věku je chápáno jako nové období životního běhu, neboť se nejedná o střední věk ani o stáří, ale o určité spojení těchto dvou period. Jedná se o období, které otevírá nové možnosti, svobodu a potenciál pro stárnutí. Toto období můžeme vnímat také jako korunu života, která je charakterizována sebenaplněním, angažovaností a společenskou užitečností. Jde o období, které je na jedné straně voleno a na straně druhé je produktem společenských okolností. Třetí věk je tedy něco, co je individuálně prožíváno v kontextu společnosti s uspokojivými materiálními příležitostmi a společenskou připraveností jednat tímto způsobem. Myšlenka třetího věku obsahuje představu, že lidé ve třetím věku mají morální povinnost jako opatrovníci společenského prostředí a kulturního dědictví.⁶⁵

3.1.1 Lidské potřeby ve stáří

Senioři a obecně všichni lidé mají potřeby a tendence. Pro stárnoucího člověka patří mezi základní potřeby přiměřené zdraví, materiální a finanční zabezpečení, místo, kde se člověk cítí jako doma, kde ho mají ostatní rádi a kde i on má někoho rád, ale také místo, kde má své soukromí. Nicméně právě v období seniorského věku by neměly být

⁶⁴ Srov. ONDRUŠOVÁ, J. *Stáří a smysl života*, s. 14.

⁶⁵ Srov. PETROVÁ-KAFKOVÁ, M. *Šedivějící hodnoty? – aktivita jako dominantní způsob stárnutí*, s. 17-18.

opomenuty psychologické potřeby. V rámci těchto potřeb hovoříme o pocitu bezpečí, udržování vztahů, ale také pátrání po smyslu života, neboť člověk ve stáří si již uvědomuje svoji konečnost, a vzhledem k tomuto faktu se snaží najít odpovědi na otázky po vlastním bytí. Pro nás, kteří žijeme v blízkosti těchto osob, ale i pro organizace, které se seniory spolupracují je důležitým hlediskem uvědomění si, že potřeby každého seniora jsou individuální a mění se v čase i prostředí, ve kterém žije a ve kterém se vyskytuje. Pokud budeme stárnutí chápat jako proces, při kterém dochází ke změnám zdravotního stavu stárnoucího člověka, jak je již zmíněno na začátku třetí kapitoly, je důležité uvědomění, že v průběhu stárnutí se mění i potřeby seniorů a jejich uspokojování.⁶⁶

Jako jednu z nejvíce používaných klasifikací potřeb lze uvést teorii navrženou humanistickým psychologem A. H. Maslowem, který rozdělil lidské potřeby do pěti úrovněvého modelu z roku 1943 do pyramidy podle důležitosti, nicméně tento model postupně rozšiřoval na současný osmi úrovněvý model lidských potřeb, přičemž se jedná o teorii, která předpokládá vertikální řetězení potřeb, ve kterém jsou nejprve uspokojeny nižší potřeby a následovně se mnohou rozvíjet potřeby vyšší.⁶⁷

První skupinu potřeb nazýváme tzv. D-potřeby (Deficiency Needs), neboť se jedná o potřeby, které se u člověka objevují již od narození a pokud nejsou uspokojovány, nemůže docházet k uspokojování dalších vyšších potřeb. Základní potřebou jsou *biologické a fyzické potřeby*. Pokud neuspokojíme některé z těchto potřeb, může docházet k nevládnému fungování zdraví a celkovému neuspokojivému stavu seniora. K těmto potřebám řadíme zdraví, výživu, dýchání, spánek či základní hygienu. Jedná se o potřeby, které jsou pro člověka velmi důležité, a proto věnujeme jejich uspokojování nejvíce možného času.⁶⁸

Druhou základní potřebou jsou *potřeby jistoty a bezpečí*, které potřebuje mít každý člověk bez ohledu na věk, zvláště poté senioři mohou zažívat pocity ohrožení a strachu, a proto je vhodné jim ukázat, že se není čeho obávat. Potřebu jistoty a bezpečí můžeme vnímat po stránce materiálního zabezpečení, tudíž vědomí člověka, že má dostatek

⁶⁶ Srov. ONDRUŠOVÁ, J. *Šedivějící hodnoty? – aktivita jako dominantní způsob stárnutí*, s. 17-18.

⁶⁷ Srov. Tamtéž, s. 17-18.

⁶⁸ Srov. PICHAUD, C.; THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi – Praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky.*, s. 35-40.

finančních prostředků na život, nicméně nesmíme opomenout ani potřebu fyzického a psychického bezpečí neboli získávání a udržení pocitu jistoty.⁶⁹

Dále hovoříme o *sociálních potřebách*, které se projevují kontaktem a komunikací s druhými lidmi, přičemž se jedná o velmi důležitou potřebu pro seniory. Pro seniora je prvotní důležitostí informovanost, tedy získávání informací o světě, ve kterém senior žije, neboť při nedostatku těchto informací by byl senior odtržen od světa. Pro osoby v seniorském věku je důležitá potřeba náležitosti k nějaké skupině, neboť pocit, že člověk není členem žádné sociální skupiny je zneklidňující a pro seniora může být velmi složité se s tímto pocitem vyrovnat. Poslední z potřeb v této skupině jsou *potřeby úcty a uznání*, které jsou pro seniora obzvláště klíčové, neboť si velmi často mohou připadat, že jsou odsouzeni k myšlenkám, že nejsou užiteční, tudíž je pro společnost důležité, aby této cílové skupině ukázala, že se jedná o mylné myšlenky, a že stále mají možnost se angažovat v různých záležitostech.⁷⁰

Druhá skupina potřeb je nazývána jako B-potřeby (Being Values), přičemž do této skupiny řadíme *poznávací potřeby*, *estetické potřeby*, *potřeby seberealizace*, které jsou pro seniory klíčové, neboť se zabývají potřebou naplnit své schopnosti, stále se věnovat osobnímu růstu a pocítit vnitřní naplnění. V posledním případě hovoříme o *sebetranscendenci*, což je potřeba, kdy senior touží po nalezení smyslu svého života neboli po duchovních potřebách. Dát svému životu smysl je otázkou každého jedince v jakémkoliv věku, avšak ve stáří se stává toto téma otevřenější.⁷¹

3.2 Význam dobrovolnictví pro seniory dobrovolníky

Dobrovolnická činnost je jednou z forem aktivního zapojení seniorů do společnosti mimo trh práce. Zapojení seniorů v rámci dobrovolnictví je nezávislé na věku daného seniora naopak nabývají na významu především motivace a hodnoty jedince, tudíž snaha být

⁶⁹ Srov. PICHAUD, C.; THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi – Praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky.*, s. 35-40.

⁷⁰ Srov. Tamtéž, s. 35-40.

⁷¹ Srov. PŘIBYL, H. *Lidské potřeby ve stáří*, s. 33-35.

užitečný a podílet se na podpoře rozvoje komunity, ale také otázka míry důvěry ve společnost.⁷²

Nicméně pokud se chceme zabývat významem dobrovolnictví pro seniory dobrovolníky, je na místě si nejprve zodpovědět, co tyto seniory motivuje k rozhodnutí stát se dobrovolníkem. Zkoumat motivaci seniorů k dobrovolnictví není jednoduchá záležitost, neboť se jedná o složitý fenomén dnešní doby. Jak zmiňuje Matulayová ve své knize: „*S jistou nadsázkou je možné konstatovat, že je tolik motivů k dobrovolné činnosti, kolik je dobrovolníků.*“⁷³ Rozdílné životní dráhy, zkušenosti či zdravotní stav seniorů společně s obrovskou škálou možností a nabídek, které přináší dnešní společnost všem jejím členům, otevírají prostor pro širokou paletu důvodů, motivů a faktorů ovlivňující rozhodnutí seniorů setrvat v produktivitě a věnovat se dobrovolnictví. Jedním z nejčastějších důvodů aktivní spoluúčasti na dobrovolnictví může být potřeba udržení sociálních kontaktů a sociálních vztahů či pocit potřeby.⁷⁴

Významným důvodem uchýlení se seniorů k dobrovolnictví může také souviset se ztrátou životního partnera, doprovázené pocitem osamělosti či odchodem do důchodu, což je jeden z nejdůležitějších momentů v životě každého člověka. Odchodem do důchodu jsou senioři vystaveni řadě změn, jimž je nutno se přizpůsobit, přičemž se jedná především o změnu životního stylu, spojenou s narušením dosavadního pracovního stereotypu a nadbytkem volného času. S odchodem do důchodu se mění vnímání, chování i prožívání, neboť senioři se často musejí vypořádat s chybějící perspektivou a pokusit se smysluplně vyplnit všední dny, což je možné v rámci dobrovolnictví, které může pomoci ke snížení pocitu osamělosti a zbytečnosti.⁷⁵

Dobrovolnictví není pro seniory pouze činností, kdy věnují svůj volný čas ve prospěch druhých lidí, nejedná se ani o pouhé sebedarování. Pro seniory je dobrovolná činnost přínosná a obohacující, neboť získávají od těch, kterým pomáhají vděčnost a lásku, což je pro ně největší odměna, kterou mohou od ostatních dostat. Mohli bychom

⁷² Srov. TOMEŠ, I.; SÁMALOVÁ, K. *Sociální souvislosti aktivního stáří*, s. 60-61.

⁷³ MATULAYOVÁ, T.; JURNÍČKOVÁ, P.; DOLEŽEL, J. a kol. *Motivace k dobrovolnictví*, s. 9.

⁷⁴ Srov. RAŠTICOVÁ, M.; BÉDIOVÁ, M. a kol. *Práce, nebo důchod? – senioři, trh práce a aktivní stárnutí*, s. 11-17.

⁷⁵ Srov. Tamtéž, s. 11-17.

tedy říci, že dobrovolnictví představuje pro seniora velmi významné přínosy, i přesto, že nejsou materiálního charakteru.⁷⁶

Senioři v rámci dobrovolnictví získávají řadu benefitů, přičemž některé z nich se mohou vztahovat k jejich profesním zkušenostem, v tomto případě hovoříme o získávání sociálních kontaktů, nových životních zkušeností či rozvíjení sebedůvěry a kreativity. Jiné se váží spíše k jejich osobnostnímu postoji, přičemž do této kategorie řadíme uspokojení z pomoci druhým, nadšení z práce či nový pohled na svět. Všechny tyto benefity mají vliv na lepší kvalitu života konkrétního seniora, neboť například rozšíření sociálních kontaktů díky dobrovolnictví může seniorům pomoci vyrovnat se s pokročilým věkem a přinášet naplnění, uspokojení a zároveň ochranu před izolací v seniorském věku.⁷⁷

Nicméně dobrovolnictví může představovat pro seniory také prostor pro smysluplné využití volného času, kdy může docházet k seberealizaci a osobnostnímu rozvoji, ale také se může stát odpovědí na potřebu po smyslu života, neboť se nachází ve věku, kdy může docházet ke ztrátě smyslu, přičemž nezbytnou podmínkou pro to, aby senior žil a jednal s pocitem smysluplnosti, je mít něco, pro co je důležité žít. Nedostatek smyslu v životě seniora může způsobit duchovní utrpení, ale také negativní projevy na duševní, společenský a tělesný stav konkrétního seniora. Hledání smyslu života může být pro seniory uskutečňováno zapojením se do dobrovolnictví, které nabízí seniorům nový smysl, kterým je pomáhat potřebným, tudíž být pro někoho prospěšný.⁷⁸

Jelikož si mnoho seniorů může v pokročilém věku připadat nepotřebně, v rámci dobrovolnické činnosti dochází k uspokojování osobních potřeb, přičemž senior se může osobně hodnotit podle své dobrovolnické činnosti či podle přínosu, který má pro ostatní lidi, kteří se nacházejí v nepříznivé životní situaci, ale také podle přínosu, který má pro společnost, a tudíž si potvrzuje svoji osobní hodnotu.⁷⁹

⁷⁶ Srov. ŠUEOVÁ, M. *Dobrovolnictvo jako způsob seberealizácie mladého človeka*, s. 63-66.

⁷⁷ Srov. Tamtéž, s. 63-66.

⁷⁸ Srov. DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů – v domovech pro seniory*, s. 66.

⁷⁹ Srov. RAŠTICOVÁ, M.; BÉDIOVÁ, M. a kol. *Práce nebo důchod? – senioři, trh práce a aktivní stárnutí*, s. 11-17.

Dle výzkumů má také dobrovolnictví pozitivní vliv na fyzické zdraví. I přesto, že by se mohlo zdát, že v dobrovolnictví působí spíše zdraví lidé, pravda je taková, že dobrovolnictví je spíše příčinou dobrého zdravotního stavu dobrovolníka. U starších osob platí, že dobrovolnická činnost může pomoci k udržení dobrého zdravotního stavu jedince. Nicméně dobrovolnictví má pozitivní vliv i na psychické zdraví. Pozitivní vliv dobrovolnictví na psychické zdraví může být mnohem výraznější právě v seniorském věku, neboť může tímto způsobem docházet k ochraně před přirozeným poklesem psychických sil seniora.⁸⁰

Význam dobrovolnictví pro seniory vychází z pevného rozhodnutí angažovat se za dobro všech, protože všichni jsme v jistém slova smyslu zodpovědní za všechny. Z průzkumů, které byly uskutečňovány u nás, ale i v zahraničí můžeme význam dobrovolnictví pro seniory shrnout na několika základních a nejdůležitějších názorech. Význam dobrovolnictví pro seniory prvotně znamená uvědomění si, že jejich přítomnost něco znamená pro druhé lidi, dále jde o pocit, že jsou oceňováni za jejich pomoc ve společnosti veřejně i soukromě, v dalším případě můžeme hovořit o pocitu sounáležitosti a uspokojování vlastních potřeb, ale také uvědomění si, že v důsledku jejich činnosti se děje něco podstatného. Každá dobrovolná pozice může být pro seniora výjimečná, může ho ovlivňovat nejen po profesionální stránce, ale také po sociální stránce začlenění do společnosti.⁸¹

3.3 Význam seniorů dobrovolníků pro organizaci

Pokud se organizace rozhodne využívat práci seniorů dobrovolníků, jedná se o důležité strategické rozhodnutí. Pro organizaci je klíčové, aby zvolila vhodné způsoby řízení, motivaci a celkovou vhodnou spolupráci s těmito dobrovolníky, neboť nedostatečná příprava řízení by mohla vést ke znechucení dobrovolníků a posléze i k jejich ztrátě, tudíž práce s dobrovolníky není pro organizaci jednoduchá, nicméně přináší mnoho výhod a přínosů. Senioři v pozici dobrovolníků se stávají pro organizaci velkým přínosem, neboť ve většině případů se jedná o dlouhodobou spolupráci, která je splnitelná pro

⁸⁰ Srov. MLČÁK, Z.; ZÁŠKODNÁ, H. *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*, s. 22-24.

⁸¹ Srov. RAŠTICOVÁ, M.; BÉDIOVÁ, M. a kol. *Práce nebo důchod? – senioři, trh práce a aktivní stárnutí*, s. 11-17.

dobrovolníka a zároveň užitečná svojí pravidelností pro organizaci, tudíž můžeme seniory dobrovolníky považovat za spolehlivé nositele pomoci pro danou organizaci.⁸²

Práce seniorů dobrovolníků v organizaci napomáhá naplňovat hlavní cíl organizace tím, že pomáhají zlepšit a zkvalitnit poskytované služby, které daná organizace nabízí. Organizace, ve kterých senioři v pozici dobrovolníků pomáhají, si uvědomují význam těchto osob a jejich potenciálu pro danou organizaci, neboť stáří může s sebou přinášet „ovoce“, vnímané jako moudrost, shovívavost nebo třeba humor, tichost, schopnost vidět věci do hloubky, rozeznávat určitá pozitivita v samotě či nacházet smysl života a smrti. Senioři během svého života již dospěli k poznatkům a dokáží těchto získaných poznatků využít v rámci svého dobrovolnictví při práci s lidmi.⁸³

Jedním z klíčových významů seniorů dobrovolníků pro organizaci je získávání zpětné vazby od těchto dobrovolníků, neboť se jedná o osoby, které přinášejí do organizace nové nápady, ale také pohled zvenčí, neboť zatím nebyli ovlivněni dosavadními postoji a zkušenostmi organizace. Zpětná vazba, kterou mohou tito dobrovolníci organizaci poskytnout v rámci rozhovorů, se stává významným nástrojem pro zaměstnance a jejich práci, ale i pro samotný management organizace.⁸⁴

Senioři dobrovolníci představují pro organizace osoby, které vyjadřují svůj vlastní osobní závazek k dané organizaci, ve které se rozhodnou uskutečňovat své dobrovolnictví, tudíž na sebe přebírají zodpovědnost spojenou s realizací jejich úloh, na kterých se s organizací předem domluvili. Jak jsem již zmiňovala v této podkapitole, senioři dobrovolníci se stávají pro organizace vhodnými členy, neboť jsou více stabilnější než ostatní dobrovolníci. Dobrovolnictví seniorů dobrovolníků je spíše dlouhodobé a opakované, neboť si uvědomují, že solidarita mezi lidmi je důležitý faktor ve společnosti, tudíž se senior může stát pro organizaci významným a nenahraditelným členem, který nabízí svůj potenciál a své znalosti.⁸⁵

⁸² Srov. TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi*, s. 35-40.

⁸³ Srov. PICHAUD, C.; THAREAUOVÁ, I. *Soužití se starými lidmi – Praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*, s. 14-15.

⁸⁴ Srov. REITMAYEROVÁ, E.; BROUMOVÁ, V. *Cílena zpětná vazba – metody pro vedoucí skupin a učitele*, s. 9-11.

⁸⁵ Srov. TOMESŠ, I.; ŠÁMALOVÁ, K. a kol. *Sociální souvislosti aktivního stáří*, s. 71-72.

Pokud bychom hovořili o seniorech dobrovolnících v rámci sociálních služeb, jedná se o osoby, které klientům zprostředkovávají sociální kontakt se světem a svou přítomností je motivují k pozitivnímu přístupu. Individuálním přístupem pomáhají naplňovat potřeby klientů a umožňují jim být součástí aktivit, kterých by se jinak nemohli zúčastnit, tudíž tito dobrovolníci napomáhají klientům k posílení sebevědomí a sebeúcty. Senior dobrovolník může představovat pro klienta někoho, kdo k němu vpustí čerstvý vzduch a nové pocity.⁸⁶

Nicméně všichni dobrovolníci znamenají pro organizaci zdroj pracovní síly, avšak je důležité si uvědomit, že ani dobrovolná práce seniorů ani ostatních dobrovolníků není zadarmo. Pro organizaci je nutné, aby vynaložila některé finanční prostředky, které jsou spojené s přípravou a realizací práce s dobrovolníky, neboť je potřeba koordinovat jejich aktivity a zajistit jim vhodné pracovní prostředky pro vykonávání jejich dobrovolné činnosti. Mohli bychom zmínit, že práce s dobrovolníky se příliš neliší od řízení lidí v běžné ziskové organizaci, nicméně právě kvůli chybějící finanční odměně je nutné tyto dobrovolníky dostatečně motivovat při jejich činnosti.⁸⁷

Mnoho organizací se potýká s úvahou, zda zapojit či nezapojit dobrovolníky do chodu organizace, neboť příprava na přijetí dobrovolníků není jednoduchá. Je nutné, aby se o dobrovolníky někdo staral, nicméně je také důležité si ujasnit, zda je organizace schopna důvěřovat a svěřit jim odpovědnou činnost. Nicméně všechny tyto pochyby jsou na místě, neboť každý nový a neznámý prvek vzbuzuje nedůvěru, avšak v případě zapojení seniorů dobrovolníků do organizace se jedná o vhodnou investici, která může organizaci přinášet spoustu zmíněných výhod.

⁸⁶ Srov. MYDLÍKOVÁ, E. *Sociální práce v neziskovém sektore*, s. 68-70.

⁸⁷ Srov. Tamtéž, s. 68-70.

4 Význam dobrovolnictví pro seniory v konkrétních organizacích

V této části práce přináším výsledky malé výzkumné sondy, která chce dokreslit téma mé práce „Význam dobrovolnictví pro seniory“. Zde bude představen hlavní cíl výzkumné sondy či vymezení metody výzkumného šetření, ale také stručné představení organizací, ve kterých byla výzkumná sonda prováděna či upřesnění, s jakou cílovou skupinou byla tato výzkumná sonda prováděna. Výsledky výzkumné sondy budou vypracovány a přesněji představeny v rámci diskuze.

4.1 Stanovení cíle

Hlavním cílem výzkumné sondy je objasnit význam dobrovolnictví pro seniory, kteří působí v rámci dobrovolnictví.

Dílčí cíle:

- a) Zjistit, co vedlo konkrétního seniora dobrovolníka k rozhodnutí stát se dobrovolníkem.
- b) Zjistit, jakou cílovou skupinu si konkrétní senior dobrovolník zvolil a jaký byl důvod k výběru této cílové skupiny.
- c) Zjistit, jaký vidí konkrétní senior dobrovolník smysl své dobrovolnické činnosti.

4.2 Metodika

Vzhledem k povaze cílů práce jsem zvolila kvalitativní výzkum, který byl proveden formou strukturovaných rozhovorů se zvolenými seniory dobrovolníky.

4.2.1 Forma výzkumné sondy

Strukturovaný rozhovor můžeme pokládat za metodu, která stojí mezi dotazníkovým šetřením a interviem. V rámci strukturovaného rozhovoru je předem připravené závazné schéma rozhovoru s komunikačním partnerem, které neumožňuje tazateli měnit pořadí a znění otázek. O tomto typu rozhovoru můžeme hovořit jako o metodě dotazníkového

šetření, která je doplněna o osobní kontakt tazatele s aktérem výzkumné sondy.⁸⁸ Strukturovaný rozhovor byl připraven formou pečlivě formulovaných otevřených otázek, na které konkrétní komunikační partneři odpovídali tazateli.

Před začátkem každého rozhovoru byl daný aktér obeznámen s tím, že jeho jméno ani věk nebude uveden v této bakalářské práci, pouze organizace, ve které aktér působí jako dobrovolník a zároveň byl požádán o souhlas s pořízením audiozáznamu rozhovoru pro zaznamenání přesné formulace odpovědi a následnou analýzu získaných dat.

4.2.2 Formulace výzkumného vzorku

Výzkumnou sondu jsem měla provádět se šesti seniory dobrovolníky, bohužel počet aktérů se během průběhu uskutečňování výzkumné sondy snížil na 5 dobrovolníků seniorů ve věku od 64-68 let. Vzhledem k tomu, že jsem se ve druhé kapitole této bakalářské práce zmiňovala o dvou nejobvyklejších a fungujících modelech dobrovolnictví, byla jsem rozhodnuta, že bude vhodné provádět výzkumnou sondu v rámci obou těchto modelů.

V případě organizace, která vede dobrovolníky samostatně, jsem zvolila Salesiánské středisko mládeže v Českých Budějovicích, kde mohou senioři v rámci dobrovolnictví působit jako výchovní asistenti v jakémkoliv programu dle svého osobního výběru, přičemž se aktivně podílejí na přípravě, realizaci i hodnocení jednotlivých činností. V tomto středisku jsem prováděla výzkumnou sondu se třemi seniory dobrovolníky, přičemž v současné době v tomto středisku působí čtyři senioři v rámci dobrovolnictví.

V případě vysílající a přijímací organizace jsem zvolila Dobrovolnické centrum při Diecézní charitě v Českých Budějovicích, kde mohou senioři dobrovolníci být vysláni do organizací, které pracují s lidmi se zdravotním postižením či se seniory. Nicméně se senioři mohou stát dobrovolníky také v rámci nemocnice či aktivně se zapojovat do dobrovolnictví formou vězeňské korespondence. V tomto dobrovolnickém centru jsem výzkumnou sondu prováděla se dvěma seniory dobrovolníky, přičemž aktuálně v tomto středisku figuruje deset seniorů, kteří působí v dobrovolnictví.

⁸⁸ Srov. MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*, s. 162.

4.3 Zpracování výzkumné sondy

Co vás vedlo k rozhodnutí stát se dobrovolníkem?

V rámci první otázky jsem se setkala s dvěma hlavními důvody, které vedly tyto seniory dobrovolníky k rozhodnutí stát se dobrovolníkem. V prvním případě dominovala u aktérů samota ze ztráty blízkých osob, a tudíž se rozhodli pro dobrovolnictví, neboť hledali nějakou činnost, která by jim zaplnila přebytek volného času a zároveň se postarala o společnost jiné osoby v životě dobrovolníka.

V druhém případě se jedná o někoho blízkého či známého, kde aktéra informoval o možnosti dobrovolnictví, přičemž tato myšlenka byla zajímavá a vedla k rozhodnutí stát aktérů dobrovolnictví vykonávat.

Jakou jste si vybrali cílovou skupinu a proč?

Odpovědi na druhou položenou otázku si opět můžeme rozdělit na dvě oblasti. V první oblasti převažuje práce seniorů dobrovolníků se samotnými seniory, za kterými tázaní aktéři docházejí do jejich přirozeného prostředí a tráví s nimi volný čas. Nejčastějším důvodem vybrání této cílové skupiny byla skutečnost, že si jsou věkově bližší a blízký vztah k seniorům již od útlého dětství.

V druhé oblasti se jedná o dobrovolnictví vykonávané s dětmi, přičemž všichni dotázaní aktéři, kteří tuto činnost provádějí, se věnují doučování dětí. V prvním případě se jedná o doučování dětí na prvním stupni, neboť se aktérka domnívá, že v tomto věku je u dětí důležité „babičkovství“ jako takové, neboť může v řadě rodin chybět, přičemž díky těmto „babičkám“ se mohou děti naučit zdvořilosti, laskavosti a vzájemného kontaktu, který je pro ně důležitý. Další aktérka uplatňovala své dobrovolnictví v rámci doučování dětí také na prvním stupni, nicméně později začala doučovat na druhém stupni, neboť se domnívá, že pomoc na druhém stupni je potřebnější. V případě posledního aktéra se jedná také o doučování dětí, nicméně nemá vyhraněný konkrétní stupeň, pomáhá všem dětem, které si o pomoc požádají, neboť učení je aktérův koníček.

V čem vidíte smysl své dobrovolnické činnosti?

Ve třetí položené otázce dochází u všech komunikačních partnerů ke shodě. Dle výpovědí aktérů je smysl dobrovolnictví patrný pro obě dvě strany. Smysl na straně seniorů

dobrovolníků vnímají aktéři jako vyplnění volného času, získávání nových sociálních kontaktů, ale také možnost nového rozhledu, který dotázané dobrovolníky naplňuje. Aktéři výzkumné sondy se shodují na faktu, že senioři dobrovolníci potřebují sociální interakce, které jim jsou touto formou umožněny, přičemž získávají také radost a pocity štěstí z vykonané dobrovolnické činnosti. Dotázaní aktéři také kladně hodnotí fakt, že díky dobrovolnictví opět pocítují potřebu mít nějakým způsobem strukturovaný den.

Dotázaní aktéři výzkumné sondy si zároveň uvědomují smysl, který má dobrovolnictví i pro příjemce této činnosti. U tohoto pohledu opět panují podobné názory, neboť aktéři se domnívají, že by lidé neměli zůstat sami, že by jim měla být nabídnuta pomoc, pokud je potřebná. V rámci dobrovolnictví vykonávaného u seniorů zastávají aktéři názor, že mohou pomoci někomu ukrátit dlouhou chvíli při společně stráveném čase. V případě dobrovolnictví u dětí aktéři vnímají smysl velmi silně, neboť se shodují, že děti potřebují, aby se o ně někdo zajímal, aby se jim někdo věnoval a dokázal jim nabídnout pomoc, která není poskytnuta rodinou. Dle odpovědí seniorů dobrovolníků po smyslu jejich činnosti v rámci doučování dětí je hlavní smysl spatřován v myšlence, že děti opravdu dělají pokroky, pokud se s nimi pravidelně pracuje.

4.4 Diskuze

Hlavním cílem výzkumné sondy bylo objasnění významu dobrovolnictví pro seniory, kteří působí v roli dobrovolníků. Již v předešlé kapitole jsem se zabývala významem dobrovolnictví pro seniory, přičemž se domnívám, že v rámci výzkumné sondy se má teoretická část ve třetí kapitole shoduje s názory, které vyplynuly z výzkumné sondy.

Z teoretických poznatků a výzkumné sondy je patrné, že se senioři nejčastěji uchylují k dobrovolnictví z důvodu ztráty blízkých osob, spojené s pocitem osamělosti či odchodem do důchodu, ale také z důvodu hledání činnosti, která by jim pomohla zaplnit volný čas.

V rámci teoretických poznatků zmíněných ve třetí kapitole této práce a v rámci výzkumné sondy je zřejmé, že dobrovolnictví nabízí seniorům možnost, jak mohou získávat a udržovat sociální interakce a navazovat nové přátelské vztahy, přičemž právě toto udržení sociálních kontaktů může seniorům pomoci při vyrovnávání se s pokročilým věkem a zároveň jim nabízí ochranu před izolací v seniorském věku.

Výzkumná sonda nám potvrdila, že dobrovolnictví je pro seniory smysluplná činnost z pohledu strukturalizace dne, kdy tato činnost dokáže alespoň částečně zaplnit přebytek volného času, kteří senioři mají a jsou ochotni ho darovat pro zpříjemnění času druhých osob. Získané odborné poznatky v této práci a výzkumná sonda nám potvrzují, že dobrovolnictví představuje pro seniory prostor pro smysluplné využití volného času, během kterého může docházet k osobnostnímu rozvoji a zároveň se dobrovolnictví může stát pro seniory novým smyslem života.

Nicméně se nám také potvrdilo, že v pokročilém věku si mohou senioři připadat nepotřebně, nicméně v rámci dobrovolnictví může docházet k uspokojování osobních potřeb, neboť mohou pokračovat v činnostech, které je celý život bavily a uspokojovaly.

Senioři dobrovolníci také velmi intenzivně vnímají smysl dobrovolnictví také na straně příjemce dobrovolnické činnosti, neboť mohou i oni sami zaplnit volný čas člověku, který to potřebuje, který je spojený s pomocí danému člověku, který se nachází v nepříznivé životní situaci.

Do budoucna by jistě byla na místě možnost rozsáhlejší studie významu dobrovolnictví pro seniory, neboť v rámci této výzkumné sondy jsem prováděla šetření pouze s minimem komunikačních partnerů, nicméně tato otázka by si jistě zasloužila mnohem podrobnější šetření, neboť se domnívám, že se jedná o zajímavý fenomén dnešní doby, který může být pro organizace, ale i pro celou společnost hodně důležitým prvkem.

Závěr

Tématem mé bakalářské práce bylo zaměření se na seniory jako dobrovolníky, neboť se obávám, že v širokém pojetí veřejnosti jsou senioři vnímány jako osoby, které již mají určité fyzické i psychické omezení, nicméně v této práci jsem se pokusila toto tvrzení vyvrátit, neboť se domnívám, že jsou to právě senioři, kteří mají společnosti stále co nabídnout. V rámci dobrovolnictví se jedná o osoby, které již mají několik roků života za sebou, a tudíž nám mohou nabídnout jiný náhled na svět, ale i své zkušenosti, které během svého života získali. Dobrovolnou činnost seniorů vnímám jako něco cenného, co dobrovolníky, příjemce dobrovolnictví, organizace, ale i celou společnost obohacuje.

Cílem této bakalářské práce bylo objasnění významu dobrovolnictví pro seniory, přičemž jsem se touto otázkou zabývala v prvních třech kapitolách, při kterých mi byla největší oporou kniha od Jiřího Tošnera a Olgy Sozanské s názvem *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích* či kniha od Zdeňka Mlčáka a Heleny Záškové s názvem *Prosociální charakteristiky dobrovolníků*, nicméně jsem samozřejmě využila mnoho dalších knih, avšak tyto dvě knihy se pro mne při psaní této bakalářské práce staly zásadními.

Domnívám se, že v rámci teoretické stránky bakalářské práce jsem získala mnoho informací, které dokázaly objasnit cíl práce. Obecně se dobrovolnictví stává oblastí, která pomáhá organizacím při chodu jejich činnosti a dobrovolníci jsou součástí zkvalitnění služeb, které daná organizace nabízí. Dle mého osobního názoru se domnívám, že v otázce seniorů dobrovolníků se stále nachází mnoho otázek, kterým je vhodné věnovat dostatečnou pozornost, nicméně díky této práci jsem získala potřebné poznatky, které slouží k objasnění významu dobrovolnictví pro seniory.

Dobrovolnická činnost se stává pro seniory dobrovolníky přijatelným řešením, jak se mohou zapojovat do společnosti mimo trh práce. Dobrovolnická činnost je pro seniory dobrovolníky velmi obohacující, neboť díky této činnosti mohou navazovat nové sociální kontakty, které by jim jiným způsobem nemusely být umožněny. Jedná se o činnost, která může posloužit seniorům k uspokojení jejich základních potřeb, ale také možnost smysluplně strávit volný čas, který je prospěšný, jak pro seniory dobrovolníky, tak pro příjemce této dobrovolnické činnosti. V rámci dobrovolnické činnosti si mohou senioři také upevňovat pocit, že jsou výjimeční, a že mají stále svoji hodnotu.

Poslední kapitolu bakalářské práce jsem věnovala výzkumné sondě, kde jsem se pomocí strukturovaného rozhovoru snažila získat odpovědi na tři otázky, které by této práci pomohly objasnit význam dobrovolnictví pro seniory, kteří působí v rámci dobrovolnické činnosti. Z výzkumné sondy je zřejmé, že odpovědi seniorů dobrovolníků se ve větší míře shodují s teoretickou částí bakalářské práce. Senioři dobrovolníci, kteří figurovali jako aktéři ve výzkumné sondě se věnují dobrovolnictví v sociální sféře, přičemž první skupina se věnuje dobrovolnictví u seniorů, kteří již mají sníženou soběstačnost. Druhá skupina seniorů dobrovolníků se věnuje činnostem s dětmi, kterým pomáhají při vzdělávání. Aktéři výzkumné sondy vnímají význam, ale i smysl svého dobrovolnictví velmi intenzivně, neboť se jedná o činnost, díky které mohou udržovat kontakt se společenským okolím, ale i samotná myšlenka pomoci potřebným osobám je naplňuje vnitřním uspokojením a dobrým vnitřním pocitem.

Domnívám se, že v rámci oblasti seniorů dobrovolníků by jistě byla na místě rozsáhlejší studie tohoto tématu, neboť se dle mého názoru jedná o důležitý prvek, který je přínosný pro všechny zúčastněné strany. Pro seniory dobrovolníky se jedná o možnost, kdy se mohou zapojit do sociálního dění ve svém okolí, pro příjemce dobrovolnictví se jedná o možnost, kdy jim někdo s dobrým úmyslem pomůže s jejich trápením a pro organizace se jedná o pomoc, která může pomoci umožnit zkvalitnění jejich činností. Výhody však můžeme spatřit i na straně společnosti, která se díky dobrovolnictví může naučit vnímat pomáhání druhým osobám jako přínosný, ale také velmi příjemný jev, který je nutné ve společnosti i nadále propagovat.

Seznam použitých zdrojů

Odborné zdroje

DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

FRIČ, P. a kol. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice – výsledky výzkumu ENROS a AGNES*. Praha: ENROS a AGNES, 2001. ISBN 80-902633-7-2.

FRIČ, P.; POSPÍŠILOVÁ, T. a kol. *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století*. Praha: AGNES, 2010. ISBN 978-80-903696-8-9.

HUPKOVÁ, M. *Rozvíjanie sociálnych spôsobilostí v pomáhajúcich profesiách*. 2. vyd. Bratislava: IRIS, 2011. ISBN 978-80-89256-61-7.

JANKOVSKÝ, J. *Etika pro pomáhající profese*. Praha: TRITON, 2003. ISBN 80-7254-329-6.

KAVAN, Š.; DOSTÁL, J. a kol. *Dobrovolnictví a nestátní neziskové organizace při mimořádných událostech v podmínkách Jihočeského kraje*. České Budějovice: Vysoká škola evropských a regionálních studií, 2012. ISBN 978-80-87472-41-5.

MAROON, I. *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků -. Teorie, praxe, kazuistiky*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0180-9.

MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-549-0.

MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-548-2.

MATULAYOVÁ, T.; JURNÍČKOVÁ, P.; DOLEŽEL, J. a kol. *Motivace k dobrovolnictví*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2016. ISBN 978-80-561-0308-1.

MÁTEL, A. *Teorie sociální práce I – Sociální práce jako profese, akademická disciplína a vědní obor*. Praha: Grada Publishing, 2019. ISBN 978-80-271-2220-2.

MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: GRADA, 2006. ISBN 80-247-1362-4.

MLČÁK, Z.; ZÁŠKODNÁ, H. *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-178-6.

MYDLÍKOVÁ, E. *Sociální práce v neziskovém sektoru*. 2. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského, 2013. ISBN 978-80-223-3322-1.

ONDRUŠOVÁ, J. *Stáří a smysl života*. Praha: Univerzita Karlova, 2011. ISBN 978-80-246-1997-2.

PETROVÁ-KAFKOVÁ, M. *Šedivějící hodnoty? – Aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 978-80-210-6310-5.

PICHAUD, C.; THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi – Praktické informace pro ty, kdo doma pečují o staré lidi, i pro sociální a zdravotnické pracovníky*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-184-3.

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

RAŠTICOVÁ, M.; BÉDIOVÁ, M. a kol. *Práce nebo důchod? – Senioři, trh práce a aktivní stárnutí*. Brno: B&P Publishing, 2018. ISBN 978-80-7485-177-3.

REITMAYEROVÁ, E.; BROUMOVÁ, V. *Cílená zpětná vazba – Metody pro vedoucí skupin a učitele*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-317-8.

SKVOJSA, M. a kol. *Občanský sektor – Organizovaná občanská společnost v České republice*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-681-0.

STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.

ŠIMKOVÁ, S. a kol. *Dobrovolníci mění svět – sborník příkladů dobré praxe*. Praha: REFOS, 2011. ISBN 978-80-87449-15-8.

ŠORMOVÁ, L.; KLÉGROVÁ, A. *Dobrovolnictví*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. ISBN 80-86991-68-7.

ŠULOVÁ, M. *Dobrovolnictvo jako způsob seberealizace mladého člověka*. Rožumberk: VERBUM, 2015. ISBN 978-80-561-0308-1.

TOMEŠ, I.; ŠÁMALOVÁ, K. a kol. *Sociální souvislosti aktivního stáří*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3612-2.

TOŠNER, J.; SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-178-6.

ŽILOVÁ, A.; NOVOTNÁ, A.; ŽILOVÁ, V. *Sociálně spôsobilosti v pomáhajúcich profesiách*. Ružumberk: VERBUM, 2010. ISBN 978-80-8084-589-6.

Odborné časopisy

HAŠPLOVÁ, I. *Odborný časopis Sociální služby – Jak se stát dobrovolníkem*. 6-7/2010, s. 22-23. ISSN 1803-7348.

HORECKÝ, J. *Odborný časopis Sociální služby – Dobrovolníci v sociálních službách*. 6-7/2010, s. 21. ISSN 1803-7348.

Právní prameny

Zákon 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické smlouvě), ve znění platném k 24.5.2002.

Internetové zdroje

HESTIA. *Metodika dobrovolnictví v sociálních službách*. Dostupné na <https://www.hest.cz/cdn/public/001597.pdf>

Seznam příloh

- Příloha I. Přepis rozhovoru s prvním aktérem
- Příloha II. Přepis rozhovoru s druhým aktérem
- Příloha III. Přepis rozhovoru se třetím aktérem
- Příloha IV. Přepis rozhovoru se čtvrtým aktérem
- Příloha V. Přepis rozhovoru s pátým aktérem

Přílohy

Příloha I. Přepis rozhovoru s prvním aktérem

Co vás vedlo k rozhodnutí stát se dobrovolníkem?

Já jsem znala plno starších lidí, za kterými jsem chodila již od svého útlého věku, ale oni již všichni zemřeli, následovně mi zemřel i manžel, a proto jsem hledala nějakou činnost, která by mi naplnila volný čas, který jsem najednou měla.

Staří lidé mne fascinovali celý život, chodila jsem za nimi již od mládí, a tak jsem si říkala, že bychom mohla pomoci v této oblasti, proto jsem jednoho dne vyhledala dobrovolnické centrum a paní koordinátorka dobrovolníků mi sdělila, že existuje možnost dobrovolnictví, a tak mne to zaujalo, že jsem se do toho pustila.

Jakou jste si vybrali cílovou skupinu a proč?

Zvolila jsem si dobrovolnickou činnost se seniory, neboť jak jsem již zmiňovala, senioři mne přitahovali celý život. Vždycky jsem k nim měla velice úzký vztah. Po domluvě s paní koordinátorkou dobrovolníků jsem se dozvěděla, že hledají dobrovolníka k jedné paní, která má Alzheimeru středního stupně, tudíž navštěvuji tuto paní, které je 84 let u ní doma. Myslím si, že do budoucna by mne naplňovala také práce se seniory v nemocnicích.

V čem vidíte smysl své dobrovolnické činnosti?

Já si myslím, že by lidé neměli zůstat sami, že by jim měla být nabídnuta pomoc, pokud je potřebná. Dobrovolnictví naplňuje i nás dobrovolníky, kteří se této činnosti „propůjčujeme“, protože od klientů získáváme takový jiný rozhled, a myšlenku, že nás to opravdu naplňuje. Mne osobně dobrovolnictví naplňuje příjemným pocitem, že mohu někomu pomoci.

Příloha II. Přepis rozhovoru s druhým aktérem

Co vás vedlo k rozhodnutí stát se dobrovolníkem?

Já jsem se v roce 2000 rozvedla se svým manželem a najednou jsem zůstala sama. Velmi často se procházím po městě a prohlížím si jednotlivé domy, jak jsou tvarovaný. Jednou jsem se opět procházela a viděla jsem plakát, že dobrovolnické centrum hledá nové dobrovolníky. Proto jsem se rozhodla, že se postarám o tom, abych měla společnost, přičemž dobrovolnictví mi tuto možnost nabízí.

Jakou jste si vybrali cílovou skupinu a proč?

Vybrala jsem si seniory, nicméně jsem je nechtěla navštěvovat v domově důchodců, nicméně po vzájemné domluvě s paní koordinátorkou dobrovolníků mi byla přidělena jedna paní v seniorském věku, kterou jsem u ní doma navštěvovala šest let. Bohužel tato paní později zemřela, nicméně nyní chodím opět k jedné starší paní, které také navštěvuji u ní doma.

Paní koordinátorka dobrovolníků mi nabízela také práci s dětmi, nicméně tuto nabídku jsem okamžitě odmítla, neboť mám sama tři děti a již bych práci s nimi nezvládla.

V čem vidíte smysl své dobrovolnické činnosti?

Já si myslím, že dobrovolnictví má smysl pro obě dvě strany. Pro mne je smysl z takového pohledu, že si mám s kým popovídat a strávit užitečně volný čas. Na druhé straně si myslím, že pro příjemce se jedná také o smysluplné využití volného času a zaplnění dlouhých chvil.

Příloha III. Přepis rozhovoru se třetím aktérem

Co vás vedlo k rozhodnutí stát se dobrovolníkem?

Já jsem se k dobrovolnictví dostala díky svojí mamince, která mi o této formě pomoci vyprávěla, neboť sama se angažovala v dobrovolnictví. Když jsem odešla do penze, tak mi právě maminka navrhl, zda bych také nechtěla figurovat v rámci dobrovolnictví, a mne tato myšlenka tak zaujala, že jsem na tuto nabídku přistoupila.

Jakou jste si vybrali cílovou skupinu a proč?

Já jsem si uvědomila, že ideální cílovou skupinou pro mne jsou děti na druhém stupni, neboť jsem vzděláním učitelka a celý život jsem na tomto stupni učila češtinu, kterou mám velmi ráda. Nicméně ze začátku svého dobrovolnictví jsem figurovala jako dobrovolnice na prvním stupni, v té době ještě společně se svojí maminkou, avšak poté se ukázalo, že bych byla potřebnější na druhém stupni, kde od té doby vypomáhám.

Jinou cílovou skupinu jsem doposud nezkoušela, nicméně si nyní mohu u své maminky vyzkoušet, jaké je to pracovat se seniory, neboť jí pravidelně předčítám. Myslím si, že kdybych maminku neměla, tak bych možná chodila číst i do domova důchodců nebo do nemocnice, neboť dobrovolnictví se seniory je také příjemné.

V čem vidíte smysl své dobrovolnické činnosti?

Myslím si, že mé dobrovolnictví určitě smysl má. Svoji činnost vnímám jako něco, co u dětí supluje rodinu, vnímám se jako osobu, která s nimi probere školní látku, ve které nevynikají. Momentálně velmi často řešíme referáty, tudíž já osobně se domnívám, že se jedná o něco, co by měli zvládnout doma s pomocí rodičů, nicméně my tady ten domov, kde to nefunguje, nahrazujeme, tudíž podle mne toto dobrovolnictví smysl má. Také si myslím, že jakékoliv zopakování látky je dětem ku prospěchu.

Mám radost, když dokáží dítě posunout od tvrzení, že dané látce nerozumí, až po zvládnání dané látky. Nicméně smysl to má určitě pro obě dvě strany, neboť pro mne dobrovolnictví znamená štěstí a činnost, díky které mám také nějakým způsobem strukturovaný den.

Příloha IV. Přepis rozhovoru se čtvrtým aktérem

Co vás vedlo k rozhodnutí stát se dobrovolníkem?

Mne k této myšlence dovedla má kolegyně, která se dobrovolnictví věnovala a jednou mne zastavila s tím, že hledají „babičky“ na doučování prvního stupně. Její popis dobrovolnictví mne nadchl takovým způsobem, že jsem se do této činnosti pustila.

Jakou jste si vybrali cílovou skupinu a proč?

Mojí cílovou skupinou jsem děti na prvním stupni, neboť dle mého názoru je důležité právě již zmíněné „babičkovství“ jako takové, neboť si myslím, že tato jedna generace chybí v řadě rodinách nebo spolu nežijí či spolu netráví dostatek času.

Myslím si, že právě toto „babičkovství“ je vhodné i ze sociálního hlediska, kdy se na těchto „babičkách“ může trénovat zdvořilost, laskavost a vzájemný kontakt.

V čem vidíte smysl své dobrovolnické činnosti?

Smysl mé dobrovolnické činnosti vnímám tak, že ty děti opravdu dělají pokroky. Společně trénujeme čtení, psané a opravdu je u každého jedince vidět zlepšení. Těší mne to i z takového hlediska, že když mne tyto děti potkají na ulici, hned mne zdraví a jsou velmi přátelští.

Příloha V. Přepis rozhovoru s pátým aktérem

Co vás vedlo k rozhodnutí stát se dobrovolníkem?

K dobrovolnictví jsem se dostal tak, že jsem dostal od klubu důchodců nabídku, že se hledají dobrovolníci na doučování. Nicméně já své dobrovolnictví vnímám jako činnost, která mi umožňuje v mém věku stále dělat to, co mne opravdu baví, a ještě k tomu je přidán bonus, že budu pro někoho nápomocný a budu k něčemu dobrý.

Jakou jste si vybrali cílovou skupinu a proč?

Spolupracuji s dětmi, nicméně nemám přesně určenou věkovou kategorii. Doučuji na prvním stupni, na druhém stupni, ale také i na středních školách. Učení je můj koníček, já jsem celý život učil na gymnáziu, tudíž učení je něco, co mne opravdu naplňuje.

V čem vidíte smysl své dobrovolnické činnosti?

Já jsem důchodce, tudíž potřebuji nějaké sociální interakce a děti naopak potřebují, aby se o ně někdo zajímal, aby se jim někdo věnoval a někteří potřebují i celkovou pomoc, tudíž se domnívám, že smysl tohoto dobrovolnictví je přínosný pro obě dvě strany.

Abstrakt

HOLUBOVÁ, D. *Význam dobrovolnictví pro seniory*. České Budějovice, 2020. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Oddělení praxe. Vedoucí práce Mgr. M. Ehrlichová.

Klíčová slova

Senior, dobrovolnictví, dobrovolník, motivace k dobrovolnictví, dobrovolnická centra, organizace, význam dobrovolnictví

Bakalářská práce se věnuje tématu „význam dobrovolnictví pro seniory“ s cílem objasnit, jaký význam představuje dobrovolnictví pro seniory dobrovolníky. Text práce je členěn do čtyř kapitol. První část této práce charakterizuje dobrovolnictví a objasnění pojmů, které se s dobrovolnictvím pojí. V této části je také zmíněna motivace k dobrovolnictví, legislativní ukotvení dobrovolnictví v České republice a charakteristika dobrovolnických center. Druhá kapitola předkládá důležité aspekty zapojení dobrovolníků do činnosti organizace. Třetí kapitola se věnuje hlavnímu tématu práce, kterým je význam dobrovolnictví pro seniory.

Bakalářská práce je zakončena výzkumnou sondou, ve které jsou zachyceny názory vybraných seniorů dobrovolníků. Aktéři výzkumné sondy byli vybráni ze Salesiánského střediska mládeže v Českých Budějovicích a v druhém případě z Dobrovolnického centra při Diecézní charitě v Českých Budějovicích.

Abstract

The Importance of Volunteering for Seniors

Keywords

Senior, volunteering, volunteer, motivation for volunteering, volunteer centres, organization, importance of volunteering

The Bachelor's thesis focuses on the importance of volunteering for seniors and aims to clarify the importance of volunteering for seniors. The thesis is divided into four chapters. The first part defines volunteering and explains terms used in volunteering. This part also mentions motivation for volunteering, the place of volunteering in the Czech legislation and description of volunteer centres. The second chapter introduces key aspects of integrating the volunteers into an organization. The third chapter concentrates on the main topic of the thesis – the importance of volunteering for seniors.

The Bachelor's thesis concludes with a research part that captures the views of selected senior volunteers. The respondents were selected from the Salesian Youth Centre in České Budějovice and from the Volunteer Center of Diocesan Charity in České Budějovice.