

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

Sociální práce a rodinou

Bc. Sandra Skalková, DiS.

Angažovanost seniorů ve formálním dobrovolnictví ve městě Olomouc

Diplomová práce

vedoucí práce: doc. PaedDr. Tatiana Matulayová, Ph.D.

2017

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.

14. 4. 2017

Sandra Skalková

Děkuji doc. PaedDr. Tatianě Matulayové Ph.D. za spolupráci, cenné rady a věnovaný čas při vedení mé diplomové práce. Dále bych chtěla poděkovat rodině, přátelům a příteli za toleranci a psychickou podporu při psaní této práce.

OBSAH

ÚVOD.....	5
1 DOBROVOLNICTVÍ OPTIKOU SOCIÁLNÍ PRÁCE.....	7
1.1 VYMEZENÍ DOBROVOLNICTVÍ.....	9
1.2 VÝZNAM DOBROVOLNICTVÍ	12
1.3 MANAGMENT DOBROVOLNICTVÍ	14
2 SENIOR JAKO DOBROVOLNÍK.....	19
2.1 MOTIVACE K DOBROVOLNICTVÍ	21
2.1.1 Přínosy dobrovolnictví u seniorů	24
2.1.2 Aktivní stárnutí.....	26
2.2 BARIÉRY DOBROVOLNICTVÍ	28
2.3 PŘÍKLADY Z PRAXE SENIORŮ V ČR	30
3 METODOLOGIE.....	33
3.1 VÝZKUMNÉ OTÁZKY A HYPOTÉZY	33
3.2 VÝZKUMNÝ PŘÍSTUP A VÝZKUMNÁ TECHNIKA	35
3.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR A SBĚR DAT	37
4 DESKRIPTIVE ZKOUMANÉ POPULACE.....	38
4.1 INTERPRETACE VÝSLEDKŮ	46
5 DISKUZE	53
6 ZÁVĚR.....	56
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	58
SEZNAM TABULEK.....	63
SEZNAM PŘÍLOH.....	65

ÚVOD

Tato diplomová práce vznikla za podpory projektu Dobrovolnictví v sociálních službách prizmatem vědy o sociální práci, reg. číslo IGA_CMFTF_2016_015.

V této práci se budu zaměřovat na osoby, které uvedly, že pobírají starobní důchod, nezávisle na věku s trvalým pobytem ve městě Olomouc. Tuto problematiku formálního seniorského dobrovolnictví, jsem si zvolila, protože většina organizací i společnost nahlíží na seniory jako na potenciální klienty sociálních služeb, nicméně senioři mají mnoho benefitů a můžou tak být i potenciálními dobrovolníky v organizacích. Cílem práce je zjistit rozsah angažovanosti seniorů ve formálním dobrovolnictví ve městě Olomouc, zjistit bariéry, které jim brání v zapojení se do formálního dobrovolnictví a také zjistit jejich zájem o dobrovolnické formální aktivity.

Teoretickou část jsem začala textem o dobrovolnictví optikou sociální práce, kde popíši propojenost mezi mým studovaným oborem, tak i z hlediska toho, jakou roli dobrovolnictví hraje v sociální práci. Poté vymezím konkrétně dobrovolnictví, zmíním, jaké jsou formy dobrovolnictví, oblasti dobrovolnictví. Další podkapitola bude o významu dobrovolnictví, z hlediska společnosti, organizace i samotných dobrovolníků. Poté navazuji na management dobrovolnictví, kde se zaměřím na získávání dobrovolníků, výcvik a výběr, ocenění a hodnocení dobrovolníků a v neposlední řadě zmiňuji i pojištění dobrovolníků. Druhá kapitola se vztahuje k mé cílové skupině. Zezačátku popisují charakteristiku seniorů, proč by měli senioři být dobrovolníky, ale i výzkumy, které charakterizují přímo specifika dobrovolníků-seniorů. Tato kapitola navazuje na motivaci k dobrovolnictví, protože je dobré zjistit, proč lidé jsou ochotni pomáhat druhým. V této části zmiňuji obecně pojem motivace, poté se zaměřuji na motivační faktory u seniorů, jak u českých, tak zahraničních autorů. S motivací jsou propojeny přínosy z dobrovolnické činnosti. Tato kapitola je také složena z českých a zahraničních výzkumů. Poté navazuji na aktivní stárnutí, kde obecně popisují, co to znamená aktivní stárnutí a jak senioři můžou aktivně stárnout. Předposlední podkapitola je věnovaná bariérám u seniorů dobrovolníků. Zde se zaměřuji na vnější a vnitřní překážky. Poslední kapitolou jsou příklady z praxe seniorů v ČR, abych uvedla, že seniorské dobrovolnictví není nereálné. Uvádím jako příklad Trojlístek, Program 3G, Senioři vítáni a Život 90. Při zpraco-

vání teoretické části jsem pracovala s odbornou literaturou, jak českých autorů, tak i zahraničních. Také jsem provedla rešerši odborného časopisu Sociální práce/ Sociálna práca, kde jsem našla jednu edici, která se věnovala přímo dobrovolnictví.

Empirická část se opírá o kvantitativní výzkum, který byl zvolen společně v rámci IGA projektu. Byl zvolen kvótní výběr u obyvatelstva ve městě Olomouc a jako technika sběru dat byl zvolen dotazník. Výzkum proběhl na jaře v roce 2016. Dotazníky byly převedeny do Excelu a následně zpracovány v programu SPSS. V empirické části popisují deskripci mé populace -seniorů, z hlediska věku, pohlaví, vzdělání, náboženského vyznání. Poté následuje ověření hypotéz. Uvádím i diskuzi, kde porovnám zjištěné výsledky s jinými literárními či výzkumnými zdroji.

1 DOBROVOLNICTVÍ OPTIKOU SOCIÁLNÍ PRÁCE

V první kapitole bude nastíněn vztah dobrovolnictví a sociální práce, tato propojenost je důležitá jak v kontextu relevance k mému studovanému oboru, tak i z hlediska zamyšlení, jakou roli může dobrovolnictví v sociální práci zaujímat.

Jak uvádí Matulayová (2012, s. 4) dobrovolnictví optikou sociální práce je výzva pro současný stav výzkumu v sociální práci. Sociologický a psychologický výzkum o dobrovolnictví je rozvinutý, skoro všechny evropské země pravidelně zaznamenávají výzkumy z oblasti dobrovolnictví podobně jako USA, Kanada či Austrálie.

Dobrovolnictví můžeme považovat za morfogenetický jev, který můžeme pozorovat na různých úrovních z pohledu jednotlivých věd. Dobrovolnictví v sociálních vědách je rozdělené na neziskovou, občanskou a volnočasovou perspektivu. Neziskový pohled se dívá na dobrovolnictví, jako na neplacenou práci, jako na speciální zdroj. Sem můžeme zařadit zdravotnictví, sociální péči, nebo školství. Optika občanské společnosti chápe dobrovolnictví jako občanskou aktivitu, pokládá ji za občanskou participaci. Pozornost se věnuje získávání, motivaci dobrovolníků, tvoření sociálních sítí a komunitního života. Volnočasová perspektiva poukazuje na dobrovolnictví jako na trávení volného času. Často jej spojuje se slovy „hobby“, nebo amatérská činnost. (Frič a Pospíšilová, 2010.s 15)

K sociálním vědám je zařazená i sociální práce, proto je důležité porovnat dané perspektivy s identifikovanými perspektivami v sociální práci, jako vědy. Toto porovnání pak ukazuje, že věda o sociální práci vnímá dobrovolnictví, jako společenský fenomén, ale i sociální instituci. (Matulayová 2012, s. 5)

Terry Mizrahi (2011) v americké encyklopedii sociální práce vydefinovala tři základní přístupy dobrovolnictví optikou sociální práce, a to jsou axiologický, strukturalistický a ideologický přístup. Autorkou překladu je Tatiana Matulayová (2012, s. 6).

Axiologický přístup je založený na historickém vývoji a také na interpretaci religiózních a sekulárních hodnotách vztahených k charitě, filantropii. Tento přístup se vztahuje k latinskému „voluntas“ v překladu svobodná vůle osoby, která se rozhodne věnovat svůj čas, energii a zkušenosti ve prospěch druhé osoby. Počátky charity a filantropie najdeme v antice, židovství a poté v křesťanství. Sekulární hodnoty se pojí se slovy demokracie, svoboda,

sdružení, také souvisí s Aristotelovým chápáním občanské společnosti, dobrovolné podřízenosti soukromého zájmu veřejnému zájmu. Motivací pro zapojení do dobrovolnictví nebyl altruismus, ale očekávaná reciprocita.

U strukturálního rozlišujeme různé úrovně formalizace organizace, které sdružují lidi se zájmem o dobrovolnické aktivity. Rozlišujeme 5 dobrovolnických struktur: sociálně podpůrné sítě, místní sdružení, neziskové organizace, sociální služby a nadace. Pozornost se upírá na roli, kterou poskytují ohroženým skupinám. Interpretaci ohrožuje nedostatek důvěryhodných dat, jelikož statistiky o dobrovolnictví se datují od druhé poloviny 20. století.

Ideologický přístup popisuje dobrovolnictví ve vztahu k udržení pořádku moci, převládajícím konceptem občanské společnosti je teorie sociálního kapitálu od R. Putmana.

Odborná literatura v souvislosti s vymezením poslání a cílem sociální práce, se střetává s konceptem sociálního fungování člověka. Tento koncept je definován, jako schopnost lidí plnit úkoly každodenního života. Malcon Payne (2005) využívá teoretických perspektiv s konceptem fungování a Matulayová (2012, s. 8) upravila malá paradigmatata a vytvořila 3 povahy dobrovolnictví v kontextu sociální práce, a to dobrovolnictví jako terapie, dobrovolnictví jako součást sociálních služeb a dobrovolnictví jako nástroj sociální změny.

Dobrovolnictví jako terapie

Terapeutické paradigma se věnuje duševní pohodě člověka. Sociální pracovníci prostřednictvím dobrovolnických aktivit umožňují klientům získat pocit užitečnosti, sebedůvěry, realizace a smysl života.

Dobrovolnictví jako součást sociálních služeb

Tento koncept vychází ze zapojení dobrovolníků do sociálních služeb, vychází z reformního paradigma ve smyslu toho, že sociální pracovníci usilují o uschopnění klientů a zprostředkování zdrojů. Dobrovolnické programy lze chápat jako osamocenou službu.

Dobrovolnictví jako nástroj sociální změny

Tento přístup má počátek v socialisticko - kolektivistické perspektivě, je zde koncept empowermentu tzn. posílnění, zmocnění a emancipace, boj s diskriminací se ukazuje jako efektivní metoda k sociální změně.

Juha Hammalainer a Hans Goppner (2008, s. 120) chápou sociální práci jako integrativní a průřezovou vědu, která nevyděljuje multideferenciaci. Inspiraci nachází ve vymezených úlo-

hách vědy o sociální práci. V souvislosti s tím, Matulayová (2012, s. 9) doporučuje se soustředit na systematické analýzy dobrovolnictví, funkci dobrovolnictví v mikro a makro praxi s jednotlivcem, rodinou, skupinou či komunitou, vývojem modelů konání (vztahy modelů konání sociálních pracovníků a dobrovolníků, hledat, co v praxi funguje a v neposlední řadě se zaměřit na evaluační výzkum.

V roce 2001 byl vyhlášen evropský rok dobrovolnictví, který nabídl nejrůznější činnosti, které byly zacílené na podporu dobrovolnictví. Byly konány konference s odborníky, semináře, workshopy s prezentací dobrovolnických aktivit napříč pestrými činnostmi dobrovolníků i napříč všem věkovým skupinám. Problematice dobrovolnictví se v roce 2011, ve 4. edici věnoval i časopis Sociální práce /Sociálna práca. A jak v něm shrnula Petra Vymětalíková (2011, s. 9), dobrovolnictví se od roku 2001 posunulo kupředu, získalo lepší image, lidé jsou lépe informováni, ale přesto uznává, že je stále na čem pracovat, protože je to „běh“ na dlouhou trať. Vyjádřila se i Verešpejová Dagmar (2011, s.4) - (koordinátorka projektu Komprax), která zastává názor, že dobrovolnictví v oblasti sociální práce hraje doplňkovou službu, tedy, že dobrovolníci nemají nahrazovat práci sociálních pracovníků, ale spíše doplňovat, tam kde nestačí v zabezpečení stát, či instituce. Kořínková (2011, s. 6) dodává, že dobrovolnictví pomáhá naplňovat základní potřeby klientů, přináší radost a motivaci pro uzdravení.

1.1 Vymezení dobrovolnictví

Další podkapitola navazuje na téma dobrovolnictví, které bude popsáno konkrétněji a přiblíženo z hlediska forem, časového rozmezí a oblast působení.

Dobrovolnictví je považováno za sociální fenomén, který je významně ovlivněn historickým vývojem, tradicemi, ale také aktuální sociální, ekonomickou a politickou situací dané společnosti. Pilát (2015, s.25) uvádí, že nepanuje jednotný názor, který by definoval dobrovolnictví. Dobrovolnictví je dle slov autora svobodně vykonávaná činnost, která nespěje za účelem získat odměnu. Matoušek (2008, s. 49) je toho názoru, že dobrovolnictví je neplacená a zároveň nekariévní činnost, která je vykonávána k pomoci bližním, komunitě či společnosti. Všeobecná deklarace o dobrovolnictví (2001) poukazuje na to, že dobrovolnictví je základním prvkem společnosti, díky němuž se uskutečňuje nejvznešenější aspirace lidstva – touha po míru, svobodě, bezpečí a spravedlnosti pro všechny.

Někteří autoři považují za dobrovolnictví jen tu činnost, která je provozována v rámci neziskové, nebo občanské organizace. Další neshody autoři spatřují v tom, jestli dobrovolnictví se má považovat za práci, nebo aktivitu.

Tošner a Sozanská (2002, s. 36) jsou toho názoru, že dobrovolník se vyznačuje jako člověk, který poskytuje svůj čas, energii, dovednosti ve prospěch druhých lidí bez nároku na finanční odměnu a tím se může stát nositelem změn ve společnosti. Dobročinnost neboli filantropie se pokládá za jednu z občanských cností, která vychází z křesťanské a židovské morálky, nehledě na to, zda jsme či nejsme věřící.

Pokud máme na mysli nezištnou pomoc příbuzným a sousedům, můžeme použít termín neformální dobrovolnictví. Naopak dobrovolnickou činnost vykonávanou ve prospěch anebo prostřednictvím nějaké organizace, označujeme jako formální dobrovolnickou činnost. Pro ukotvení dobrovolníků v neziskové organizaci (vládní, příspěvkové) se používá termín veřejně prospěšné dobrovolnictví. Pokud se zapojujeme jako členové sdružení, nebo spolku v zájmu realizace svých cílů, konáme vzájemně prospěšné dobrovolnictví. Diplomová práce se věnuje pouze formálnímu dobrovolnictví, proto další text bude vztažen k tomuto typu. (Brozmanová, Gregorová, 2012, s.40)

Z hlediska časového vymezení můžeme popsat zapojení při jednorázových akcích (sbírky, benefiční bazárky a koncerty). Tyto akce se většinou pořádají jednou či několikrát do roka, současně jsou vhodné pro nábor nových příznivců organizace a potencionálních dobrovolníků. Dlouhodobá dobrovolná činnost/pomoc je poskytována opakovaně a pravidelně, kdy se dobrovolník „zaváže“ sepsanou smlouvou, která upravuje práva a povinnosti obou stran. Nesmíme také opomenout poslední typ, a to dobrovolnou službu, která je dobrovolným dlouhodobým závazkem po dobu několika měsíců i let mimo svoji zemi. Důležitou roli hraje příprava dobrovolníka na jeho misi, včetně nákladů na cestu, pobyt a pojištění. (Müllerová 2010, s.12)

Nejčastěji se setkáváme s dobrovolníky v nestátních neziskových organizacích, tedy ve formálním typu, což je i mé zaměření. Cílem těchto organizačních forem není zisk, ale poslání a cíl jejich činnosti.

V následujícím přehledu bude uveden výčet organizací, ve kterých můžou dobrovolníci působit a to z hlediska zaměření. Jako první představuji organizace spadající pod ochranu životního prostředí, zapojující se do řešení problematiky jaderných elektráren, vedení dálnic a

čistot měst. Často spolupracují s významnými odborníky, jsou publikované v masmédiích, protože dovedou na problémy zřetelně upozornit. Jako příklad můžeme uvést (DUHU, Děti země, Greenpeace) (Šimková 2011, s. 28)

Mezi další řadíme organizace na ochranu lidských práv a humanitární organizace, které vznikaly převážně po roce 1989, zviditelnily se v souvislosti s událostmi na Balkáně, Čečensku a dalších konfliktních oblastech. Mezi velmi známé můžeme zařadit ADRU a Člověka v tísní. Kromě působení v oblastech válečného konfliktu poskytují pomoc i při vnitrostátních krizových situacích například při záplavách na Moravě v roce 1997. Vzhledem k minulému režimu v ČR existuje nízké právní a občanské povědomí, proto vznikly neziskové organizace - Občanské poradny, Bílý kruh bezpečí, Amnesty International). (Tošner, Sozanská 2002, s. 41)

Další potencionální oblastí pro dobrovolnictví dle (Dohnalové, Vejdělkové 2009, s. 29) je sociální a zdravotní oblast. Tato skupina je nejpočetnější z hlediska využití dobrovolné činnosti. Rovněž tato oblast vyžaduje profesionální přístup, je třeba připravit dobrovolníky na jejich činnost, a především vyškolit vlastní koordinátory dobrovolníků. K nejznámějším patří Charita, Život 90, Nadace Olgy Havlové. Dobrovolníci zde působí jako motivace a psychická podpora pacientů. Často se stává, že dobrovolník dostane jiný pohled na konkrétní problematiku a změní svůj žebříček hodnot.

Organizace v kulturní oblasti se zaměřují na ochranu a revitalizaci kulturních památek. Po roce 1989 vznikly instituce snažící se vytvářet alternativní kulturní projekty (výtvarné umění, nekomerční hudba). Často se věnují propagaci české kultury v zahraničí. Nacházíme zde mezi dobrovolníky profesionály ve svém oboru, ať již jsou to špičkový hudebníci, režiséři, nebo výtvarníci. Mezi známé patří Symposium a Art Fórum. (Šimková 2011, s. 30)

Poslední oblastí jsou organizace se sportovní a vzdělávací činností, na rozdíl od USA, kde se dobrovolníci podílejí na vzdělávacím procesu základních škol, naopak u nás je angažovanost ve volnočasových aktivitách (tělovýchovné, turistické oddíly). (Tošner, Sozanská 2002, s. 44)

1.2 Význam dobrovolnictví

Uvádím také text o významnosti dobrovolnictví, protože i tato problematika souvisí s mým tématem práce. Zaměřuji se na rozsah angažovanosti v dobrovolnické oblasti, což souvisí do určité míry i s významem dobrovolnictví. Protože obraz společnosti, tedy jak se společnost dívá na dobrovolnickou činnost, ovlivňuje i ochotu v zapojení se do takové činnosti.

Dobrovolnictví se u nás vyskytuje pouze okrajově. V české společnosti stále převažuje negativní názor na dobrovolnictví, řekla bych, že určitou váhu negace nám zanechal minulý komunistický režim a lidé si myslí, že dobrovolnictví je pouze náhražkou za neefektivní veřejnou správu. A abychom změnili názor většinové společnosti, cože je náročné, ale ne nemožné, je potřeba aktivně dobrovolníky získávat a využívat více forem při oslovování potenciálních dobrovolníků. Frič (2001, s. 35).

Dobrovolnictví má ale přesto velký **význam pro naši společnost**. Považujeme ho za nástroj sociálního začleňování, ať už zdravotně znevýhodněných, sociálně vyloučených, nebo nezaměstnaných. Také další skupinou můžou být senioři, což je i případ mé práce, i těm může dobrovolnictví pomoci lépe zvládat začlenění a navázání lidského kontaktu. Neziskové organizace se tak můžou stát aktérem při budování zdravé občanské společnosti. (Müllerová 2011, s. 9).

Tématu významnosti dobrovolnictví se věnoval i časopis Sociální práce /Sociálna práca, kde Iveta Šípošová (2011, s. 23), která rozdělila význam dobrovolnictví do šesti funkcí. První je servisní funkce – poskytuje různé druhy veřejně prospěšných služeb. Druhá – inovační funkce je zdrojem nových možností, aplikace moderních metod ze zahraničí. Třetí je advokátní funkce, která prosazuje, nebo obhajuje práva klientů. Dobrovolnické centra vytvářejí prostor pro uvědomění odlišností (kultura, rasy, jazyky), to má spadá pod expresivní funkci dobrovolnictví. Jako pátou popisuje objevovací funkci, díky níž lidé objevují své schopnosti, které běžně nerozvíjí. Výčet uzavírá funkce budování komunit, která podporuje přirozený rozvoj v dané komunitě. Kořínková (2011, s.7) jako odborná konzultantka v témže časopise vyzdvihuje společenské přínosy: prosociální myšlení, solidaritu, prevenci sociálně patologických jevů, nástroj změny v komunitě „zdola“.

I zahraniční autoři jsou toho názoru, že dobrovolnictví je významné pro společnost, například Cristina Rigman (2008, s. 6-7) poukazuje na to, že dovednosti, schopnosti vyvinuté u

dobrovolníků je připraví na aktivní a společenský život, budou vybaveni cennými informacemi a prostředky, které je připraví na aktivní participaci, mobilizují k sítím, důvěře a schopnosti týmové práce. A v neposlední řadě budou zmocňováni. To, že dobrovolnictví je prvkem vedoucí k zmocňování potvrzuje i Sandu (2005, s. 215), říká, že to vede ke kontrole vlastního životního prostředí, dochází k využití dřívějších vlastností k praktikování občanské angažovanosti. Voicu (2005, s. 121-136) dodává, že dobrovolnictví je nástroj k projevu demokratické kultury – schopnost jedinců přerozdělovat zdroje, uplatňovat sílu k ochraně a zajištění práv ke konání dobra. A (Ranzijn, Harford, Andrews 2002, s. 181-197) zvláště poukazují na starší dobrovolníky, kteří vytváří sociální kapitál. To přispívá k zdravé, prosperující komunitě. Jsou toho názoru, že právě díky zvýšení počtu seniorů dobrovolníků, se sníží negativní dopady na stárnutí obyvatelstva.

Dle Tošnera, Sozanské (2002, s. 37) dobrovolníci mají **velký význam i pro organizaci**. Tím je myšlen nejen zdroj pomoci, ale především nové zkušenosti, nápady, které může dobrovolník se sebou přinést. Novák in Novotný, Lukeš a kol (2008, s. 109-110) zmiňuje, že dobrovolnictví v organizacích je přínosem ve více směrech, například jsou zdrojem práce, který nevyžaduje vysoké finanční náklady, ale je to neznamená, že dobrovolnictví je zadarmo. Další přínos spatřuje v tom, že dobrovolníci vnesou nový pohled na řešení problémů, jelikož každý z dobrovolníků má různé vzdělání, věk, životní styl. Jejich přítomnost také působí na dobré jméno organizace, protože obecně organizace s vyšší prestiží lákají dobrovolníky. Případně je možné, že dobrovolník přinese do organizace i nové kontakty, a v neposlední řadě může být dobrovolník potencionální uchazeč o placené zaměstnání. Müllerová (2011, s. 11) dodává, že dobrovolníci, kteří přicházejí zvenčí, poskytují organizacím tolik potřebnou zpětnou vazbu. Ráda bych uvedla příklady významnosti dobrovolníků od Gabriely Čechové z Dobrovolnického centra Ratolest Brno o. s. Ta uvádí, že hlavní přínosy spatřuje v pomoci: naplnění poslání organizace, věnování času činností, na které není v běžném provozu čas, přinesení nového know-how, nadšení, nového ducha a zpětné vazby a s tím se pojí konstruktivní kritika, posílí dobrou pověst organizace a udělají reklamu, přinesou nové kontakty a doplní tým.

Můžeme říci, že dobrovolnictví je důležitým finančním zdrojem neziskových organizací a v oblasti ekonomie je značně opomíjen. Zde nedochází k transferu financí jako při každé pracovní směně, ale je zachyceno v účetnictví. Je zapomínáno na výzkum i statistiky. A je potřeba znát ocenění dobrovolnické práce nejen pro neziskové organizace, ale především

pro dárcce, sponzory, média, veřejnost a státní správu. Díky této kalkulaci můžeme přesvědčit tvůrce politik o důležitosti a ekonomickém přínosu dobrovolníků. Je smutné, že dokázání potřeby dobrovolné práce, dokazování úspěchů ztěžuje absence finančních ukazatelů a nehmataelnost výsledků. Výstupy organizací jsou těžko hodnotitelné a měřitelné. Jako výhodnější se jeví měřit nefinanční ukazatele, které nepostihnou celý význam dobrovolnictví. (Hladká, 2008, s. 24-25).

Dobrovolnictví má význam i pro samotného dobrovolníka, jak uvádí Šormová (2006, s. 29) s to především v posílení jeho sebevědomí, pocitu užitečnosti, uplatnění schopností, získání nových kontaktů, zkušeností a přátel.

1.3 Management dobrovolnictví

Tato kapitola je klíčová pro všechny, kteří chtějí zahrnout dobrovolnictví do svých organizací a učinit z něj součást činnosti. Na začátku je ale třeba si ujasnit, jakou roli dobrovolníci hrají a jestli organizace je připravena na jejich přijetí.

Dle Jindrové (2011, s. 12) dobrovolník by měl být ochotný věnovat svůj volný čas bez nároku na finanční odměnu. To je jeden z nejdůležitějších předpokladů, ale to nestačí. Aby dobrovolník se stal trvalým zdrojem pomoci a nedílnou součástí organizace, tak je potřeba mu věnovat stejnou péči jako profesionálovi. Můžeme říci, že dobrovolníci jsou citlivým testem funkčnosti a smysluplnosti organizace. Protože, kde nefunguje komunikační kanál mezi zaměstnanci, vedením a popřípadě adresátem služeb, nemůže klapat ani s dobrovolníkem. Naopak je známo, že dobrovolníci přinášejí do organizace dobrou náladu, nové nápady, zpestření pro klienty, ale toto nemůže vzniknout bez kvalitního řízení lidských zdrojů.

Dobrovolníci nejčastěji pomáhají při plnění poslání organizace, poskytují pohledy na problémy a přináší zpětnou vazbu. Dobrovolník může lépe popsat potřeby a problémy cílové skupiny. Také mají prostor na činnosti, které za normálního provozu zaměstnanci nemůžou zvládnout. Dobrovolnictví přináší nového ducha a zpestření pro klienty. (Tošner, Sozanská 2002, s. 72)

Práci s dobrovolníky dle (Ochman, Jordan 1997 s. 70) zaštiťuje koordinátor dobrovolníků, to může být, jak placený zaměstnanec, tak i dobrovolník. Na oba jsou kladeny v podstatě podobné nároky. Dobrovolník má v první řadě věnovat část svého času a také energie pro

úspěšný cíl bez nároku na odměnu. Pokud chceme, aby se dobrovolníci stali skutečně zdrojem pomoci a nedílnou součástí organizace, potřebují podobný styl řízení jako profesionálové. Pokud nastane sebemenší nedorozumění, dobrovolník odchází zklamán a profesionálové usoudí, že dobrovolnictví není efektivní, jak předpokládali. U dobrovolníka musíme pracovat s jeho motivací a zvažujeme jiné alternativní formy ocenění jeho přínosu pro organizaci. Müllerová (2011, s. 10) dodává, že profesionálně vedené dobrovolnictví není zadarmo, ale přesto se organizaci vyplatí. Také vstup dobrovolníka do organizace představuje systémovou změnu a je třeba si uvědomit, že tato změna nemusí být pro všechny přijatelná. Vzhledem k ne příliš pozitivním postojům veřejnosti, je třeba počítat s počáteční skepsí, než vítáním dobrovolníků. Každá změna by se měla naplánovat, vysvětlit a nacvičit. Tedy organizace by měla začít systematicky, měla by zmapovat činnost organizace a navrhnout změny, to může trvat týdny i měsíce. Je důležité napsat seznam činností, kde dobrovolníci budou uplatnitelní, není na škodu se zeptat přímo pacientů, co jich chybí, co by rádi uvítali. Zároveň bez „zatăhnutí“ více pracovníků, nejlépe klíčových, je změna složitější.

Je tedy dobré, jak říká (Clary et al. 1992, a Ryan et al. 2001) aby se dobrovolníci v organizaci udrželi, což sníží finanční náklady a ušetří čas s výběrem a zaučením nových dobrovolníků. Hauasknecht et al. (2009) dodává, že rychlé střídání dobrovolníků může negativně ovlivnit krátkodobou produktivitu, výkonost a kvalitu služeb.

V následujícím textu se zaměřím na metodiku práce s dobrovolníky, která jak jsem zmiňovala je velmi podstatná. Budu se věnovat získávání, výběru, výcviku, supervizi a hodnocení dobrovolníků.

Získávání dobrovolníků

Zde je důležitá nepřetržitá motivace. V dobrovolnických programech postavených ze studentů je důležité, aby harmonogram korespondoval s akademickým rokem. Získávání dobrovolníků by mělo být průběžné. Konkrétní techniky získávání jsou čistě na kreativě koordinátora. Jenom podotknu, že dobrými „náboráři“ jsou spokojení stávající dobrovolníci. Je také třeba si uvědomit, zda potřebujeme získat dobrovolníky na jednorázovou akci či dlouhodobou spolupráci. Mezi nejčastějšími formami k nabytí dobrovolníku jsou letáky/plakáty či vývěsky. Další formou jsou náborové akce jako například koncert, výstava, veletrh. Jednou z nejčastěji využívaných forem je osobní kontakt přes příbuzné a známé, je to efektivní, ale časově náročné a okruh známých se brzy vyčerpá. Toto může zvolit i malá organizace,

pro kterou je to neschůdnější forma, jak s dobrovolnictvím začít. Ještě chci zmínit spolupráci s dobrovolnickými centry, se kterými se v ČR setkáme jen ve větších městech. S postupným rozšiřováním bude tak více možností, jak připravit cílené kampaně zaměřené na nábor dobrovolníků. (Novotný, Stará, 2002. s. 17)

Výběr a výcvik dobrovolníků

Pokud jednotlivec na základě předešlého náboru projeví zájem o práci v organizaci, je na čase zrealizovat pohovor. Cílem je sjednotit očekávání jak jedince, tak organizace v souvislosti náplně práce dobrovolníka. Je vhodné zaměřit se na otázky pojící se s časovým rozsahem, právy, povinnostmi, náhrady spojených s prací apod. Je důležité, aby byl někdo pověřený dočasným tutorem nad novým dobrovolníkem. V této funkci se dobře osvědčili starší (dlouhodobě působící) dobrovolníci. Pro dobrou adaptaci je nutné zaškolení k osvojení základních pracovních postupů. Kvalitní zaškolení tak snižuje počáteční obavy dobrovolníka a odráží se to na jeho sebedůvěře, což je klíčové pro úspěšné působení v organizaci. (Matulayová, 2003, s.54)

Ocenění a hodnocení dobrovolníků

Dobrovolníky můžeme ocenit mnoha způsoby, samozřejmostí je poděkování, to patří ke každému mezilidskému kontaktu. Pamatováno by mělo být na příležitosti, při kterých můžeme dobrovolníky ocenit. Těch je mnoho, může to být konec roku ve spojení s Vánočními svátky, či mezinárodním dnem dobrovolnictví. Dalšími vhodnými příležitostmi je výročí založení organizace, či svátek a narozeniny dobrovolníka. Alespoň jednou za rok by měl koordinátor spolu s vedením zařízení uspořádat setkání dobrovolníků a zaměstnanců spojené s veřejným oceněním za jejich zásluhy a předáním symbolické odměny. Jako vhodné se jeví i uvedení jmen dobrovolníků ve výroční zprávě, či pozvání dobrovolníků na neformální setkání týmu, výlet, poskytnutí volné vstupenky na sportovní/kulturní akci. Zpětná vazba mezi dobrovolníkem a organizací ať už realizovaná supervizí nebo přátelským posezením spojeného s výměnou zážitků, stejně jako hodnocení činnosti organizace, stejně jako setkání spojených s oceněním je nejčastěji opomíjeným jevem, nejen u dobrovolníků, ale i zaměstnanců. (Tošner, Sozanská 2002, s. 84)

Kontrakty uzavírané dobrovolníky

Při náboru dobrovolníků můžeme zvažovat, jakým způsobem budeme uzavírat dohody, buď to ústní, nebo písemné. Je zřejmé, že se potkáme s lidmi, kteří budou spolupracovat bez jakékoliv smlouvy, tedy na základě ústní dohody budou svědomitě plnit úkoly. Na straně druhé, některé dobrovolnické programy se bez písemné smlouvy obou stran neobejdou. To může být příklad dobrovolníků pracujících s dětmi v pověřených organizacích dle zákona § 48 a nasl. zákona č. 359/1999 Sb o sociální právní ochraně dětí. Pokud tedy sepíšeme smlouvu, měla by obsahovat popis činnosti, kterou bude dobrovolník vykonávat, vymezení místa a doby po kterou bude vypomáhat organizaci. Také bychom měli uvést, že dobrovolník nemá nárok na odměnu s výjimkou úhrady vynaložené v souvislosti s jeho činností. Může zařadit ustanovení o mlčenlivosti, právech a povinnostech dobrovolníka, době trvání smlouvy a přerušení spolupráce. (Hloušek, 2000, s. 15).

Pojištění

Je třeba si uvědomit, že i dobrovolník je vystaven určitým rizikům, jako v zaměstnání. Proto se doporučuje ve zdůvodněných případech dobrovolníky pojistit. Může to být úrazové pojištění, nebo pojištění škod na majetku dobrovolníka. První typ - úrazové pojištění kryje následky úrazů, onemocnění vzniklých v souvislosti s dobrovolnickou činností. Tento typ se doporučuje pro rizikové činnosti, například na zahraničních misích, pomoci při živelných katastrofách a podobně. V ostatních případech soudíme, že určitě riziko každý podstupujeme i v běžném životě a je tedy na něm, zda se pojistí. Co se týče pojištění odpovědnosti za škodu způsobenou dobrovolníkem, jako předchozí typ kryje následky škody způsobené osobám a organizacím. Toto pojištění se doporučuje ve většině dobrovolnických programů. Ještě bych ráda upřesnila, že oba typy pojištění dobrovolníků musí splnit vysílající organizace, jelikož to ukládá zákon o dobrovolnické službě. Jinak je třeba zvážit, který typ je výhodnější. (Müllerová 2011, s. 15)

Dle Matulayové (2003, s. 57) pro management, neboli řízení dobrovolníků seniorů je důležité pracovat se specifikacemi stáří (více podrobností probereme v další kapitole) a základních poznatků efektivního řízení v této kapitole. Seniorské dobrovolnické programy by měly být postavené na etických hodnotách, mezi které řadíme důstojnost, sebeúctu, respekt, spravedlnost. Senioři by měli mít v tomto programu příležitost podpořit tyto principy pomocí jejich zručnosti, vzpomínkami na staré časy, pokračováním ve smysluplné práci. Programy

by měli být vytvořené pro všechny a pro všechno, je potřebná citlivost a vnímání multidis-
ciplinárního přístupu podpory. Je vhodné prolínat je s dalšími věkovými skupinami, aby se
zmenšila stigmatizace starších. Organizace, která chce zapojit seniory jako dobrovolníky, by
měla hledat jejich využití, kompetence, poskytovat ochranu a podporu k dobrovolnictví.

2 SENIOR JAKO DOBROVOLNÍK

Nyní se dostávám k dalšímu stěžejnímu tématu – senior, které považuji za důležité zmínit, neboť moje práce se zaměřuje přímo na tuto cílovou skupinu. Na začátku se budu věnovat tématu stáří obecně a poté zkonkretizuji v souvislosti s dobrovolnou činností.

Dle světové zdravotnické organizace seniorem se člověk stává vyřazením z ekonomického procesu, tedy kdy má nárok na starobní důchod/penzi.

Lidský život se vyvíjí a stáří je poslední fáze lidského bytí. „Jak uvádí Haškovcová (2010, s. 9) „*Každý stárne. I ten, kdo si myslí, že ho stáří netýká, se pomalu, ale jistě blíží k obávané hranici, kdy oficiálně začínáme stárnout.*“

Světová zdravotnická organizace přichází s tímto rozdělením kalendářního věku:

30- 44 dospělost

45-59 střední věk

60-74 počínající, časně stáří

75- 89 vlastní stáří

90 a více let dlouhověkost (Haškovcová 2010: 16).

Mühlpachr (2004, s. 21) popisuje členění seniorů jinak, jeho křivka začíná až od 65 let. Od věku 65-74 jsou tzv. mladí senioři, u kterých je důležitá adaptace na důchod, uspořádání volného času a aktivit). Právě tato skupina tvoří potencionální dobrovolníky. Další jsou staří senioři ve věku 75-84 let, kteří se potýkají se změnou funkční zdatnosti, a typickým průběhem chorob. Poslední skupinou jsou senioři nad 85 let označovaní, jako velmi staří senioři. U těchto seniorů je podstatné sledovat soběstačnost a zabezpečení.

Je známé, že lidé v důchodovém věku mají více času, můžou se tedy svobodně rozhodnout, jak s ním naložit. A jednou z možností je i zapojení do dobrovolnictví. Dobře zorganizované dobrovolnictví seniorů je například v Kanadě, kde se dobrovolnické činnosti zapojuje přes 12,5 milionu obyvatel a z toho přes 78 % vykonávají lidé v penzi. Nejčastěji se zapojují do sportovních, rekreačních, vzdělávacích a charitativních aktivit. Jako největší motivace se jevila pomoc druhým lidem, také svou váhu mělo i využití znalostí a dovedností, a v neposlední řadě si chtěli penzisté ověřit, čeho jsou schopni ještě udělat. (Křivohlavý 2011, s. 65).

Jak jsem již uváděla v minulé kapitole, dobrovolnictví je důležitý činitel pro integraci člověka, a to je důležité zejména u seniorů. V dobrovolnictví vidíme ideu podporování vzájemnosti a pospolitosti. Je to činnost, která všem dobrovolníkům, tudíž i seniorům, přináší smysluplnost, tvořivost, naplnění a velmi důležitou roli hraje v psychické rovině člověka, která je křehká a je o ni třeba pečovat. (Frič 2001, s. 56). S tím souhlasí i Křivohlavý (2011, s. 70) dodává, že lidé ve starším věku by měli předávat kulturní i společenské dědictví. K tomu přímo nabádá idea dobrovolnictví u seniorů, protože, jak se už více autorů zmiňuje, tato činnost dává pocit smysluplnosti, lidé si ji sami dobrovolně zvolí a přináší jim pocit spokojenosti a osobního štěstí. Je dobré se zapojit do dobrovolnictví, pokud možno přes dobrovolnická centra, farnost, církevní organizace.

Rozvojem dobrovolnictví se zabývá i Národní akční plán pro pozitivní stárnutí v období roku 2013-2017. Jedna z kapitol se věnuje mezigenerační spolupráci, a vyzývá k tomu, aby seniori byli nedílnou součástí, byli aktivní v naší společnosti. Tudíž z toho vyvozujeme, že cílem je právě zapojení seniorů do dobrovolnické činnosti, a dokonce autoři konceptu popisují i bariéry vstupu a snaží se najít opatření, která by překážky eliminovala, či odstranila. (Národní akční plán 2013-2017).

Ráda bych v této kapitole uvedla výzkum od Čápové (2011, s. 25), který se dobrovolnictvím u seniorů věnoval. Výsledky poukazují na to, že seniory lákají aktivity, které umožňují setkání s vrstevníky při trávení volného času s jinými seniory. Jako nejmenší lákadlo vycházela práce s lidmi mladého věku. U oblasti trávení času s jinými seniory, jsme měli na mysli pomoc zdravotně znevýhodněným, sociálně vyloučeným a nemocným lidem.

Je zřejmé, že seniori dobrovolníci se určitým způsobem liší od dobrovolníků z řad studentů. Bočková, Hastrmanová, Havrdová (2011, s. 73) uvádějí, že z pohledu neziskových organizací a psychologů se objevily u seniorů-dobrovolníků zásadní specifikace, které mají na rozdíl od jiných dobrovolníků. Jejich velkou výhodou je citlivost k potřebám ostatních, zejména seniorů, tedy jejich vrstevníků, také oplývají praktickými zkušenostmi z profesního života, které můžou využít při práci v organizaci. Tento dojem se potvrdil i u (Dobré duše, 2013), která říká, že *staří lidé disponují vlastnostmi, které jsou při dobrovolnictví v rámci pomoci křehkým či závislým seniorům výhodou, jsou schopni vnímat potřeby druhých lidí, mají cenné a praktické zkušenosti z průběhu celého předchozího života, především se nacházejí ve stejném životním období, jsou tak schopni druhé seniory lépe pochopit a pomoci jim.* Na

podporu vzájemné solidarity mezi seniory a rozvoje dobrovolnictví seniorů pro seniory vznikl v roce 2013 projekt „Dobrá duše“, který přetrvává i v letech následujících. Projekt chce vyhledat seniory, kteří by chtěli ve svém volnu poskytnout pomoc seniorům, které trápí samota, nebo nejsou v kontaktu s rodinnými příslušníky. (DOBRÁ DUŠE).

Rochester Hutchison 2002, s. 22-23) ještě dodává, že staří lidé jsou více flexibilní než mladší, také můžou dobrovolnictví věnovat více času, jsou více důvěryhodnější. Také přišli na to, že starší dobrovolníci jsou trpělivější a mají klidnější povahu, jsou považovány za spolehlivější, houževnatější mají více předpokladů pracovat s cílovou skupinou seniorů. A také výzkum Jansena (2011, s. 385) zjistil, že senioři - dobrovolníci jsou do dobrovolnictví zapojeni delší dobu, než ostatní a je úzce spojeno s vírou, tedy že věřící senioři mají větší tendence zapojit se do dobrovolnictví.

2.1 Motivace k dobrovolnictví

Další kapitola se věnuje motivaci k dobrovolnictví. Je stěžejní zjistit, proč lidé nejsou lhostejní a nezištně pomáhají druhým. Avšak budu zmiňovat i potřeby či problémy ve stáří, protože dobrovolnictví může působit jako prevence výskytu těchto problémů a tím pádem to může působit jako motivace.

Homola (1972, s. 12) samotné slovo motivace definuje z latinského slova „movere“ neboli „hýbati“, označuje všechny podněty, které vedou k určité činnosti. Nakonečný (1977, s. 12) uvedl, že pod motivací se nachází několik charakteristik a v psychologii není jednotné vyjádření. On sám o motivaci říká, že ji nikdo neviděl, a lze ji chápat, jako vnitřní sílu, která žene člověka kupředu.

Často nás napadnou s pojmem motivace i termíny altruismus nebo prosociální jednání. Svobodová in Hnízdová (2013, s. 18-20) bere prosociální chování je pozitivní sociální chování vedoucí k pomoci druhému, a to nezištně. Avšak altruismus se bere jako vyšší podoba prosociálního jednání, je to určité jednání, které zvyšuje pohodu druhého člověka, bez přínosu prospěchu pro aktéra. Další autor Septimiu Chelcaea (2003, s. 86) přibližuje prosociální chování jako „záměrné chování realizované k druhé osobě, bez nároku na podporu, morálního či materiálního ocenění. Na altruismus se (Taran, 1990, s. 178-179) dívá podobně, jako na poddruh prosociálního chování.

Například (Frič 2011, s. 67) přišel z teorií tří motivací vedoucích k zapojení do dobrovolnictví, a dle něj vždy jedna převažuje. Přesněji mluví o konvenční motivaci, která nastane v případě, že dobrovolníka k práci vedly jeho hodnoty v nejbližším okolí, často zde sehrává roli křesťanská výchova a spadají do ní lidé nad 60 let. Reciproční motivace je spojení vlastního prospěchu s pomocí druhým lidem. Tento typ oslovuje spíše mladší lidi a to do 30 let, zejména kvůli získání zkušeností a nových kontaktů. Posledním typem je tzv. nerozvinutá motivace, která vychází z více aspektů, může to být třeba důvěra v organizaci, že díky ní je možné se podílet na šíření dobra.

V roce 2001 Voluntér, o.p.s. a Bohemia Corps o. s. provedly výzkum ohledně metodiky náboru, zaškolování a hodnocení dobrovolníků. Tento výzkum byl realizovaný pod záštitou Ministerstva zahraničních věcí ČR. Mimo jiné jeho část byla zaměřena na motivaci dobrovolníků, jako nejčastější motivy bylo uváděno, že se chtějí podílet na projektu organizace a tak pomoci druhým lidem, chtějí dělat něco užitečného, pro lidi, kteří v životě neměli tolik štěstí. Dále se objevovala odpověď typu: „někdo z mé rodiny byl, či je příjemce pomoci, chci využít čas pro dobrou věc, ráda bych získala praxi, nové zkušenosti, nebo lépe poznala neziskovou sféru.

I organizace a celkově zaměstnanci by měli přispět k motivaci dobrovolníků. Je důležité, aby byly jasně stanoveny povinnosti, možnosti realizace dobrovolníka. Dobrovolník musí vědět, co má dělat, co se od něj očekává, měl by znát pracovní kolektiv a cítit se v něm jako rovnocenný partner. Dobrovolník má za svou činnost odpovědnost a měl by se mu vyjít vstříc skrze jeho vlastní nápady. Jako motivace působí další profesní vzdělávání pro samotné dobrovolníky, díky kterému se cítí jako součást organizace a ta jim dává tím najevo, že si jich cení. Samozřejmostí k motivaci patří pochvala a ocenění dobrovolníků, toto téma nebudu již více rozebírat, neboť je o něm zmínka v předešlé kapitole (Kosina 2003, s. 72).

Pro seniory je tak možnost díky dobrovolnictví zařadit se do společnosti, poznat nové přátele či dokonce potencionální partnery. Motivací je pro ně účast na činnosti komunity, je to také otázkou společenské prestiže, sebeúcty, či zviditelnění. Tento fakt potvrzují i zahraniční autoři Omoto, Snyder, Martino (2000, s.181-197), že starší lidé jsou motivováni k dobrovolnictví, aby se cítili jako součást komunity.

Motivaci k dobrovolné činnosti rozdělil Rochester a Hutchison (2002, s. 24) na osobní a prosociální rovinu. Do osobní oblasti může spadat potřeba zaplnění místa mezi skončení

produktivního věku a přechodu do důchodu, nebo i v souvislosti prázdného hnízda či vyrovnání se smrtí partnera, ale také cítit se užitečně, hodnotně, seznámit se s novými lidmi, dát strukturu volnému času, zlepšit osobní rozvoj. Do altruistické roviny patří pomoc ostatním uživatelům, vrátit zpět něco společnosti, přispět k naplnění potřeb starších lidí.

V neposlední řadě bych jako motivaci uvedla organizaci HESTIA, která se už po 20 let věnuje dobrovolnictví a od roku 2001 uděluje dobrovolníkům cenu Křesadlo, jako symbolickou odměnu za jejich práci, ochotu a věnovaný čas. Účelem není jenom ocenění práce, ale i upozornění na dobrovolnickou činnost ve společnosti. O tom, kdo křesadlem odměněn rozhoduje správní rada z řad zástupců neziskových organizací. Slavnostní předání probíhá v několika městech v České republice a jedním z nich je právě i Olomouc. Každoročně se ceny předají jak mladým dobrovolníkům, tak i těm starším, kteří by se mohli odpočinku, což může být krásná motivace pro potencionální seniory-dobrovolníky. (HESTIA 2016)

Potřeby stáří

Venglářová (2007, s. 40) uvádí, že se samotné podstaty stáří vyplývá pocit izolace a je dobré hledat sociální kontakty. Izolace a pocity osamění můžou vést k horšímu psychickému rozpoložení, úzkostech až k depresím.

Deprese je jednou z nejčastějších jevů, která se projevuje zejména u starších lidí. Podle Hartla, (Hartlové 2000, s. 13) se deprese projevuje jako chorobný smutek, skleslost, ztráta životní energie, pocity vnitřního napětí, ale také zpomalením duševních a tělesných procesů. Tyto jevy můžou úzce souviset se sebekritickým hodnocením, nebo zveličováním vlastního selhání. Deprese bere člověku duchovní sílu a smysl k životu. Diensbier (2009, s. 113) doplňuje, že deprese je způsobuje změnu chování i myšlení, je doprovázena somatickými a vegetativními projevy. Ty můžou trvat týdny i měsíce. Podle světové zdravotnické organizace neustále v celé Evropě stoupá. A toto onemocnění se projevuje až 10x častěji u starších, než u mladých lidí. U pětiny lidí se vyskytují úzkostné stavy, což je pocit celkového ohrožení, pesimistického očekávání, je provázen celkově nepříjemnými pocity (pocením, vnitřním napětím, návaly, neklidem). Pro tento stav je typické, že pacient není schopen popsat příčinu úzkosti.

Problematice deprese se věnoval český lékař Vojtěch Adalbert Král, který je považován za zakladatele psychogeriatric. Dle jeho slov jsou psychické problémy velmi podceňovány a

bagatelizovány se slovy, že to ke stáří patří. A je škoda, že se těmto problémům věnuje malá pozornost, protože je lze minimalizovat či odstranit. (Haškovcová 2010, s. 260). Na jedné straně můžeme depresi vnímat jako bariéru, a tak by měla být tato problematika zařazena až v další kapitole. Ale já ji osobně vnímám i jako určitou motivaci, ve smyslu prevence tedy že ji můžeme eliminovat či předcházet, právě pomocí zapojení do dobrovolnické činnosti. Ráda bych toto tvrzení podložila od autora (Musice, Wilsona 2003, s. 35) s výsledky výzkumu proběhlého v Americe, který potvrdil, že formální dobrovolnictví snižuje depresi starších osob nad 65 let. Tím, že se člověk zapojí do smysluplné práce, člověk „vypadne“ z osamělého příbytku a dostane se do kontaktu s jinými lidmi, a také tím, že uplatní své životní zkušenosti a dovednosti, zakusí pocit potřebnosti sociálního kontaktu a užitečnosti, který je pro pocit spokojenosti seniora tak důležitý. Vágnerová (2007, s. 365) zdůrazňuje potřeby ve stáří, a souvislosti s naší prací tam patří nalezení smysluplné aktivity a sociálního kontaktu, který upadl v důsledku odchodu penze a s tím je spojená hrozba sociální izolace. Staří lidé potřebují mít jistotu, bezpečí, pocit, že někam patří a jsou akceptováni společností.

2.1.1 Přínosy dobrovolnictví u seniorů

Nyní přecházím k přínosům dobrovolnictví, což spadá pod motivaci. Jestliže dobrovolnická činnost přináší námi očekávané benefity a možná i více, podporuje to naši ochotu dále se takové činnosti věnovat.

Pokud bychom chtěli obecně shrnout přínosy plynoucí z dobrovolnické činnosti, byly by to dvě kategorie. Za prvé ta, která se pojí k profesnímu zaměření dobrovolníka, tam spadá získání nových kontaktů a zkušeností, které se mohou použít ve studiu nebo v zaměstnání. Do této kategorie můžeme zahrnout i rozvíjení kreativity a sebedůvěry. Další kategorií jsou benefity vztahující se k profesní oblasti. Někteří lidé díky zapojení se do dobrovolnictví změny postavení ve společnosti, tím mám na mysli sociálně vyloučené občany, kteří se zařadí do společenského dění, nezaměstnaní neztrácejí pracovní návyk a zdravotně znevýhodnění se začlení do společnosti. A také senioři, což je téma práce, znovu najdou smysl života, předají nové zkušenosti a zakusí pocit užitečnosti. (Hladká, 2008, s. 5)

Práce se zaměřuje na seniory a z různých zahraničních výzkumů byly zjištěny velké přínosy/benefity plynoucí z dobrovolnické činnosti, například (Music a Wilson 2003, s. 45) uvádějí, že dobrovolnická činnost má pozitivní vliv **na zdravotní stav** seniora. Zjistilo se, že snižuje hladinu deprese u lidí nad 65 let, snižuje hodnocení zdravotních problémů, snižuje

nemocnost. U Luma a Lightfoota (2005, s. 31) se potvrdilo, že u seniorů, kteří vykonávají dobrovolnickou aktivitu, byla zjištěna nižší míra úmrtnosti a prokázán delší život. Warbuton, (2006, s. 6) uvedl ve svém výzkumu část odpovědi jednoho respondenta, který vzpomněl návštěvu kamaráda, kterého neviděl několik let a ten mu řekl, že mládne. Tento respondent i sdělil, že neměl dobrý zdravotní stav, a díky dobrovolnictví se to zlepšilo, a jak on říká, má zdravého ducha a mysl. Další jako ilustrace může být výpověď ženy, která v důsledku artritidy nemohla hrát oblíbený golf, lékař jí doporučil ať se začne věnovat dobrovolnictví, to opravdu udělala a stala se součástí komunity dobrovolníků, její deprese ustaly, a i zdravotní se zlepšil. Jak sama popsala, díky dobrovolnictví se přestala soustředit na to co nemůže, a zkusila co může. I další respondenti v tomto výzkumu potvrdily, že dobrovolnická činnost pomohla zlepšit, jejich zdraví.

Další autoři (Mutchler, Burr a Caro 2003, s. 1270) poukazují na benefity v souvislosti **sociální podpory**, dle nich mají starší dobrovolníci více a kvalitně rozvinuté sociální sítě, to jim zvyšuje pocit vlastní hodnoty a psychické pohody. Z těchto výhod plyne i větší životní spokojenost a sebeúcta. Toto tvrzení se prokázalo i ve výzkumu (Rietschlina, 1998, Watsona a Halla, 2001, s. 48-55), kteří mimo jiného, že dobrovolnictví zvyšuje sebevědomí a sebeúctu, řekli, že dobrovolnictví dělá z lidí lepšího člověka, Jeden respondent se popsal před zapojením do dobrovolnictví jako „šedá myš“, ale díky dobrovolnictví zjistil své schopnosti a kvality. Findlay (2003, s. 47) doplňuje, že dobrovolnictví je důležité pro omezení izolace, strachu ze samoty. A jeden respondent, uvedl, že kdyby nezačal vykonávat dobrovolnictví, byl sám, neměl sociální kontakty, byl by z toho „špatný“ a onemocněl by.

Rochester a Hutchions (2002, s. 25-26) uvádí řadu dalších výhod, které označují jako **„vlastní ohlášené benefity** tam spadá pocit, že se člověk cítí užitečný, aktivní, přispívá k plnění vize organizace, cítí se součástí organizace, přispívá k rozhodování organizace, naučí se novým věcem, rozvíjí své zájmy, setkává se s novými lidmi. Greenfield a Marks (2004, s. 58) zjistily, že u jejich respondentů dobrovolnictví dávalo pocit smysluplnosti, který se pak pojil s dobrým psychickým rozpoložením a dobrovolnictví se tak stalo náhradou za placenou práci, která jim chyběla.

Onyx, Warburton (2003, s. 68) upozorňuje na to, že ne všechno formální dobrovolnictví musí být pro seniora přínosné. Pokud je dobrovolnictví stresující, senior nemá sociální podporu a nemá povzbuzení, může to mít opačný efekt.

2.1.2 Aktivní stárnutí

Další podkapitola je spojena jak s tématem motivace a přínosů dobrovolnictví, tak je i důležitá z hlediska cílové skupiny seniorů. Člověk v seniorském věku si sám zvolí, co bude dělat, jakými činnostmi naplní každodenní život. Někteří senioři chtějí aktivně stárnout, s čímž se pojí i možná idea zapojit se do dobrovolnictví.

Jednou z gerontologických otázek je, jestli je zdravotní stav a jeho funkčnost ve stáří pozitivně ovlivnitelný. Jakousi představou je pomyslné oddálení nemocnosti, která předpokládá nejen prodloužení, ale i zkvalitnění života ve starším věku. Na tento popud v 60. letech vznikl tzv. koncept úspěšného stárnutí, který vychází z myšlenky optimalizovat příležitosti pro zdraví, bezpečí a zlepšení kvality života seniorů. (Čevela et al. 2014, s. 17)

Definice, které konkretizují aktivní stárnutí je mnoho, ale ve všech je základ zachování aktivního života ve vyšším věku. Nejznámější je definice dle World Health Organization (2002, s. 12), která říká, že aktivní stáří je proces vylepšování příležitostí ke zdraví, participaci a zdraví. Cílem je zlepšit kvalitu života starých lidí a najít své potřeby, přání a využít jejich potenciál.

Aby se tento proces dařilo naplnit, je potřeba vytvářet podmínky pro smysluplnost bytí a seberealizaci života starých občanů. Mladí senioři mají v dnešní době řadu možností, jak se přizpůsobit fyzickému a psychickému stavu. Také se ukazuje, že tato skupina lidí je v dobrém zdravotním stavu, který můžou záměrně udržovat. Je jen na nich, zda budou dále pracovat, nebo dají přednost „volným dnům“ a budou je využívat dle svých představ. Je samozřejmostí, že by se měli brát na zřetel doporučení týkající se způsobu života a vyhýbat se rizikovým faktorům, které podmiňují vznik chorob. (Petrová, Kafková 2013, s. 36)

S touto souvislostí je nezbytné uvést i doporučení psychologa Josefa Švancary, které shrnul do pěti bodů, neboli „Pět pé“. Autor zmiňuje mít životní perspektivu, pružnost, mít prozíravost, porozumění a nezapomínat na potěšení. Nyní bych tyto zásady více rozvedla, abychom věděli, co každé doporučení konkrétně obsahuje. Každý z nás potřebuje mít životní perspektivu. Naše cíle ať už vzdálené, nebo blízké, vždy souvisejí s hodnotami člověka. A právě senior kvůli ubývajícimu času, by měl zvážit, čemu se chce nadále věnovat a co opomenout. Dle autora každý z nás by měl žít pro někoho, nebo pro něco. Jako příklad můžeme uvést právě dobrovolnictví, kterému se může senior věnovat ve volném čase. Mühlpachr (2004, s.

140) uvádí, že penzisti se můžou vzdělávat na tzv. univerzitách třetího věku, jde o specifickou součást celoživotního vzdělávání. Takové vzdělání má výlučně charakter osobního rozvoje, jsou to vzdělávací aktivity pro udržení kvality života v seniorském věku. Tento proces edukace přispívá k mobilizaci rozumových a kognitivních funkcí, ale také vede k upevnování fyzického a duševního zdraví. U seniorů, jak píše (Javorská, 2005 s. 108) ubývá schopnosti reagovat na změny a snižuje se ochota něco měnit, spíše se pohodlnost stává jakousi neměnnou formou života. A jak říká jedno staré přísloví: „Co se nepoužívá, to chátrá“, tak i senioři by měli posilovat pružnost ve všech směrech života. Vhodným prostředkem je dle Haškovcové (2010, s. 172) duševní gymnastika neboli neulpívání v myšlenkových stereotypch. Jako další rada se jeví prozíravost, která je umocněná životními zkušenostmi. Prozíravého seniora by nemělo tak nic zaskočit, protože dobře ví, co ho čeká a nemine. Vzácným darem je porozumění, tuto schopnost nemá ve vínku každý. A řada seniorů očekává, že jim budou ostatní rozumět, ale často zapomínají, aby i oni sami se snažili porozumět ostatním. A právě malá motivace může vést k mezigeneračnímu neporozumění. Posledním předpokladem spokojenosti je potěšení, člověk by měl mít něco, co mu přináší radost. Někdo se těší z blízkosti rodiny, přátel, jiný nachází radost práce na zahradě. Je to individuální, důležité je, aby každý si našel tu „svou radost.

A jak říká Kitliňská (2014, s. 49) v naší měnící se společnosti bychom měli zajistit, aby se nerozevíraly tzv. „nůžky“ mezi starší a mladší generací. Tím, že dochází k rozvoji bariér a předsudků vůči nim, ochabují i vztahy a vzájemné vazby. A právě dobrovolnictví může napomoci ke zlepšení vztahů, může působit jako edukační zkušenost, která nabízí šanci k navázání vztahů jednotlivců, komunit, ale i generací. Příslušník může být zapojen do dobrovolnické činnosti a poskytovat svůj čas, sílu, energii, nebo být příjemcem pomoci. Můžeme tedy říci, že mezigenerační učení je prostředkem, kdy se všichni učí navzájem od sebe.

Dle (Rabušicové, Kamanové, Pevné 2012, s. 167) společnost může starší občany vnímat jako problém, ale též jako příležitost, protože starší lidé nevytváří uniformní skupinu se stereotypním náhledem, ale zde se otevírá prostor pro mezigenerační učení. Ti starší jsou pokládáni za studnu životních zkušeností, moudrostí a nositeli tradic. Můžou tak přinést emocionální prožitky mladší generaci a mohou ovlivnit jejich hodnoty a stereotypy.

Na závěr této kapitoly bych ráda podotkla že, rok 2012 byl vyhlášen jako aktivní rok stárnutí a mezigenerační spolupráce. V tomto roce se zaměřovalo na dobrovolnické programy v komunitě

– obci, regionu. Tím pádem byla otevřena cesta k dobrovolné spolupráci sousedské nebo zájmové skupiny a docházelo k propojování komunit i sdílení hodnot v rámci občanské společnosti. A zde můžou senioři – dobrovolníci sehrávat podstatnou roli. (Tošner, 2011, s. 13)

2.2 Bariéry dobrovolnictví

Nyní se budu věnovat bariérám, které bezprostředně souvisí s mým tématem – angažovanosti do dobrovolné činnosti. Zaměřím se na tuto problematiku nejdříve obecně, a rozdělím na vnější a vnitřní bariéry.

Za vnější bariéru pokládám jednoznačně společnost. Jelikož je zřejmé, že dnešní společnost stárne, a tak se různí i pohledy na stáří a seniory. Jsou na ně kladeny jiná očekávání, dříve se stáří spojovalo s pasivitou, pokládali se za nemohoucí a závislé na pomoci druhé osoby. Dnes by tento postoj měl být na ústupku. Sýkorová (2007, s. 35) uvádí, že v důsledku stárnutí populace, tedy že přibývá více starých lidí, se očekává jejich co nejdéle možná integrita ve všech oblastech.

Vágnerová (2007, s. 308-310) zase poukazuje na dnešní společnost v souvislosti s proměnou hodnot, vše je spojované s mládím (vzhled, výkon), stáří je bráno jako opak (chátrá zdraví, kompetence). Z tohoto úsudku pak vychází koncept ageismu, který se prakticky projevuje podceňováním, odmítáním k starým lidem. Definici ageismu uvádí Vidovičová (2008, s. 11), je to pro ni proces stereotypizace a diskriminace starých lidí. Tento termín navádí k tomu, abychom seniory brali jako senilní, rigidní, staromódní a neschopné.

S pojmem ageismu se pojí mýty o stáří a seniorech, pár příkladů uvádí Haškovcová (2010:42-45) a Příbyl (2015:26). Jedním z mýtů je fakt, že představa spokojeného stáří je o materiálním a ekonomickém zajištění, ale je třeba brát v úvahu i sociální vztahy ve stáří. Mýtem je i to, že si myslíme, že stáří je jen období nemocí a strastí a nicnedělání. Avšak mnoho ze seniorů zůstane čilých, aktivních a práce schopných, a můžou se zapojit například do dobrovolnictví.

Čápková (2011, s. 34) uvádí, že v souvislosti s dobrovolnictvím je poukazováno na nevyužitý potenciál seniorů, je nedostatečná nabídka dobrovolnických programů, které by brali v úvahu nábor jiné skupiny dobrovolníků, tedy seniorů. Další překážka je neinformovanost o dobrovolnických aktivitách, můžeme zařadit finanční náročnost, dostatečně nedopracovaná příprava na dobrovolníky apod.

Vnitřní bariérou, proč se senioři nezapojují do dobrovolnictví, může být proces stárnutí, od kterého se odvíjí jejich zdravotní stav. Každý člověk stárne „individuálně“ svým tempem. Je určité míry ovlivněn geneticky, životními podmínkami, životním stylem a interakcí s prostředím. Souběžně jde proces postihující nerovnoměrně různé struktury a funkce organismu se souvislostí jejich stimulací a poškozování. A právě po 60. roce života se tělesná involuce zrychluje. (Mühlpachr 2004, s. 22).

Somatické změny, které se projevují ve stáří, je poměrně mnoho. Vybrala jsem pouze ty, které bezprostředně mohou působit jako bariéra pro zapojení do dobrovolnické činnosti. Jako většinu z nás napadne pohybový aparát, kde dochází k poklesu svalové síly, úbytku kostní density, stárnutí chrupavky a tím ke zhoršení pohybové koordinace. Je známo, že srdce zmenšuje a snižuje výkonost. Je to tedy náročnější na energetickou spotřebu, reaguje citlivěji na námahu a stres. Dochází též ke stárnutí mozku, snižuje se schopnost přenosu informací, a to jak, které přijímáme tak produkovaných. Důsledkem mohou být zpomalené reakce, výpadky paměti, snižující schopnost učení. Setkáváme se s degenerací sluchu, která se objevuje už po 50. roku života. Degenerativním změnám se nevyhnou ani oči, to se může projevit jako zakalení oční čočky (šedý zákal), nebo vážnější forma zeleného zákalu. (Diensbier 2009, s. 24).

Další překážkou může být demence. Je to tzv. ztráta mysli, nebo též pošetilst. Odborněji je to „*získaná globální porucha vyšších mentálních funkcí pacienta. Projevuje se poškozením paměti, orientace, poznávání, řeči, motorických schopností, motivace, emocionality a sociálních vazeb.*“ Dříve se používal termín senilní demence. Negativně známým onemocněním je Alzheimerova choroba popsána už v roce 1907 stejnojmenným lékařem. Tento lékař popsal její počátky jako občasné zapomínání až po totální ztrátu paměti. Onemocnění začíná plíživou formou a rozvíjí se i několik let. Člověk nejprve ztrácí přehled o čase, pak o prostoru a nakonec o sobě samém. Příčina není doposud objasněna, a tak není ani nalezena účinná prevence a terapie. Většina odborných pramenů uvádí, že touto nemocí trpí 1,5 %-3% populace ve věku 65 let. Někdy se o demenci hovoří, jako o tiché epidemii 21. století. Abychom si uvědomili rozsah problému, uvádím, že na celé zemi žije 27 milionů lidí trpících demencí, a do roku 2040 počet stoupne na 50 milionů. Jen v Evropě žije 6 milionů lidí postižených demencí. V České republice to cca 106 tisíc. (Haškovcová 2010, s. 260).

Ve výzkumu o dobrovolnictví Rochesteru a Hutchisona (2002. s. 30) uvádí, že jednou z překážek, kvůli které člověk nezapojí do dobrovolnictví, může být nedostatek sebedůvěry, takový člověk si nevěří a myslí, že na to nemá schopnosti. I cestovní náklady mohou být jistou překážkou, nebo telefonní hovory spojené s dobrovolnickou činností. Jako překážku mohou starší lidé brát neschopnost řídit auto, či dlouhou dojezdovou dráhu na místo práce. Dokonce autor uvádí, že v Anglii v projektu HOOVI se setkaly s organizacemi, které byly zapojené v ageismu, typickými příklady bylo stanovení věkové hranice, a také domněnka, že u lidí nad 70 let je problematické zajistit pojištění, a tak tento věk byl hraniční. Z toho se dá vyvodit, že i ageismus v samotné organizaci působí jako bariéra rozvoje dobrovolnictví seniorů.

Wilson a Musick (1997, s. 385–836) považují za významnou bariéru špatný zdravotní stav, sníženou pohyblivost, nižší příjmy, opatrování rodinného příslušníka.

2.3 Příklady z praxe seniorů v ČR

Jelikož práce se věnuje rozsahu angažovanosti seniorů, kteří dobrovolně pomáhají v rámci organizace. Je důležité, abych zmínila i příklady z praxe, kde opravdu senioři dochází a pomáhají druhým lidem. Na těchto příkladech uvedu, že myšlenka seniorského dobrovolnictví není nereálná a, že to může dobře fungovat na obou stranách.

TROJLÍSTEK

Centrum pro rodinu a sociální péči v Brně nabízí od roku 2012 službu Trojlístek. Tato služba je zavedena i v dalších dvou městech na Jižní Moravě a to v Hodoníně a Pohořelicích. Trojlístek má poukazovat na sblížení tří generací. Služba je zaměřena na zprostředkování náhradní babičky rodinám s dětmi do 15 let. Dnešní uspěchaná doba někomu neumožňuje pravidelné setkání prarodičů s vnoučaty a mohou se cítit osaměle. Příčina odloučení může být různá, stěhování rodiny za prací, nebo i zpretrhané vazby. A tak Trojlístek zprostředkovává vztah mezi náhradní babičkou, dětmi a jejich rodiči. Tuto myšlenku převzali z rakouského prostředí ze služby Oma Dienst. Podmínkou je péče o dítě, nikoliv domácí práce a to alespoň jednou týdně.

Do služby se mohou zapojit ženy nad 50 let, podmínkou je kladný vztah k dětem. Náhradní babička tak pečuje o dítě, vytváří si s ním vztah, hlídá jej. Běžným úkolem dobrovolnic je vyzvednutí dětí po vyučování, po kroužku, doprovodit dítě k lékaři, či pohlídat, když je dítě

nemocné. Hlavní cíl je rodičům pomoci při návratu do pracovního prostředí a zároveň seniorům umožnit kontakt se společností, rozptýlení od osamění a pocitu neužitečnosti. (<http://www.trojlistek.com>.)

PROGRAM 3G- Tři generace

Tento program vychází z osvědčeného programu Pět P v roce 2011 pod záštitou organizace HESTIA. Cílem stejně jako předešlého programu Trojlístek je vytvoření kladného vztahu mezi více generacemi, podpora soužití, solidarity, soudržnosti. Tento program funguje i v Olomouci a mimo jiné i v dalších 8 městech v České republice. Program podporuje osoby starší 50 let a rodiny s dětmi, kdo touží po generačním soužití a nemají ho. Osoba vstupující do programu musí být starší 50 let, zdravotně způsobilá, trestně bezúhonná, projít psychologickým pohovorem a speciálním školením. Děti jsou školního i předškolního věku. Na webových stránkách programu je nesčetně ohlasů, jak přímo náhradních babiček i rodin a ráda bych uvedla jednu myšlenku z ohlasu babičky: *Senioři se prý k dobrovolníkům nehrnou, oni nevědí, o co přicházejí*" (<http://www.hest.cz/cs-CZ/co-delame/program-3-g-tri-generace>)

PROJEKT Senioři vítáni

Tento projekt spadá pod Nadaci Open Society Fund Praha v letech 2007-2008. cílem nadace bylo změnit jednostranný a až stereotypický pohled na seniory. Podstatou projektu bylo vytvářet nabídky pro uplatnění seniorů v nejrůznějších dobrovolných aktivitách. Jejichž prostřednictvím si senioři zkoušeli své profesní znalosti, dovednosti. Celkem bylo podpořeno 13 projektů s různým zaměřením, například v Rožnově pod Radhoštěm vznikl průvodcovský materiál, který zaznamenával vzpomínky na město. V Sedlčanech vznikla databáze aktivních seniorů, kteří se chtějí aktivně zapojit do veřejně prospěšných aktivit. Projekt měl vliv jak na samotné seniory, tak i na širokou veřejnost, která díky němu si uvědomila, že senioři nejsou jen pasivní příjemci pomoci, ale naopak lidé, kteří se dokáží a chtějí zapojit do dění společnosti a být užiteční. (Nadace Open Society Fund, 2008)

ŽIVOT 90

Život 90 založilo stejnojmenné občanské sdružení. Cílem centra je vylepšit psychické prožívání i sociální podmínky seniorů. Tuto změnu chtějí uskutečnit pomocí krátkodobě či dlouhodobě zaměřeného dobrovolnického programu typu aktivizace, edukace, volnočasového

charakteru určené pro seniory. Navazují na Akademii seniorů, formou dobrovolnictví zkvalitňují služby centra denních služeb. Program vznikl aby, senioři věnovali část svého času starším osamělým seniorům, kterým zdravotní stav znemožňuje jít do společnosti, ale nechtějí být sami. Probíhají přátelské návštěvy v přirozeném prostředí seniora minimálně 1x za týden. Cenění jsou i dobrovolníci s odbornými znalostmi (pomoc s překlady, přednášky, odborné konzultace). Mimo návštěv jsou pro seniory uspořádané několikrát společenské akce s kulturním programem. Dobrovolníci procházejí školením, jsou pojištěni, mají k dispozici další vzdělávací kurzy. (<http://www.zivot90.cz/59-dobrovolnici>.)

3 METODOLOGIE

Tato diplomová práce vznikla za podpory projektu Dobrovolnictví v sociálních službách prizmatem vědy o sociální práci, reg. číslo IGA_CMTF_2016_015. Cílem tohoto projektu bylo uskutečnit výzkum zaměřený na zjištění rozsahu dobrovolnické angažovanosti občanů města Olomouce. Každý ze studentů v rámci IGA projektu si zvolil jednu oblast tohoto výzkumu a té se věnoval podrobněji.

3.1 Výzkumné otázky a hypotézy

V práci se budu zaměřovat na osoby, které uvedly, že pobírají starobní důchod, nezávisle na věku. Tuto problematiku formálního seniorského dobrovolnictví, jsem si zvolila, protože většina organizací i společnost nahlíží na seniory jako na potenciální klienty sociálních služeb, nicméně senioři mají mnoho benefitů a můžou tak být i potenciálními dobrovolníky v organizacích. V práci budu tedy zjišťovat rozsah zapojení seniorů v dobrovolnické formální činnosti, jestli mají zájem se dovídat o dobrovolnictví. A také bych ráda zjistila i bariéry, které brání seniorům zapojit se do formálního dobrovolnictví, protože tyto poznatky můžou pomoci organizacím se zjištěnými bariérami pracovat a začít s nábořem dobrovolníků – seniorů a zlepšit své služby pro své klienty. Z výzkumného problému jsem si zvolila tyto cíle:

Cíl1: Zjistit rozsah zapojení seniorů ve formálním dobrovolnictví ve městě Olomouc

Cíl 2: Zjistit překážky zapojení se seniorů do formálního dobrovolnictví ve městě Olomouc

Cíl 3: Zjistit, jestli senioři mají zájem se dozvídat o formálních dobrovolnických aktivitách

VO1: Jaký je rozsah zapojení seniorů ve formálním dobrovolnictví ve městě Olomouc?

H1.1: Ženy vykazují vyšší míru zapojení do dobrovolnictví než muži.

V této hypotéze je pohlaví nezávisle proměnná a bude zjišťována otázkou zaměřenou na pohlaví. Závisle proměnou je míra zapojení do dobrovolné činnosti, ta bude zjišťována otázkou č. 2 a č.14. Tuto hypotézu jsem zvolila na základě výsledků jiných výzkumů, kde se tato hypotéza ověřila.

H1.2: Věřící seniori jsou více zapojeni do formálního dobrovolnictví než nevěřící seniori.

Víra je zde nezávisle proměnná, která se bude zjišťovat otázkou č. 12 a bude nabývat hodnot: ano - katolík, ano-jiné křesťanské, ano-jiné. Závisle proměnnou je zapojení do formálního dobrovolnictví. Tato hypotéza byla zvolena na základě faktu, že pomoc bližnímu je úzce spojená s vírou.

H1.3: Zapojení do formálního dobrovolnictví je vyšší u seniorů se středoškolským než základním vzděláním.

Vzdělání je nezávisle proměnnou, závisle proměnná je angažovanost v dobrovolnické aktivitě. Bude zkoumána otázkou č.2 a č.14. Tato hypotéza byla zvolena na základě jiného výzkumu, který proběhl na Slovensku a potvrdilo se, že čím vyššího vzdělání člověk dosáhne, tím je vyšší ochota se zapojit do dobrovolnictví.

VO2: Jaké bariéry hrají roli při zapojení do formálního dobrovolnictví ve městě Olomouc?

H2.1: U žen, které se nikdy nezapojily do dobrovolnictví, bude nejčastěji udávanou bariérou právě zapojení do neformálního dobrovolnictví.

Pohlaví je nezávisle proměnná, bariéry jsou závisle proměnná. Hypotéza bude zjišťována otázkou č. 16. Tato hypotéza byla zvolena, jelikož si myslím, že ženy v seniorském věku jsou zaneprázdněny hlídáním svých vnoučat.

H2.2: Nejčastěji udávanou bariérou u mužů, kteří se nikdy do formálního dobrovolnictví nezapojili, bude nezájem o dobrovolnickou činnost.

Pohlaví nezávisle proměnná, bariéry závisle proměnná. Hypotéza bude zjišťována otázkou č. 16.

VO3: Jaký je zájem seniorů se dozvídat o potencionálních dobrovolnických aktivitách?

H3.1: U seniorů předpokládám, že bude vyšší počet těch, kteří budou mít zájem dozvídat se o dobrovolnických aktivitách.

Hypotéza bude zjišťována otázkou č. 17, a bude nabývat pouze hodnoty - ANO, Hodnoty – Nevím a Ne se budou počítat, jako nezájem o dobrovolnické aktivity. Tato otázka byla položena, těm, co nikdy nevykonávali dobrovolnickou činnost, a těm, co někdy vykonávali a činnost, již ukončili.

3.2 Výzkumný přístup a výzkumná technika

Můžeme si vybrat ze dvou základních přístupů, a to kvalitativní, nebo kvantitativní přístup. Oba mají své nevýhody a přínosy. Podle zvolených výzkumných otázek i charakteru projektu IGA byl zvolen kvantitativní přístup, jehož základem je změření určitého počtu proměnných u vzorku lidí. Realita se tedy zachycuje pomocí proměnných, jejich hodnoty se zjišťují měřením a primárním cílem je nalézt, jak jsou proměnné rozloženy, jaké jsou mezi nimi vztahy a proč to tak je. (Punch, 2008, s. 9-13).

Reichel (2009, s. 40) udává, že kvantitativní přístup „*předpokládá, že jevy sociálního světa (různé jeho aspekty), které činí předmětem zkoumání, jsou svým způsobem měřitelné či minimálně nějak tříditelné. Informace o nich získává v jisté kvantifikovatelné a co nejvíce formálně porovnatelné podobě. Pak je analyzuje statistickými metodami se záměrem ověřit platnost představy o výskytu nějakých charakteristik zkoumaných fenoménů, případně o vzájemných vztazích těchto charakteristik, také o jejich vztazích k dalším objektům a jejich vlastnostem apod.*“

V rámci IGA projektu jsme společně vytvořili výzkumnou techniku, kterou byl dotazník inspirovaný slovenským výzkumem (2012, s. 31). Tato metoda je velmi frekventovaná v pedagogickém výzkumu a Gavora (2010, s. 120) popisuje dotazník jako písemné kladení otázek a získávání písemných odpovědí. Tyto otázky se vztahují buď k vnějším jevům nebo vnitřním jevům (postoje, citové stavy). Dotazník je sestava předem připravené baterie otázek, která je promyšlená. Dotazníkům bývá vytýkáno, že nezjišťují, jací respondenti skutečně jsou, ale jen to jak, sami sebe vidí, nebo chtějí vidět. Data získaná dotazníkem mají podmíněnou platnost a vyžadují obezřetnou interpretaci, abychom docílili rozeznat objektivní zjištění od subjektivních soudů. Velká výhoda dotazníkového šetření je poměrně rychlé a ekonomické shromáždění dat od velkého počtu respondentů.

Dotazník dle Gavory (2010, s. 122) by měl být jasně formulovaný, aby respondent porozuměl otázkám. Nemělo by se uvádět příliš široké znění otázky, mělo by se vyhnout dvojitým

otázkám, tvořit jednoduché otázky, smysluplné a validní. Měli bychom se vyhnout předpojatosti.

Dotazník se dle Chrásky (2007, s. 165) může skládat z otevřených, uzavřených otázek. Otevřená otázka nenavrhuje respondentovi žádné hotové odpovědi. Je jen určen předmět, ke kterému se mají vyjádřit. Respondent není nijak usměřňován. Nevýhoda tkví právě ve volnosti odpovědi. Pro uzavřené otázky jsou předem připravené odpovědi. A přesně tuto formu respondenti ochotněji vyplňují. Nevýhoda je, že možné kvality odpovědí jsou vtěsnány do schématu odpovědi. Uzavřené otázky lze ještě dělit na dichotomické (dvě vzájemně se vylučující odpovědi: ano, ne). U nepravé dichotomie se odpovědi nevylučují. Polytomické otázky předpokládají dvě a více odpovědi. Ty se dají rozdělit na výběrové, výčtové a stupnicové.

Náš dotazník byl rozdělený pro skupinu lidí, kteří vykonávali v posledních 12 měsících formální dobrovolnickou činnost a pro obyvatele, kteří dobrovolnickou činnost nikdy nevykonávali. Pro skupinu, která vykonávala dobrovolnickou činnost bylo vytvořeno 13 otázek, pro druhou skupinu 8 otázek. V dotazníku se objevovaly jak uzavřené, tak i otevřené otázky. Položky v dotazníku jsme rozdělili na položky zjišťující fakta, motivaci a postoje.

Chráska (2007, s. 171) uvádí vlastnosti dobrého dotazníku. Dle něho by měl každý dotazník splnit požadavky dobrého měření, tím myslí reliabilitu a validitu. Reliabilita by měla zachycovat spolehlivě zkoumané jevy, dostatečně vysoká reliabilita je nezbytným předpokladem dobré validity. Autor také poukazuje na to, že uživatelé dotazníků se o přesnost výsledků nezajímají. Při určování reliability musíme vycházet z toho, jaká data při šetření získáváme, existují totiž postupy vhodné pro analýzu nominálních, ordinárních i metrických dat. A reliabilita je vyšší čímž dotazník obsahuje více otázek z podobného okruhu informací. Gavora (2010, s. 128) říká, že faktické otázky ptající se na věk, bydliště, vzdělání jsou přesné, tedy validní. Ale otázky, které vyžadují odhad (Kolik času věnujete sportu?), už nebývají tolik přesné. Také otázky týkající se názorů, postojů, motivů, mají nižší validitu. Správnost odpovědí, ale záleží na samotných respondentech, protože někteří odpovídají pravdivě a přesně, jiní si přibarvují odpovědi. A proto anonymní dotazníky přinesou pravdivější odpovědi, než neanonymní dotazníky.

3.3 Výzkumný soubor a sběr dat

Chráška (2006, s. 22) uvádí záměrný výběr, který se liší od ostatních výběrů tím, že o výběru prvků nerozhoduje náhoda, ale výzkumník. Záměrný výběr může vzniknout třemi způsoby, a to výběrem „průměrných jednotek“, anketním či kvótním výběrem. My jsme pro náš výzkum zvolili kvótní výběr. Při tomto výběru se postupuje tak, že se zvolí kontrolní znaky, dle nich se výběr orientuje. Chceme-li provést kvótní výběr u obyvatelstva města, což je i náš případ, můžeme zjistit, že obyvatelstvo se skládá z určitého počtu mužů a žen, každý je jiného věku, vzdělání. A právě dle těchto znaků můžeme vytvořit kvóty pro výběr. Kvóty by měly předepisovat, kolik mužů a žen se má vybrat a v jakém věku.

Sběr dat proběhl na jaře v roce 2016, celkem bylo vybráno více než 1200 dotazníků pro obyvatele města Olomouce, tedy pro ty, kteří mají v Olomouci trvalý pobyt. Konkrétní populace využita pro výzkumný cíl této práce je popsána v kapitole níže. Při sběru dotazníků, se tazatel krátce představil, přiblížil IGA projekt i zaměření diplomové práce. Zeptal se, jestli mají trvalý pobyt v Olomouci, pokud ano, zeptal se, zda by byli ochotní vyplnit krátký, anonymní dotazník. Otázky jsem četla, a respondenti odpovídali, na začátek jsem také vysvětlovala, co znamená formální dobrovolnictví, aby data byla validní. Sbírala jsem na více místech, kde je velký pohyb lidí, například v parcích, kde lidé odpočívali a měli tak čas na vyplnění dotazníků, v okolí nákupního centra Šantovky, nemocnice, Horní a Dolní náměstí. Až jsem měla vybranou půlku dotazníků, a potřebovala jsem jen některé kvóty, pak jsem šla na místa, kde by se mohla daná skupina vyskytovat (základní, střední škola, nemocnice, lékař apod.) Při každém vyplněném dotazníku jsem si zaškrtnula kvóty, které splňuje, abych měla přehled, co zbývá vybrat. Až bylo více dotazníků, převáděla jsem je do Excelu. Poté data byla zpracována v programu SPSS.

4 DESKRIPCE ZKOUMANÉ POPULACE

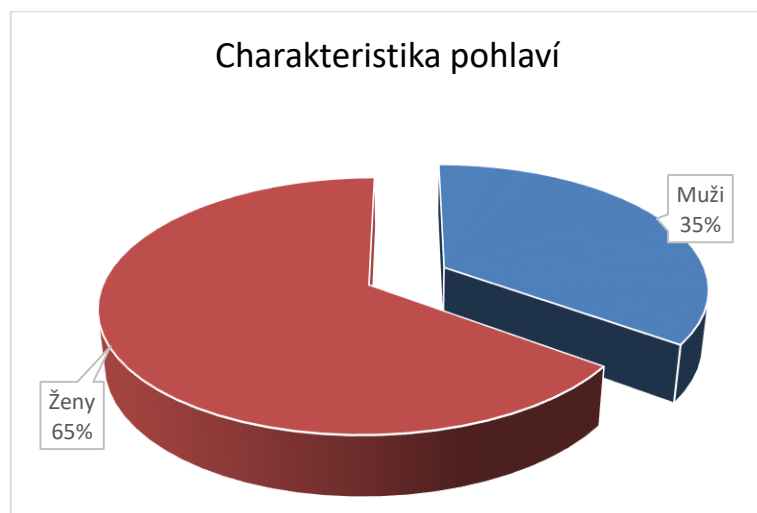
Má diplomová práce se vztahovala pouze na obyvatele Olomouce, kteří uvedli, že jsou ve starobním důchodu, nezávisle na věku. Celkem jsem získala 232 dotazníků.

Věk respondentů byl v různém rozmezí. Nejnižší věk u respondentů byl 58 let, nejvyšší 92 let. Nejvíce respondentů bylo ve věku od 63 do 70 let.

Charakteristika pohlaví

Sběru dat se dle kvótního výběru zúčastnilo 80 mužů a 150 žen, ženy tvořily více než polovinu dotazovaných, tedy zaujímaly 65 % z celku respondentů. Muži představovali 35 % dotazovaných respondentů. Dva respondenti nevyplnili kolonku – pohlaví.

Graf č. 1- charakteristika pohlaví respondentů

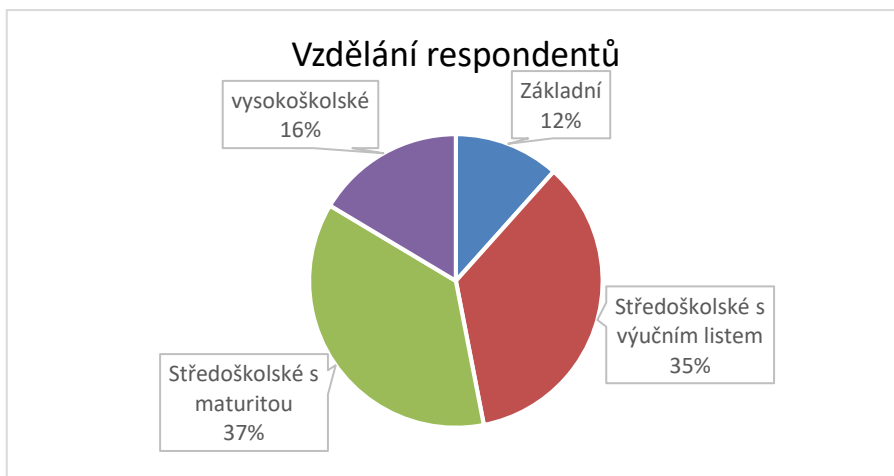


N = 230

Vzdělání respondentů

Nejvíce respondentů spadalo do dvou kategorií, a to respondentů se středoškolským vzděláním s výučním listem a druhou kategorií bylo ukončení střední školy s maturitou. Tyto hodnoty byly skoro stejné, u první varianty bylo 35 % respondentů což bylo 82 seniorů a do druhé kategorie spadalo jen o tři seniory více, než u první, tedy 85 respondentů, což bylo 37%. Nejnižší kategorii tvořili senioři se základním vzděláním, těch bylo 27. Respondentů s vysokoškolským vzděláním bylo 38.

Graf č. 2- vzdělání respondentů

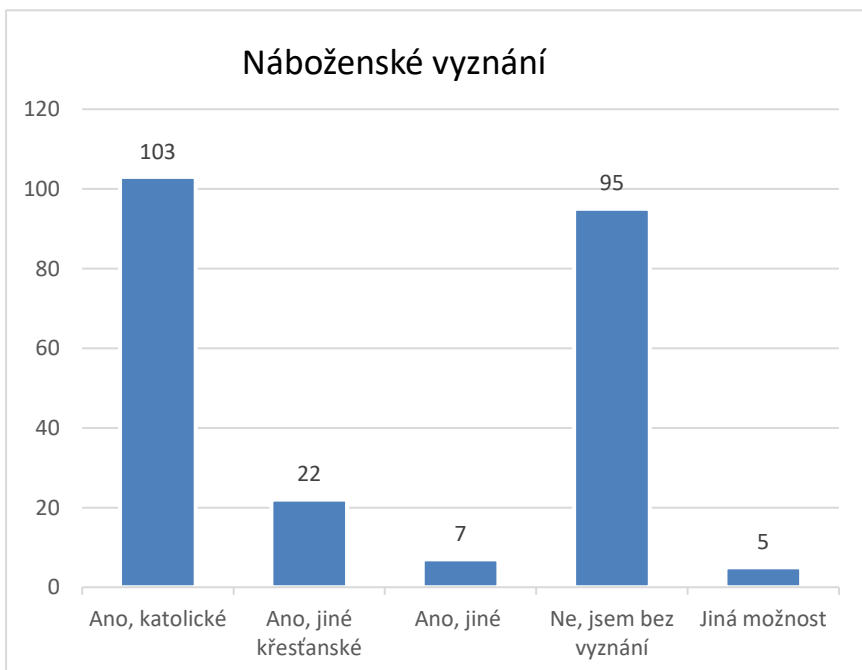


N =232

Náboženské vyznání respondentů

Nejvíce respondentů, kteří se zapojili do výzkumu byli katolíci, v přesném počtu to bylo 103 respondentů, což bylo 44 % z celku. Nicméně velmi podobné hodnoty byly prokázány u nevěřících seniorů v počtu 95 seniorů (41%). Věřících seniorů bylo celkem 132 obyvatel, což bylo 57 % respondentů.

Graf č. 3 -náboženské vyznání respondentů

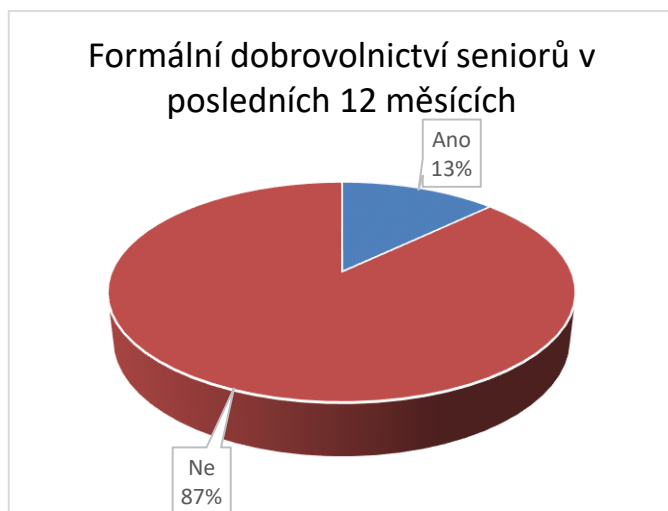


N=232

Formální dobrovolnictví seniorů v posledních 12 měsících ve městě Olomouc

Do formálního dobrovolnictví se v posledních 12 měsících zapojilo 30 seniorů, což je 13 % z celkového počtu. Z této hodnoty můžeme říci, že skoro každý osmý senior vykonává formální dobrovolnictví.

Graf. č. 4 – formální dobrovolnictví seniorů v posledních 12 měsících

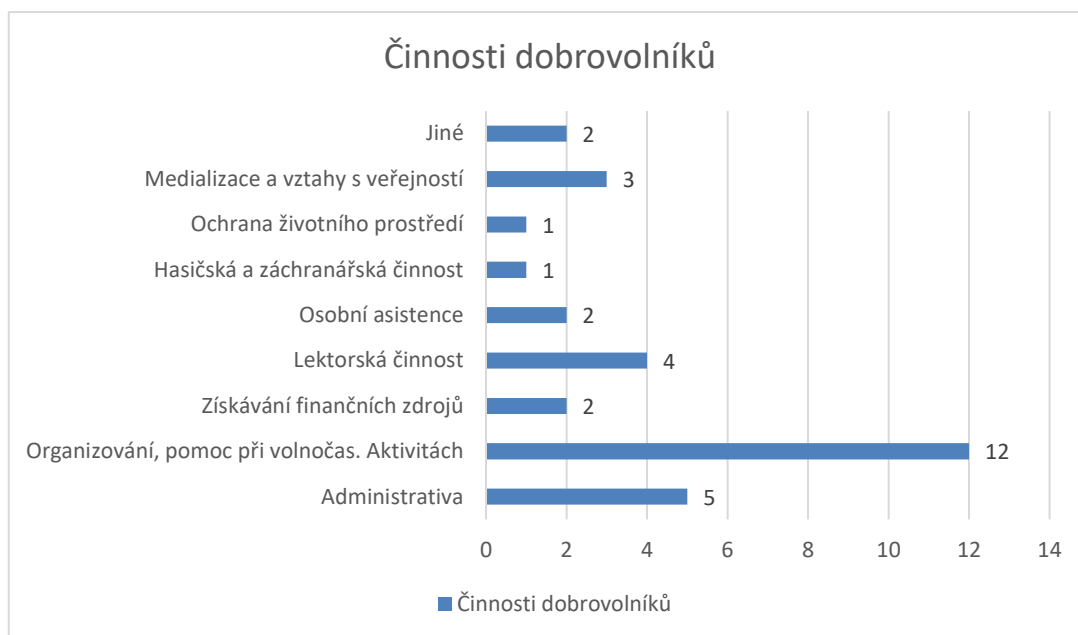


N = 232

Činnosti dobrovolníků

Jak bylo uvedeno výše z celkového počtu (232) dobrovolníků, pouze 30 z nich vykonává nějakou dobrovolnickou činnost. Nejčastěji označovanou (12x) bylo organizování, nebo pomoc při realizaci volnočasových aktivit. Jako druhá nejčastější možnost se objevovala administrativa s 5 respondenty, na třetím místě se 4 dobrovolníky to byla lektorská činnost. Ostatní činnosti byly označeny jednou, nebo dvakrát. V této otázce dva respondenti označili dvě různé činnosti.

Graf. č. 5 – činnosti dobrovolníků



N=30

Jak často vykonávají dobrovolnou činnost

Z 30 respondentů, kteří jsou dobrovolníky, 11 uvedlo, že tuto činnost vykonávají každý týden. Stejný počet uvedlo i variantu dobrovolnictví méně než 1x týdně, avšak alespoň 1x za měsíc. U této otázky jeden respondent vybral dvě varianty, protože vykonává více činností.

Graf. č. 6 – frekvence výkonu formální dobrovolné činnosti

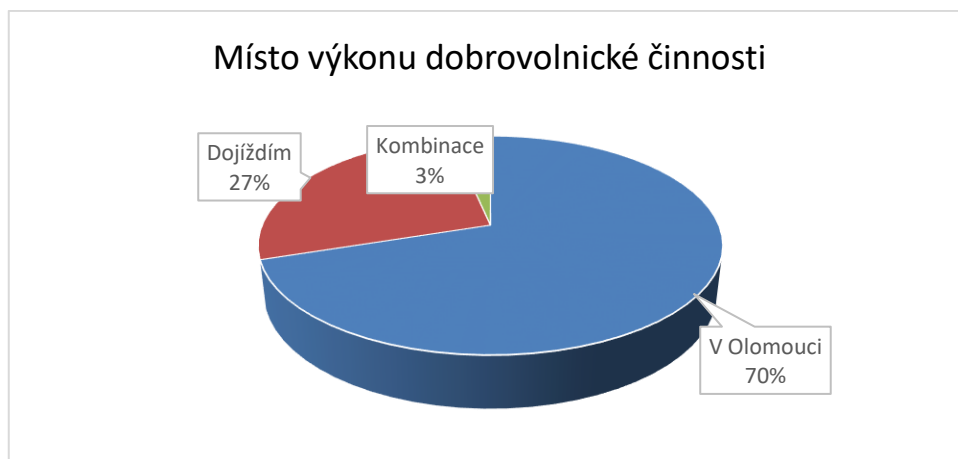


N=30

Místo výkonu dobrovolnické formální činnosti

Více než polovina a to je 21 seniorů vykonávají dobrovolnickou činnost v Olomouci, pouze jeden respondent zvolil odpověď s kombinací (Olomouc+ dojíždění), zbytek respondentů (8) za dobrovolnickou činností dojíždí mimo Olomouc.

Graf. č. 7 – místo výkonu formální dobrovolné činnosti



N = 30

Náklady spojené s výkonem formální dobrovolnické činnosti

Z výzkumu vyplynulo, že u těch, kteří se zapojují do dobrovolnictví, ve velké většině nemají spojené výdaje s touto činností, což hodnotím kladně, protože výdaje by mohly být považovány za bariéru při výkonu formálního dobrovolnictví. Tato hodnota se prokázala u 19 respondentů, což bylo 68 %. U těch, co označili, že mají náklady s výkonem dobrovolnictví, nejčastěji označovali jízdné (32%). Na tuto otázku neodpověděli dva respondenti.

Graf. č. 8 – náklady spojené s výkonem formální dobrovolné činnosti

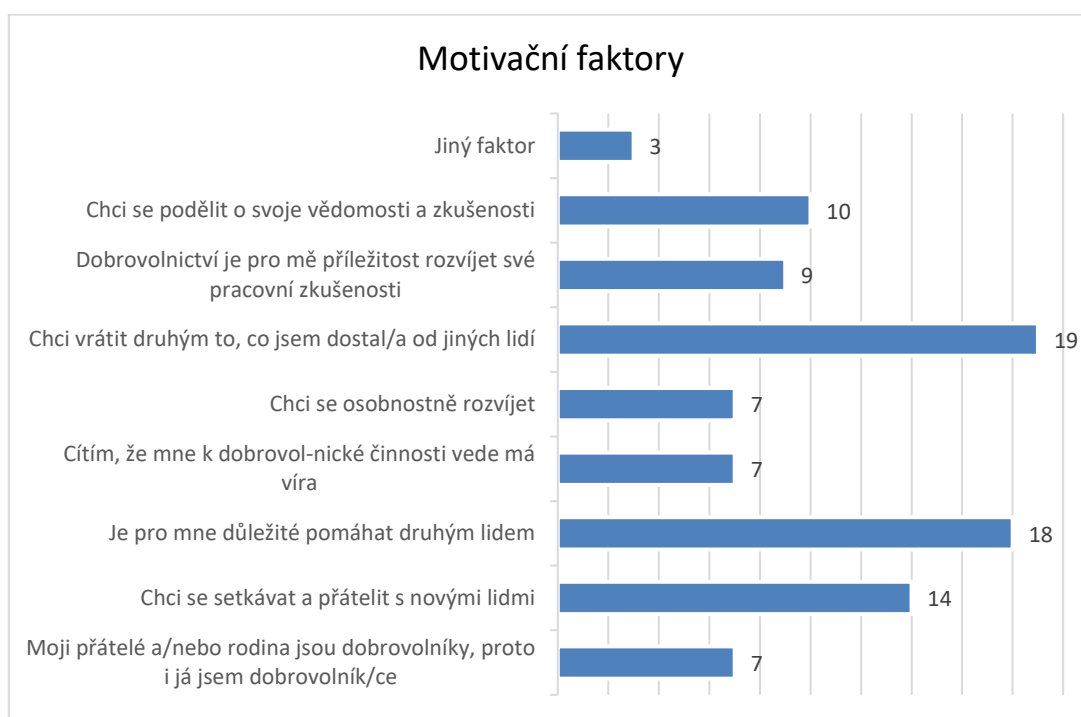


N = 28

Motivační faktory

Nejčastěji byly udávány 2 motivační faktory. První faktor byl, že chtějí vrátit druhým to, co dostali od jiných, to označilo 19 seniorů. O jeden méně, tedy pro 18 respondentů bylo motivačním faktorem pomáhat druhým lidem. Nejméně udávaný faktor byla kolonka - jiný faktor, což označili 3 senioři. Tři faktory byly udávány stejně krát (7x) a to, že k dobrovolnické činnosti mně přivedli přátelé, protože i oni jsou dobrovolníky, osobnostní rozvoj, a pocit, že k dobrovolnictví vede víra. Respondenti mohli označit i více faktorů.

Graf. č. 9 – motivační faktory

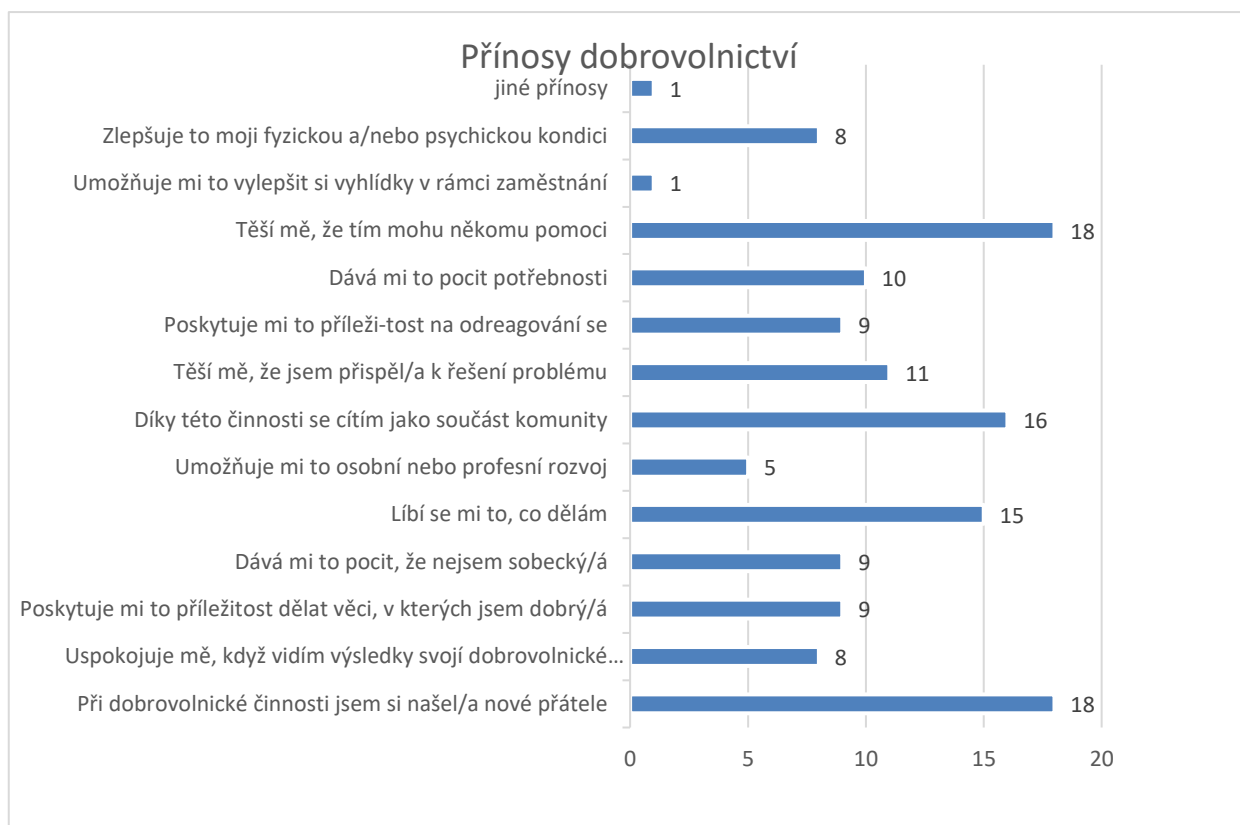


N = 30

Přínosy dobrovolnictví

U těch, co vykonávají dobrovolnickou činnost se nejčastěji objevovaly 2 přínosy. Dva přínosy označil stejný počet respondentů, a to, že je těší, když můžou někomu pomoci a to, že si našli nové přátele. Tyto možnosti označilo 18 respondentů. Přínos – být součástí komunity, uvedlo 16 seniorů, což byl třetím nejčastěji udávaným přínosem. 15 seniorů uvedlo jako přínos, že se jim líbí, co dělají.

Graf. č. 10 – přínosy dobrovolnictví



N = 30

Důvody ukončení dobrovolnické činnosti

Ze 30 seniorů, kteří vykonávají dobrovolnickou činnost, jen 7 uvedlo, že nějakou jinou činnost v minulosti již ukončili. Dva lidé uvedli, že byli vyčerpaní. Zdravotní problémy a dodržování pravidel a formalit byly označeny po jednom člověku. Zbytek uvedl jiný důvod.

Tabulka č. 1 – důvody ukončení formální dobrovolné činnosti

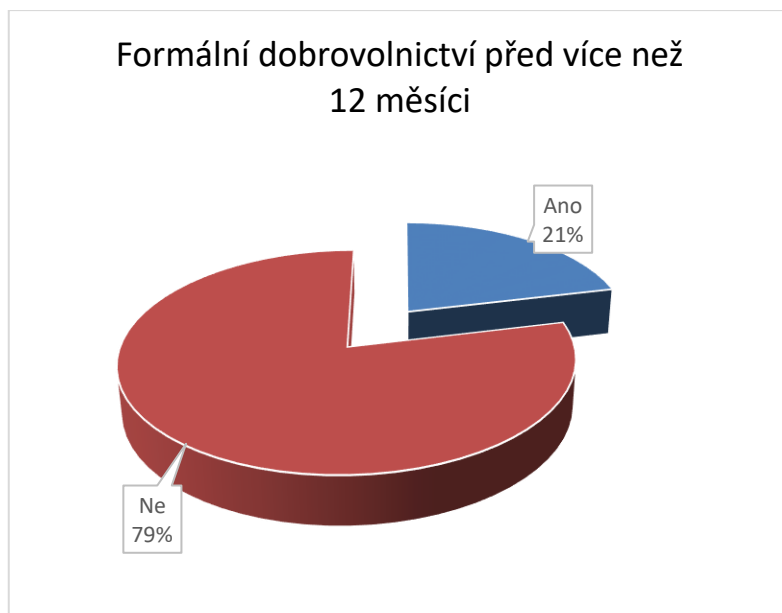
Důvody ukončení formální dobrovolnické činnosti	
Měl/a jsem zdravotní problémy	1
Cítil/a jsem se již vyčerpaný/á	2
Odradily mě formality a pravidla organizace	1
Jiné	3

N= 7

Formální dobrovolnictví seniorů před více než 12 měsíci ve městě Olomouc

Pokud respondenti na otázku, jestli v tomto roce vykonávali dobrovolnickou činnost odpověděli že ne, byla jim položena další otázka, jestli před více než rokem dobrovolnictví vykonávali. Kladnou odpověď uvedlo 43 seniorů, což bylo 21 % z celku. Ti, co nevykonávali, kterých byla většina zaujímali skoro 79 % což bylo 159 seniorů.

Graf. č. 11 – formální dobrovolnictví seniorů před více než 12 měsíci

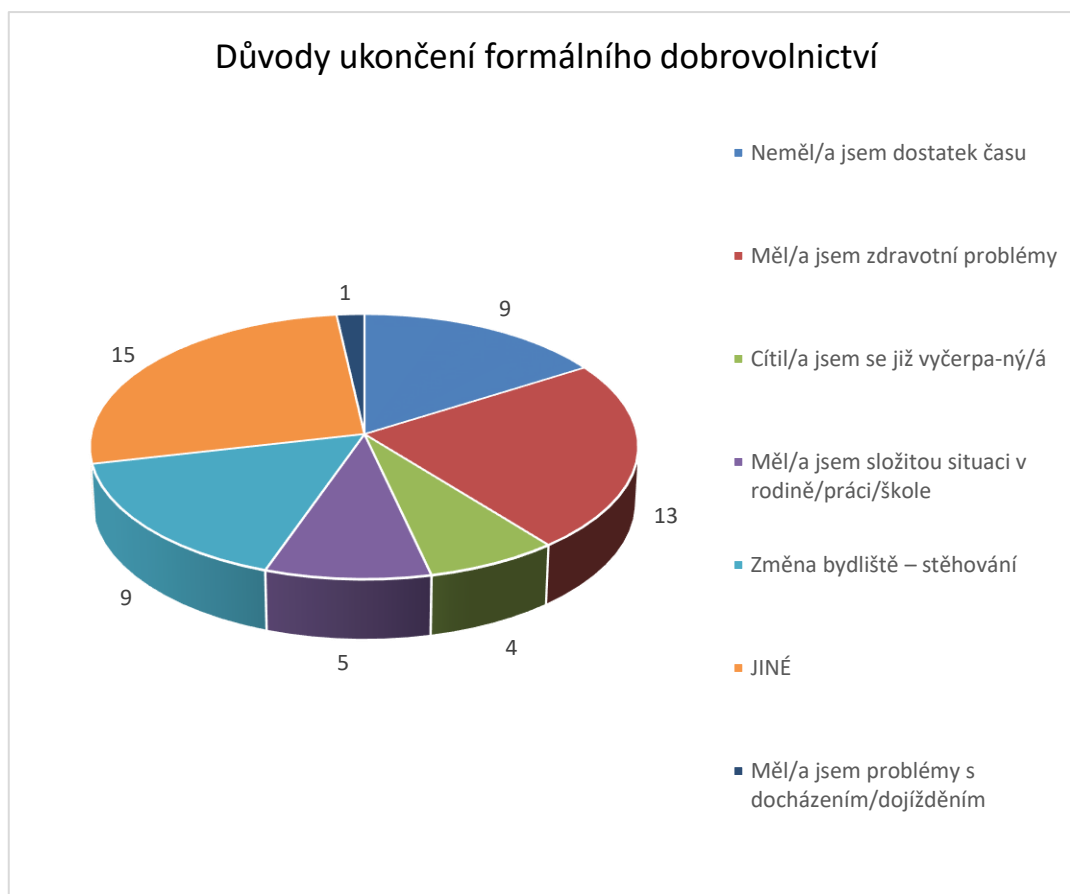


N = 202

Ukončení formálního dobrovolnictví

Ti respondenti, co odpověděli kladně (43), že před více než rokem vykonávali dobrovolnickou činnost, uvedli také důvody, proč tuto činnost již nevykonávají. Nejvíce respondentů tj. 15 si nevybralo z námi nabízené nabídky důvodů a zaškrtnlo kolonku - jiný důvod. Druhý nejvyšší počet uvedlo 13 seniorů, a to důvod zhoršení zdravotního stavu. Stejně často a to 9 x bylo označeno stěhování či nedostatek času. V dotazníku bylo na výběr z 12 možností, proč dobrovolnictví ukončili. V grafu je znázorněno pouze 7 důvodů, jelikož ten zbytek nebyl ani jednou uveden. Jeden respondent mohl zaškrtnout i více možností, což se i stalo.

Graf. č. 12 - důvody ukončení formálního dobrovolnictví



N = 43

4.1 Interpretace výsledků

Na začátku výzkumu jsem si stanovila několik cílů a zároveň hypotéz. Prvním cílem bylo zjistit rozsah angažovanosti seniorů v dobrovolnictví ve městě Olomouc.

H1.1: Ženy vykazují vyšší míru zapojení do dobrovolnictví než muži.

Tato hypotéza byla zjišťována otázkou č. 2 (jestli vykonávali dobrovolnickou činnost v posledních 12 měsících), pokud byla odpověď záporná, dostali otázku a č.14. (jestli vykonávali dobrovolnickou činnost před více než 12 měsíci). Hypotéza se bude ověřovat zvlášť pro otázku č. 2 a č. 14.

Vykonávali jste pro nějakou organizaci v posledních 12 měsících formální dobrovolnickou činnost?

Kladnou odpověď uvedlo 8 mužů a 22 žen.

Tabulka č. 2 – výkon formální dobrovolné činnosti mužů a žen v posledních 12 měsících

	Muži	Ženy
ANO	8 10 %	22 14,7 %
NE	72 90 %	128 85,3 %

N=230

Dva respondenti neuvedli pohlaví. Z tabulky můžeme vidět, že není vztah mezi vykonáváním dobrovolné činnosti a pohlavím, Hypotéza se tedy nepotvrdila.

Vykonávali jste nějakou formální dobrovolnou činnost před více než 12 měsíci?

Kladnou odpověď uvedlo 15 mužů a 28 žen.

Tabulka č. 3 - výkon formální dobrovolné činnosti mužů a žen před více než 12 měsíci

	Muži	Ženy
ANO	15 20, 8%	28 21, 9%
NE	57 79, 2%	100 78, 1%

N=200

Na tuto otázku odpovídali, ti, kteří v otázce (jestli vykonávali dobrovolnickou činnost v posledních 12 měsících), odpověděli záporně. Ani v této tabulce nevidím souvislost mezi dobrovolnictvím a pohlavím. Hypotéza se nepotvrdila.

H1.2: Věřící seniori jsou více zapojeni do formálního dobrovolnictví než nevěřící seniori.

Tato hypotéza se zjišťovala otázkou č. 12 a za věřícího seniora považují toho, kdo označil tyto hodnoty: ano - katolík, ano-jiné křesťanské, ano-jiné.

Jaké je vaše náboženské vyznání?

Tabulka č. 4 – zapojení do dobrovolnictví v závislosti na náboženském vyznání

	Ano, katolické	Ano, jiné křesťanské	ANO, jiné	Ne, jsem bez vyznání	Jiná možnost
ANO	13 12,6 %	4 18,2 %	1 14,3 %	11 11,6 %	1 20 %
Ne	90 87,4 %	18 81,8 %	6 85,7 %	84 88,4 %	4 80 %

N=232

Ze 30 respondentů, kteří označili, že vykonávají dobrovolnictví, 18 z nich je věřících. A 11 je pokládáno za nevěřící. V této tabulce si můžeme všimnout, že neexistuje významný vztah mezi výkonem dobrovolnické činnosti a náboženským vyznáním. Hypotéza se nepotvrdila.

H1.3: Zapojení do dobrovolnictví je vyšší u seniorů se středoškolským než základním vzděláním.

Hypotéza byla zkoumána otázkou č.2 (jestli vykonávali formální dobrovolnickou činnost v posledních 12 měsících) a pokud odpověděli záporně, byla jim položena otázka a č.14. (jestli vykonávali dobrovolnickou činnost před více než 12 měsíci.

Vykonávali jste pro nějakou organizaci v posledních 12 měsících formální dobrovolnickou činnost?

Tabulka č. 5 - zapojení do dobrovolnictví v závislosti na vzdělání v posledních 12 měsících

	Základní	SŠ s výučním listem	SŠ s maturitou	VŠ
ANO	6 22,2 %	9 11 %	10 11,8 %	5 13,2 %
NE	21 77,8 %	73 89 %	75 88,2 %	33 86,8 %

N=232

V tabulce zjistíme, že dobrovolnictví vykonává 10 seniorů se středoškolským vzděláním s maturitou, a 9 seniorů s SŠ s výučním listem. Středoškolské vzdělání má největší poměr oproti základnímu a vysokoškolskému vzdělání. Avšak nemůžu potvrdit souvislost zapojení s dobrovolnickou aktivitou a mírou vzdělání. Hypotéza se nepotvrdila.

Vykonávali jste nějakou formální dobrovolnou činnost před více než 12 měsíci?

Tabulka č. 6 - zapojení do dobrovolnictví v závislosti na vzdělání před více než 12 měsíci

	Základní	SŠ s výučním listem	SŠ s maturitou	VŠ
Ano	2 9,5 %	12 16,4 %	17 22,7 %	12 36,4 %
Ne	19 90,5 %	61 83,6 %	58 77,3 %	21 63,6 %

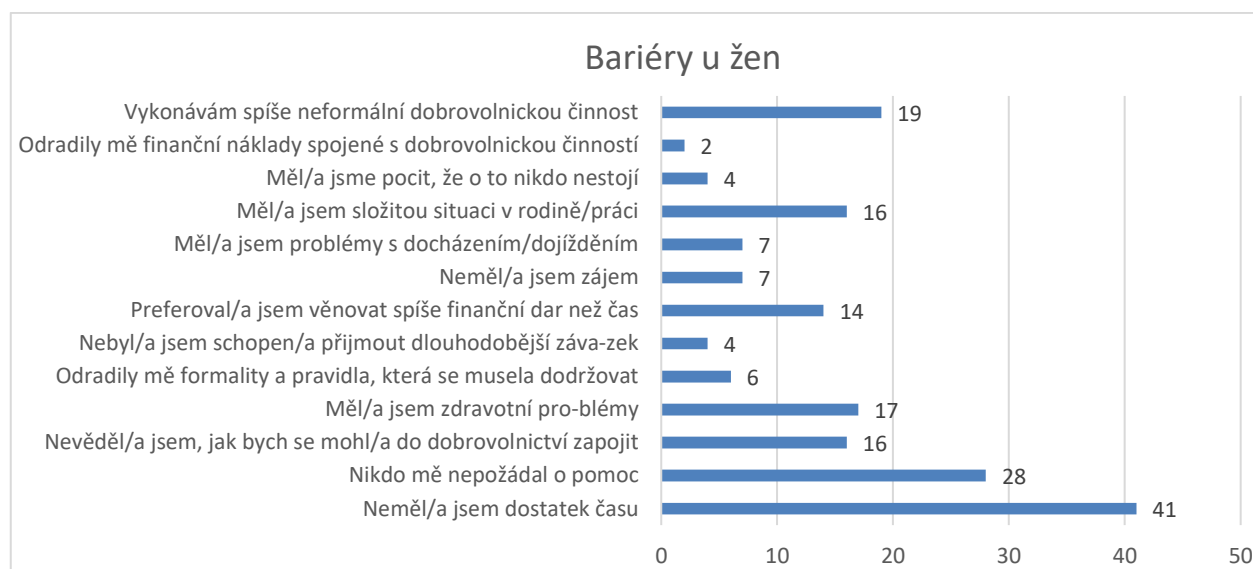
N=202

Z celkového počtu (202) bylo zapojených 29 seniorů, což bylo 14% se středoškolským vzděláním. Se základním vzděláním pouze 2 respondenti, to činilo necelé 1 %. V tabulce můžeme vidět stoupající tendenci u respondentů se zapojením do dobrovolné činnosti. Ale musíme brát v potaz malý vzorek.

Druhým cílem výzkumu bylo zjistit, jaké bariéry hrají roli při zapojení do formálního dobrovolnictví.

H2.1: U žen, které se nikdy nezapojily do dobrovolnictví, bude nejčastěji udávanou bariérou právě zapojení do neformálního dobrovolnictví.

Graf č. 13 – bariéry u žen

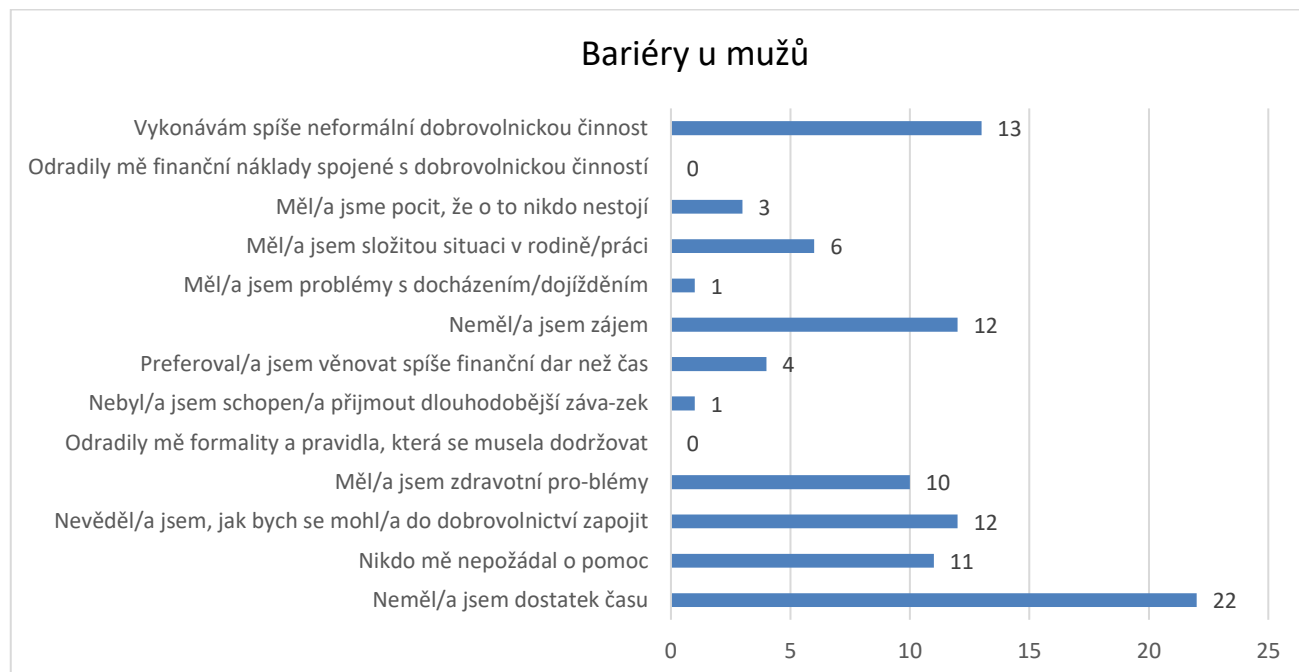


N= 100

Nejčastěji udávanou bariérou byl nedostatek času, to označilo 41 žen. Druhou nejvíce udávanou odpovědí bylo: nikdo mě nepožádal o pomoc, to bylo označeno 28 respondentkami. Výkon neformální dobrovolnické činnosti jako bariéry byl zvolen 19x, zaujímal 3. nejvýznamnější bariéru. Hypotéza se nepotvrdila, ale, můžeme říci, že formální dobrovolnictví můžeme vnímat jako bariéru. Ženy mohly označit více možností, což se i stalo.

H2.2: Nejčastěji udávanou bariérou u mužů, kteří se nikdy do formálního dobrovolnictví nezapojili, bude nezám o dobrovolnickou činnost.

Graf č. 14 – bariéry u mužů



N=57

Nejvíce udávanou bariérou byl nedostatek času, to označilo 22 mužů. Tento výsledek – že největší bariérou je nedostatek času se potvrdil i u žen. Na druhém místě byla označena varianta výkonu neformální činnosti (13), což je paradoxní, že tento jev se vyskytuje častěji u mužů, než u žen, jak jsem přepokládala. Jako třetí nejčastější bariéra se jevil nezám, společně s odpovědí: nevěděl jsem jak, se zapojit. Tutu variantu označilo 12 mužů. Ani v tomto případě se hypotéza nepotvrdila, ale můžu říci, že nezám ze strany mužů je bariéra pro zapojení se do dobrovolné činnosti. Těsně jako čtvrtá bariéra se označovala - nikdo, mně nepožádal o pomoc. Tu označilo 11 respondentů.

Třetím cílem výzkumu bylo zjistit, zda mají senioři zájem dozvídat se o dobrovolnických aktivitách.

H3.1: U seniorů bude převládat více kladných odpovědí o zájem dozvídat se o dobrovolnických aktivitách.

Hypotéza byla zjišťována otázkou č. 17, a nabývala pouze hodnoty - ANO, Hodnoty – Ne-vím a Ne se počítaly, jako nezám o dobrovolnické aktivity. Tato otázka byla položena,

těm, co nikdy nevykonávali dobrovolnickou činnost, a těm, co někdy vykonávali (před 12 měsíci) a činnost, již ukončili.

Graf č. 15 - zájem o formální dobrovolnické činnosti



N= 200

Zde se hypotéza nepotvrdila, více respondentů a to 137 se nechce dozvídat o dobrovolnických aktivitách, tyto respondenti představovali 69 % z celku. Kladnou odpověď uvedlo 20% respondentů, což bylo 41 seniorů. Zbytek respondentů (22) což je 11 % nebyl rozhodnutý, zda chtějí, nebo nechtějí se dozvídat o dobrovolnictví. Můžu říci, že ti, kteří zvolili kladnou odpověď (41) by mohli být považováni za potenciální dobrovolníky.

5 DISKUZE

Diplomová práce se věnovala formálnímu dobrovolnictví u osob, které uvedli, že pobírají starobní důchod nezávisle na věku ve městě Olomouc. Cílem výzkumu bylo zjistit, jaký je rozsah zapojení seniorů ve formální dobrovolné činnosti, také jaké bariéry brání v zapojení se do dobrovolnictví. Posledním cílem bylo zjistit zájem o dobrovolnickou činnost. Jako výzkumná technika byl použit dotazník, který jsme společně vytvořili v IGA projektu.

V deskripci populace vyšlo **že v posledních 12 měsících se zapojilo 30 seniorů z 202**, což vychází, že každý osmý senior vykoná nějakou formální dobrovolnickou činnost. Zjistila jsem že, nejvíce senioři vypomáhají při organizování, nebo pomoci volnočasových aktivit. Jako druhá možnost vycházela administrativa, jako poslední byla lektorská činnost. Ve výzkumu - Dobrovolnictvo na Slovensku (2012, s. 71) také zjistili, že organizování volnočasových aktivit je nejčastější formálně vykonávaná činnost, což bylo 25% respondentů. V tomto výzkumu sice byl podstatně větší výzkumný vzorek, než v této práci, a také tento výsledek nebyl rozdělený dle ekonomického statusu, nevím, tedy, kolik seniorů označilo tuto možnost, ale můžu říci, že pro ty, co vykonávají dobrovolnictví, se činnosti výrazně neliší. Čápková (2011, 73) ve svém výzkumu uvádí, že se objevily základní specifikace u seniorů- dobrovolníků. A to, že je lákají aktivity, spojené s trávením volného času s jinými seniory. Dále jsem zjistila, že ti, co vykonávají dobrovolnickou aktivitu, ji vykonávají každý týden, což uvedlo 11 respondentů z celkového počtu 30, stejný počet uvedlo i variantu – méně, než 1x týdně, alespoň 1 x za měsíc. Tento jev se potvrdil i na Slovensku (2012, s. 39), tyto dvě hodnoty byly nejčastěji udávané (27% a 36%). Opět musím brát v potaz, že tento výsledek byl pro celou populaci, ne jen pro seniory. Z výzkumu jsem zjistila motivační faktory. Jako nejvýznamnější se jevily 2 faktory, a to, že chtějí vrátit druhým, co dostali od jiných lidí, to odpovědělo 19 ze 30, druhým faktorem byla důležitost pomáhat druhým, tuto možnost označilo 18 respondentů. Tyto hodnoty potvrzuje výzkum u Rochestera a Hutchisona (2002, s. 24), kteří motivaci seniorů rozdělují na osobní a prosociální rovinu. V mém výzkumu se potvrdila prosociální rovina, tedy že chtějí pomoci ostatním, a vrátit zpět, co dostali od společnosti, což rezonuje s mými výsledky. U těch, co vykonávají dobrovolnou činnost jsem zjistila, že se nejčastěji objevují 3 přínosy. Dva z nich označil stejný počet respondentů, a to, že je těší, někomu pomoci a že si našli nové přátele. Tyto hodnoty označilo 18 respondentů. Třetím přínosem byla součást komunity (16). Výsledky Muchlera, Burra,

Cara, (a2003. s. 127) korespondují s mým zjištěním. I oni přišli na to, že dobrovolnictví přináší seniorům benefity jako je rozvinutí sociální sítě a pocit, že jsou součástí organizace. V teoretické části jsem psala, že mezi velké přínosy patří pozitivní vliv na zdravotní stav. Kdy u několika výzkumů v zahraničí, se potvrdilo, že dobrovolnictví snižuje nemocnost, úmrtnost atd. V našem dotazníku nebyla přímo otázka, která by se ptala na zdravotní stav u dobrovolníka v době, kdy nevykonával dobrovolnictví a poté na zdravotní stav při výkonu dobrovolnictví. Tudíž toto tvrzení nemůžu potvrdit, ale určitě je to nápad, na co se zaměřit v příštím výzkumu u dobrovolníků.

Z výzkumu jsem zjistila, že **před více než 12 měsíci se dobrovolnictví** věnovalo 43 respondentů, což je 21% z celku 202 dotazovaných. Mezi důvody, proč ukončili činnost, bylo zhoršení zdravotního stavu (to označilo 13 respondentů), Muhlpaehr (2004, s. 22) uvádí, že překážkou může být právě proces stárnutí, od kterého se odvíjí zdravotní stav. Každý stárne individuálně, jelikož je to ovlivněno geneticky, životním stylem apod.

Stanovila jsem si hypotézu, že ženy budou vykazovat vyšší míru dobrovolnictví než muži. Tato hypotéza byla zjišťována otázkami č. 2 a č. 14. (tedy byla zjišťována jak v posledních 12 měsících i před více než 12 měsíci). Hypotéza se ani v jednom případě nepotvrdila, nezjistila jsem významný vztah mezi výkonem dobrovolnictví a pohlavím. Tento vztah se nepotvrdil ani u Slovenského výzkumu (2012, s. 46). Mírné zvýšení zastoupení žen (52%) oproti mužům (41%) zjistil výzkum Fokus v roce 2004. Předpoklad, že jsem myslela, že bude větší zastoupení žen, možná plynulo ze stereotypního přesvědčení, že dobrovolnictví je doména žen a také to, že v seniorském věku je více žen, než mužů.

Druhá hypotéza, že více zapojení budou věřící senioři, než nevěřící senioři, se také nepotvrdila. Tato hypotéza byla zvolena na základě faktu, že pomoc k bližnímu je doménou víry. Opět se toto tvrzení nepotvrdilo, ani ve slovenském výzkumu u celé populace. (2012, s. 59). a jak píšou autoři, Víra je spojena s poskytováním neformální činnosti, často se odehrává v církevních společenstvích.

Třetí hypotéza – zapojení seniorů je vyšší u těch, co mají středoškolské vzdělání, než u těch, co mají základní vzdělání. Hypotéza se ověřovala zvláště pro otázku č. 2 a č. 14. V otázce č. 2 (jestli v posledních 12 měsících vykonávali dobrovolnickou činnost) se tvrzení nepotvrdilo, nezjistila jsem žádný významný vztah, i když středoškolské vzdělání mělo největší

váhu oproti základnímu a vysokoškolskému vzdělání. U otázky č. 14 (jestli vykonávali dobrovolnickou činnost před více než 12 měsíci) se hypotéza také nepotvrdila, ale zjistila jsem stoupající tendenci u respondentů se zapojením do dobrovolnické činnosti. Zjistila jsem, že vzdělání hrálo významnou roli v předešlých letech u respondentů. Ve výzkumu na Slovensku (2012, s. 52) také zjistili, že do dobrovolnictví jsou méně zapojeni lidé se základním a středním vzděláním.

Předpokládala jsem, že nejčastěji udávanou bariérou u žen, které se nikdy nezapojily, bude právě zapojení do neformální dobrovolnické činnosti. Jelikož jsem předpokládala, že se budou zapojovat do pomoci a péče o vnoučata či starší sousedy. Hypotéza se nepotvrdila, nejvíce udávanou bariérou byl nedostatek času, tu označilo 41 žen. Druhá bariéra byla nepožádání o pomoc, tu označilo 28 respondentek, a třetí nejčastěji udávanou se jevila neformální činnost. Můžu ale říci, že neformální činnost je bariéra pro zapojení do dobrovolnictví.

U mužů, kteří se nikdy nezapojili, jsem předpokládala, že nejvíce udávaná bariéra bude nezájem o dobrovolnictví. Ani zde se hypotéza nepotvrdila. Také jako u žen nedostatek času hrál největší roli. Tu označilo 22 mužů. Paradoxně na druhém místě byla označena neformální činnost (13x) oproti tomu u žen je až na třetím místě. Třetí nejčastější bariéra byla: neměl jsem zájem, spolu s tím, že nevěděli, jak se zapojit. To označilo stejně 12 mužů. Můžu tedy říci, že určitá bariéra je i nezájem ze strany respondentů, zde je potřeba zapracovat na motivaci seniorů, aby se zapojili.

Předpokládala jsem, že bude převládat kladný zájem o dobrovolnickou činnost u seniorů. Zjistila jsem, že více seniorů nemá zájem, tuto možnost uvedlo 137 seniorů. Kladnou odpověď uvedlo 41 seniorů. Zbytek respondentů (22), označil – nevím. V brožurě – Obdivuhodní senioři (2005, s. 69) zjistili, že pouze 9 % seniorů by chtělo být dobrovolníkem, to bylo 47 respondentů, 135 uvedlo, že možná by chtěli být dobrovolníkem. 150 uvedlo, že určitě ne. Z výsledků jde vidět, že senioři neprojevují moc zájem o dobrovolnictví. Otázkou dalšího výzkumu by tedy byla motivace, co by je „přesvědčilo“ aby se zapojili? Nebo ti co, dříve vykonávali dobrovolnictví, proč už teď nevykonávají dobrovolnictví. Také jak jsem zmiňovala dříve, zjistit, jaký vliv má dobrovolnictví na zdravotní stav, jestli opravdu by se potvrdily zahraniční výzkumy, že účast v dobrovolnictví zlepšuje zdravotní stav, popřípadě snižuje úmrtnost.

6 ZÁVĚR

Práce byla věnována formálnímu seniorskému dobrovolnictví ve městě Olomouc. Práce byla rozdělena na teoretickou a empirickou část. V teoretické části byly hlavní dvě kapitoly. Na začátku jsem zmiňovala optiku sociální práce a dobrovolnictví, poté jsem vymezila dobrovolnictví z hlediska forem a oblastí, kde můžeme dobrovolnictví vykonávat. Také jsem popsala význam dobrovolnictví optikou společnosti, organizace a samotného dobrovolníka. Další podkapitola byla věnovaná získání, výběru, ocenění, hodnocení a pojištění dobrovolníků. Poté následovala druhá kapitola o seniorech – dobrovolnících, zde byly uvedeny jejich specifikace z pohledu zahraničních autorů. Postupně jsme přešla k motivaci, a přínosům, což je také důležitá součást spojená s angažovaností dobrovolníků. Také jsem zmínila aktivní formu stárnutí, co to obnáší, a jak si senioři aktivnost udrží. Poté jsem přešla k nejčastějším bariérám u seniorů. Teoretickou část uzavírala podkapitola o příkladech z praxe seniorů v České republice.

Empirická část práce byla zpracována kvantitativní metodou. Byl zvolen dotazník s kvótním výběrem respondentů. Cílem bylo zjistit rozsah angažovanosti seniorů ve formálním dobrovolnictví, bariéry, které jim brání se zapojit a zjistit, jestli mají zájem se dozvídat o dobrovolnických aktivitách. Zjistila jsem, že výzkumu se zúčastnilo 80 mužů a 150 žen, nejvíce respondentů spadalo do skupiny se středoškolským vzděláním (s výučním listem i maturitou). Nejvíce zapojených ve výzkumu byli katolíci, což bylo 103 respondentů. ale podobné hodnoty byly i u nevěřících, těch bylo 95 seniorů. Zjistila jsem, že v **posledních 12 měsících**, vykonávalo formální dobrovolnickou činnost 30 seniorů což je 13 % z 232. Vyšlo mi, že ti, co vykonávají dobrovolnickou činnost, ji vykonávají převážně Olomouci což, je 21 seniorů. Také jsem zjistila, že ti, co jsou zapojeni do dobrovolné činnosti, tak nejčastěji pomáhají s organizací volnočasových aktivit a dobrovolnictví se 11 seniorů věnují každý týden. Stejný počet seniorů se věnuje dobrovolnictví méně než 1x týdně, avšak alespoň 1x za měsíc. Také se ukázalo, že tito dobrovolníci v 68 %, to je u 19 respondentů nemají náklady spojené s dobrovolnictvím. U zbytku bylo označeno za náklad jízdné. Nejčastěji udávaným motivačním faktorem bylo, že chtějí vrátit druhým, co sami dostali. Dalším bylo pomáhat druhým. Nejméně udávaným bylo, že je k tomu přivedli přátelé. Přínosy dobrovolnictví byly 3 největší a to potěšení, že můžou někomu pomoci, našli si nové přátele a být součástí komunity. Ze 30 seniorů, co se aktivně věnují dobrovolnictví, 7 uvedlo, že nějakou činnost již ukončili. Dva

lidé uvedli, že se cítili vyčerpaní, po jednom respondentovi byly označeny formality a zdravotní problémy. Tři respondenti uvedli jiný důvod. Také jsem zjistila, že **před více než 12 měsíci** vykonávalo dobrovolnictví 43 seniorů z 202, což je 21%. U těchto seniorů byl nečastější důvod k ukončení – jiný důvod (neuveden), to označilo 15 respondentů. pak se objevovalo zhoršení zdravotního stavu (13), nedostatek času a stěhování bylo označeno stejně a to 9 krát

V rámci empirické části jsem si zvolila hypotézy. Jednou z nich bylo, že předpokládám vyšší zapojení žen do dobrovolnictví, než u mužů. Bylo zjišťováno pro otázku č. 2. a č. 14. zvlášť, ale ani v jednom případě nemůžu říct, že by existoval vztah mezi pohlavím a zapojením se do dobrovolnictví. Ani hypotéza o tom, že věřící jsou více zapojeni do dobrovolnictví se nepotvrdila. Dalším předpokladem bylo, že vyšší zapojení bude u seniorů se středoškolským vzděláním, než se základním. Tato hypotéza se testovala zvlášť u otázky č. 2. a č. 14. u otázky 2 jsem nezjistila významnost, mezi zapojením do dobrovolnictví a vzděláním. U otázky č. 14. jsem zjistila stoupající tendenci u respondentů se zapojením do dobrovolnictví. Ale pro malý vzorek seniorů se základním vzděláním nemůžu hypotézu přijmout. Ale můžu říct, že vzdělání hrálo roli u respondentů v dřívějších letech. Jako nejčastější bariéru u žen, které se nezapojují jsem předpokládala zapojení do neformální dobrovolné aktivity. U mužů, kteří se nikdy nezapojili zase nezám. Ale výzkum ukázal že největší bariéra je nedostatek času, jak u mužů tak u žen. U mužů druhou nejčastější bariérou byla neformální činnost. U žen na druhém místě to byl nikdo, mě nepožádal o pomoc. O dobrovolnickou činnost by se chtělo zajímat 41 seniorů z 202, to můžou být potencionální dobrovolníci. Ale většina nemá zájem to bylo 137 respondentů, 23 seniorů odpovědělo, že neví, zda se chtějí dozvídat nebo ne o dobrovolnictví.

Tyto poznatky z výzkumu jsem podrobněji popsala v kapitole – Diskuze, kde jsem je porovnávala s výsledky jiných literárních, či výzkumných pramenů.

Jak jsem již zmiňovala v minulé kapitole, otázkou dalšího výzkumu by tedy byla motivace seniorů. co by je „přesvědčilo“ aby se zapojili. Nebo ti co, dříve vykonávali dobrovolnictví, proč už teď nevykonávají dobrovolnictví. Zjistit, jaký vliv má dobrovolnictví na zdravotní stav, jestli opravdu by se potvrdily zahraniční výzkumy, že účast v dobrovolnictví zlepšuje zdravotní stav, popřípadě snižuje úmrtnost.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. BROZMANOVÁ GREGOROVÁ, Alžbeta, ed. Sociálny profil slovenských dobrovoľníkov a dobrovoľníčok. In: *DOBROVOLNÍCTVO AKO VÝSKUMNÁ TÉMA SOCIÁLNEJ PRÁCE A SOCIOLOGIE: Zborník z vedeckej konferencie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2012, s. 71. ISBN 978-80-7372-856-4. ISSN 978-80-7372-856-4.
2. BROZMANOVÁ GREGOROVÁ, Alžbeta, Tatiana MATULAYOVÁ, Alžbeta MRAČKOVÁ, Lenka VAVRINČÍKOVÁ, Jana VLAŠIČOVÁ a Samuel KORÓNY. *Dobrovoľníctvo na Slovensku - výskumné reflexie*. Bratislava: Iuventa - Slovenský inštitút mládeže, 2012, 208 s. ISBN 978-80-8072-119-0.
3. ČÁPOVÁ, Hana. Dobrovoľníkem v seniorském věku? Proč ne? *Vital: Časopis pro seniory* [online]. Praha, 2011 [cit. 2016-04-01]. Dostupné z: <<http://www.vitalplus.org/article.php?article=434>>.
4. ČEVELA, Rostislav et al. *Sociální gerontologie: východiska ke zdravotní politice a podpoře zdraví ve stáří*. Praha: Grada, 2014.
5. DOHNALOVÁ, Renata a Renata VEJDĚLKOVÁ. *Dobrovolnictví ve Fakultní nemocnici v Motole*, Praha: Dobrovolnické centrum FN v Motole, 2009. ISBN 978-80-254-5150-2.
6. Findlay, R. (2003), 'Interventions to reduce social isolation amongst older people: where is the evidence?' *Ageing & Society*, 23 (5), pages 647–58.
7. Frič, P. a kol. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice. Výsledky z výzkumu NROS a AGNES*. Praha: AGNES a NROS, 2001.
8. FRIČ, Pavol a Tereza POSPÍŠILOVÁ. *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století*. Praha: Agnes, 2010, 263 s. ISBN 978-80-903696-8-9.
9. FRIČ, Pavol. Současné trendy dobrovolnictví a sociální práce. *Sociální práce, sociální práce. Dobrovolnictví a sociální práce*. 2011. roč. 2011, č. 4, s. 8-9, ISSN 1213-6204.
10. GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2., rozš. české vyd. Přeložil Vladimír JŮVA, přeložil Vendula HLAVATÁ. Brno: Paido, 2010, 261 s. ISBN 978-80-7315-185-0.

11. GÖPPNER, Hans Joachim, Hämmäläinen, 2008. *Rozprava o vede o sociálnej práci*. Bratislava: Vysoká škola sv. Alžbety.
12. Greenfield, E., and Marks, N. (2004), 'Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being', *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 59B (5), pages S258–64.
13. HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, 774 s. ISBN 807178303X.
14. HAŠKOVCOVÁ, H. 2010. *Fenomén stáří*. 2. vyd. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.
15. HLADKÁ, Marie. *Význam dobrovolnictví jako specifického lidského zdroje*. In *Aktuální otázky sociální politiky 2008 - teorie a praxe*. Pardubice: Univerzita Pardubice, fakulta Ekonomicko-správní, 2008. ISBN 978-80-7395-134-4.
16. HLOUŠEK, Jan. *Právní minimum pro pracovníky neziskových organizací (a nejen pro ně)*.
17. HNÍZDOVÁ, Lucie. *Motivace k dobrovolnictví v programu sekundární prevence*. Praha, 2013. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze.
18. Chelcea, Septimiu. (2003). Comportament prosocial. În Septimiu Chelcea și Petru Iluț (coord.) *Enciclopedie de psihosociol* (pp.86-87). București: Editura Economică.
19. CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016, 254 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5326-3.
20. JINDROVÁ, Zuzana. *Divadlo, hudba, tanec.: Dobrovolníci pro kulturu: Dobrovolnická činnost v kulturních organizacích [online]*. [online]. Praha: Česká kancelář programu Culture, 2011 [cit. 2017-03-15]. Dostupné z: <http://www.programculture.cz/media/document/dobrovolnici-pro-kulturu.pdf>.
21. Kitliňská, J. (2014). Mezigenerační programy a jejich potenciál v rámci mezigeneračního učení. *Media4u Magazine* 11 (2), 14-19. Dostupné z <http://www.media4u.cz/mm022014.pdf>
22. KOSINA, Karel. *Dobrovolnictví a metodika práce s dobrovolníky*. 1. vyd. Praha: AGNES, 2003. ISBN 80-902633-X-7.

23. KŘIVOHLAVÝ, J. 2011. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3604-4.
24. Lum, T., and Lightfoot, E. (2005), 'The effects of volunteering on the physical and mental health of older people', *Research on Aging*, 27 (1), pages 31–55.
25. MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce: druhé, přepracované vydání*. 2.vyd.Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-368-0.
26. MATOUŠEK, Oldřich. *Metody a řízení sociální práce*. Třetí, aktualizované a doplněné vydání. Praha: Portál, 2013, 395 s. ISBN 978-80-262-0213-4.
27. MATULAYOVÁ, Tatiana. *Dobrovolnícka práca seniorov v sociálnych službách z aspektu andragogiky*. Bratislava, 2003. Dizertačná práca. Filozofická fakulta UK v Bratislave.
28. MATULAYOVÁ,, Tatiana, ed. *DOBROVOLEŇÍCTVO AKO VÝSKUMNÁ TÉMA SOCIÁLNEJ PRÁCE A SOCIOLOGIE: Zborník z vedeckej konferencie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2012. ISBN ISBN 978-80-7372-856-4.
29. MÜLLEROVÁ, M. 2011. *Dobrovolníci pro kulturu: dobrovolnická činnost v kulturních organizacích*. 1. vyd. Praha: Česká kancelář programu Culture nákladem Institutu umění - Divadelního ústavu. ISBN 978-80-7008-268-3.
30. MÜLPACHR, P. 2004. *Gerontopedagogika..* 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3345-2.
31. Musick, M A, and Wilson, J (2003) 'Volunteering and depression: the role of psychological and social resources in different age groups', *Social Science and Medicine* 56: 259-269.
32. Mutchler, J.E., Burr, J.A., and Caro, F.G., (2003) 'From Paid Worker to Volunteer: Leaving the Paid Workforce and Volunteering in Later Life', *Social Forces* 81(4): 1267-1293.
33. NAKONEČNÝ, Milan. *Motivace lidského chování*. Vyd. 1. Praha: Academia, 1997, 270 s. ISBN 80-200-0592-7.
34. NOVOTNÝ, Michal a Ivana STARÁ a kol. *Dobrovolníci v nemocnicích: metodický manuál pro zdravotnická a sociální zařízení*. Praha: Hestia, 2002. ISBN 80-238-8697-5.
35. Omoto, A.M., Snyder, M., and Martino, C., (2000) 'Volunteerism and Life Course:

36. Onyx, J., and Warburton, J. (2003) 'Volunteering and health among older people: a
37. PAYNE, Malcolm, 2005. *Modern Social Work Theory*. Basingstoke: Palgrave Macmillan. ISBN 9781403918369
- pentru Studiul Democrației
38. PETROVÁ KAFKOVÁ, Marcela. *Šedivějící hodnoty? Aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2013.
39. PILÁT, Miroslav. *Komunitní plánování sociálních služeb v současné teorii a praxi*. Praha: Portál, 2015, 198 s. ISBN 978-80-262-0932-4.
40. PŘIBYL, Hugo. *Lidské potřeby ve stáří*. Praha: Maxdorf, 2015, 96 stran.
41. PUNCH, Keith. *Základy kvantitativního šetření*. Přeložil Jan HENDL. Praha: Portál, 2008, 150 s. ISBN 978-80-7367-381-9.
42. Ranzijn, R, Harford, J., and Andrews, G., (2002) 'Aging and the economy: costs and benefits', *Australasian Journal on Aging* Vol. 21 No. 3: 145-151.
- review', *Australasian Journal on Aging*, Vol. 22, No. 2: 65-69.
43. Rietschlin, J. (1998), 'Voluntary association membership and psychological distress', *Journal of Health and Social Behaviour*, 39, pages 348–55.
44. Rigman, Cristina. (2008). *Volunteers in Romania: A Profile*. Cluj-Napoca: Centrul
45. Rochester, C. and Hitchison, R. (with Harris, M., and Keely, L.) (June 2002) A Review of the Home Office Older Volunteers Initiative Home Office Research Study 248, Home Office Research, Development and Statistics Directorate (June 2002)
46. Sandu, Dumitru. (2005). *Dezvoltare comunitară. Cercetare, practică, ideologie*. Iași: Editura Polirom.
47. SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2007, 284 s.
48. TOŠNER, Jiří a Olga SOZANSKÁ. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Praha: Portál, 2002, 149 s. ISBN 8071785148.
49. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007, 461 s.
50. VENGLÁŘOVÁ, M. *Problematické situace v péči o seniory: příručka pro zdravotnické a sociální pracovníky*. Praha: Grada, 2007. 96 s. ISBN 978-80-247-2170-5.

51. Voicu, Bogdan. (2005). Voluntariatul. În *Penuria pseudo-modernă a postcomunistului românesc. Volumul I. Schimbarea socială și acțiunile indivizilor* (pp. 121-136). Iași: Era Expert Projects.
52. Watson, C., and Hall, S. (2001), 'Older people and the social determinants of health', *Australasian Journal on Ageing*, 2003).
53. WHO (2002). Active Ageing: A policy framework. World Health Organization, Geneva. Dostupné z http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who_nmh_nph_02.8.pdf

OSTATNÍ ZDROJE

ČESKO. Zákon č. 359/1999 Sb., ze dne 30.12.1999, o sociální právní ochrany dětí, v platném znění. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-359>

DOBRADUSE, *Projekt dobrá duše*. [online] 20. 9. 2012 [cit. 2016-03-20] Dostupné z: <http://www.seniorum.cz/produkty-a-sluzby/5785-projekt-dobra-duse>

Dobrovolníci [online]. Život 90 [cit. 2017-03-16]. Dostupné z: <http://www.zivot90.cz/59-dobrovolnici>

NADACE Open Society Fund Praha. *Senioři vítáni – sborník případových studií*. 1.vydání. Praha: Otevřená společnost, o.p.s. 2008, 139 s. ISBN: 978 -80- 87110 -9

HESTIA - NÁRODNÍ DOBROVOLNICKÉ CENTRUM. *Průvodce dobrovolnictvím pro neziskové organizace*. Praha: HESTIA, 2016.

HESTIA – *Program 3G – Tři generace* [online] [cit. 4. 11. 2015]. Dostupné z: <http://www.hest.cz/cs-CZ/co-delame/program-3-g-tri-generace>

Trojlístek ESF - *Centrum pro rodinu a sociální péči* [online] [cit. 4. 11. 2015]. Dostupné z: <http://www.crsp.cz/index.php/seniori/trojlistek-sblizeni-tri-generaci>

Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017 [online] [cit. 2016-03-05] Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada__Akcni_plan_staruti_.pdf

Vymětalíková, Verešpejová, kořínková (2011). Dobrovolnictví a sociální práce. *Sociální práce /Sociálna práca*, č. 4, s. 6-9)

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1 – důvody ukončení formální dobrovolné činnosti	49
Tabulka č. 2 – výkon dobrovolné činnosti u mužů a žen v posledních 12 měsících	50
Tabulka č. 3 – výkon dobrovolné činnosti u mužů a žen před více než 12 měsíci	51
Tabulka č. 4- zapojení do dobrovolnictví v závislosti na náboženském vyznání	51
Tabulka č. 5 – zapojení do dobrovolnictví v závislosti na vzdělání v posl. 12 měsících	52
Tabulka č. – zapojení do dobrovolnictví v závislosti na vzdělání před více než 12 měsíci	53

SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1 – charakteristika pohlaví respondentů	38
Graf č. 2 – vzdělání respondentů	41
Graf. č. 3 – náboženské vyznání respondentů	41
Graf č. 4 – formální dobrovolnictví seniorů v posledních 12 měsících	42
Graf. č. 5 – činnosti dobrovolníků	43
Graf č. 6 – frekvence výkonu formální dobrovolnické činnosti	44
Graf č. 7 – místo výkonu formální dobrovolnické činnosti	44
Graf č. 8 – náklady spojené s výkonem formální dobrovolnické činnosti	45
Graf č. 9 – motivační faktory	46
Graf č. 10 -přínosy	47
Graf č. 11 – formální dobrovolnictví před více než 12 měsíci	48
Graf č. 12 – důvody ukončení formální dobrovolnické činnosti	49
Graf č. 13 – bariéry u žen	53
Graf č. 14 – bariéry u mužů	54
Graf č. 15 – zájem o formální dobrovolnickou činnost	55

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č.1 – dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

VZOR

FARMAK. PRAC. 85 MĚSTO PLODĚTICE 2022

KVÓTY

Jste:

a. Muž

b. Žena

Kolik máte let? _____

Nejvyšší ukončení vzdělání

a) základní

b) středoškolské s výučním listem

c) středoškolské s maturitou

d) vysokoškolské

2. Vykonal jste pro nějakou organizaci v posledních 12 měsících formální dobrovolnickou činnost? Q2

a. Ano 1

b. Ne (PŘEJDETE NA OTÁZKU Č. 14) 2

3. Jakou činnost/i, v jaké organizaci, jak často a jak dlouho jako dobrovolník/ce vykonáváte?

ČINNOST	ORGANIZACE (nikoli konkrétní)	JAK ČASTO	JAK DLOUHO
Q3A1 (VŽDY a=1, b=2, ... nebo vepsat)	Q3A2 (ideálně vytvořte číselné kódy pro jednotlivé typy organizací a pošlete mi je. Já to pak překóduju společně) Co bude unikátní můžete klidně vepsat slovně	Q3A3	Q3A4
Q3B1	Q3B2	Q3B3	Q3B4
Q3C1	Q3C2	Q3C3	Q3C4
... V PŘÍPADĚ POTŘEBY VLOŽIT DALŠÍ SLOUPCE DO TABULKY V EXCELU			

ČINNOSTI NA VÝBĚR (určeno pouze pro tazatele):

JAK ČASTO:

JAK DLOUHO:

a) administrativní	5
b) organizování nebo pomoc při realizaci volnočas. aktivit	11
c) získávání finančních zdrojů	2
d) lektorská činnost	4
e) poradenství (sociální, psychologické, právní...)	2
f) osobní asistence	2
g) hasičská, záchrannářská činnost	1
h) aktivity spojené s ochranou životního prostředí	1
i) medializace, vztahy s veřejností	3
j) VEPIŠTE JINÉ	3

1. Téměř denně 1-11
2. Každý týden 11
3. Méně než 1x týdně, 11 avšak alespoň 1x za měsíc
4. Méně než 1x za měsíc, avšak alespoň 1x za tři měsíce 3
5. Méně než 1x za tři měsíce 4

- a) méně než rok
- b) alespoň rok, ale méně než dva roky
- c) alespoň dva roky, ale méně než tři roky
- d) tři a více let

4. Pokud jste v životě vykonával/a i jiné formální dobrovolnické aktivity, které jste již ukončil/a, mohl/a byste je prosím ve stručnosti popsat (tzn. kdy, co, kde a z jakého/jakých důvodů/ů jste je přerušil/a) – POKUD NEVYKONÁVAL/A PROŠKRTNĚTE TABULKU

Věk	Dobrovolnická aktivita	Organizace	Důvod ukončení (pokud bylo ukončeno)
Q4A1	Q4A2	Q4A3	Q4A4
Q4B1	Q4B2	Q4B3	Q4B4
Q4C1	Q4C2	Q4C3	Q4C4
STEJNÁ LOGIKA JAKO OTÁZKA 3			

AKTIVITY

DŮVODY UKONČENÍ:

a) administrativní	a) Neměl/a jsem dostatek času
b) organizování nebo pomoc při realizaci volnočas. aktivit	b) Byl/a jsem nespokojen/a dobrovolnickou zkušeností
c) získávání finančních zdrojů	c) Měl/a jsem zdravotní problémy
d) lektorská činnost	d) Cítil/a jsem se již vyčerpaný/á
e) poradenství (sociální, psychologické, právní...)	e) Nebyl/a jsem schopen/a dodržet dlouhodobější závazek
f) osobní asistence	f) Měl/a jsem problémy s docházením/dojížděním
g) hasičská, záchrannářská činnost	g) Měl/a jsem složitou situaci v rodině/práci/škole
h) aktivity spojené s ochranou životního prostředí	h) Měl/a jsme pocit, že o to nikdo nestojí
i) medializace, vztahy s veřejností	i) Odradily mě finanční náklady spojené s dobrovolnickou činností
j) VEPIŠTE JINÉ	j) Odradily mě formality a pravidla, která se musela dodržovat
	k) Změna bydliště – stěhování
	JINÉ VEPIŠTE

5. Vykonal jste vaši současnou dobrovolnickou činnost v Olomouci, nebo za ni dojíždíte?

- a. V Olomouci
- b. Dojíždím
- c. Někteřou v Olomouci, za některou dojíždím

6. Máte s výkonem vaší současné dobrovolnické činnosti spojené nějaké osobní výdaje, které vám organizace nehradí (např. doprava, nákup vybavení, ...)?

- a. Ano, vepište prosím, o jaké se jedná _____ (např. jízdné, nákupy vybavení atd.)
- b. Ne

7. Jakým způsobem jste se dozvěděl/a o možnosti vykonávat dobrovolnické aktivity? (možnost označit více odpovědí)

- a. Prostřednictvím internetu
- b. Prostřednictvím televize, rádia, novin, časopisu, plakátu
- c. Prostřednictvím veřejné akce/přednášky/workshopu
- d. Prostřednictvím přátel, známých, příbuzných
- e. Od zaměstnance či dobrovolníka z dané organizace
- f. Prostřednictvím dobrovolnického centra
- g. Jiné _____

8. Jsou dle vás informace týkající se nabídky možností dobrovolnictví v Olomouci dostatečné?

- a. Ano (PŘEJÍT NA OT. Č. 10)
- b. Ne
- c. Nevím (PŘEJÍT NA OT. Č. 10)

9. Jaké informace dle vás schází a jakým způsobem by bylo vhodné tyto informace šířit?

JAKÉ INFORMACE	ZPŮSOB ŠÍŘENÍ
Q9A1	Q9A2
Q9B1	Q9B2
OPĚT STEJNÁ LOGIKA JAKO U OT.Č. 3 A 4	

TYPY INFORMACÍ

- a. Obecné informace o dobrovolnictví
- b. Možnosti dobrovolnických aktivit nebo VEPSAT JINÉ

ZPŮSOB ŠÍŘENÍ

- a) Skrze dobrovolnický portál města
- b) Skrze městský tisk – např. radniční listy/olomoucké listy
 - c) Pořádáním veřejných přednášek/ setkání
- d) Na kulturních akcích města
- nebo VEPSAT JINÉ

10. Vyberte motivační faktory, které hráli roli ve vašem rozhodnutí k dobrovolnické činnosti (můžete označit více možností): KARTA

- A) B) C) D) E) F) G) H) I) _____

11. Vyberte přínosy, které vnímáte, že vám přináší dobrovolnická činnost (můžete označit více možností): KARTA

- A) B) C) D) E) F) G) H) I) J) K) L) M) N) _____

12. Jaké je vaše náboženské vyznání? Jste členem nějaké církve?

- a. Ano, katolické 449
- b. Ano, jiné křesťanské 915
- c. Ano, jiné 3
- d. Ne, jsem bez vyznání 40
- e. Jiná možnost 32

13. Jaký je Váš převažující ekonomický status? Jste (hlavně – dle vašeho názoru)

- a. Student/ka
- b. Na rodičovské dovolené
- c. Zaměstnanec/kyně nebo OSVČ
- d. Nezaměstnaný/á
- e. Pobírám invalidní důchod
- f. Pobírám starobní důchod

Ukončete a poděkujte

14. Vykonávali jste nějakou formální dobrovolnickou činnost před více než 12 měsíci?

- Ano
- Ne, nikdy (přejít na 16)

15. Mohl/a byste prosím ve stručnosti popsat svoji dobrovolnickou kariéru, tzn. kdy jste dobrovolničil/a, co jste dělal/a, kde a z jakého/jakých důvodu/ů jste dobrovolničení přerušil/a?

Věk	Dobrovolnická aktivita	Organizace	Důvod ukončení (pokud bylo ukončeno)
Q15A1	Q15A2	Q15A3	Q15A4
Q15B1	Q15B2	Q15B3	Q15B4
OPĚT STEJNÁ LOGIKA			

AKTIVITY

DŮVODY UKONČENÍ:

a) administrativa	a) Neměl/a jsem dostatek času $8+1+1=9$
b) organizování nebo pomoc při realizaci volnočas. aktivit	b) Byl/a jsem nespokojen/a dobrovolnickou zkušeností
c) získávání finančních zdrojů	c) Měl/a jsem zdravotní problémy $11+2=13$
d) lektorská činnost	d) Cítil/a jsem se již vyčerpaný/á $2+2=4$
e) poradenství (sociální, psychologické, právní...)	e) Nebyl/a jsem schopen/a dodržet dlouhodobější závazek
f) osobní asistence	f) Měl/a jsem problémy s docházením/dojížděním $1+1=2$
g) hasičská, záchranná činnost	g) Měl/a jsem složitou situaci v rodině/práci/škole $4+1=5$
h) aktivity spojené s ochranou životního prostředí	h) Měl/a jsme pocit, že o to nikdo nestojí
i) medializace, vztahy s veřejností	i) Odradily mě finanční náklady spojené s dobrovolnickou činností
VEPÍŠTE JINÉ	j) Odradily mě formality a pravidla, která se musela dodržovat
	k) Změna bydliště – stěhování $4+5=9$
	JINÉ VEPÍŠTE $13+1+1+1=15$

16. Z jakého důvodu jste dobrovolnickou činnost nikdy nevykonával/a? (můžete označit i více možností) - KARTA

A) B) C) D) E) F) G) H) I) J) K) L) M) N) _____ O)

17. Chtěli byste se v budoucnu o možnostech dobrovolnických aktivit ve městě dozvědět?

- Ano
- Ne (přejít na ot. č. 19)
- Nevím (přejít na ot. č. 19)

18. Jaké informace a jakým způsobem by bylo vhodné tyto informace šířit?

JAKÉ INFORMACE	ZPŮSOB ŠÍŘENÍ
Q18A1	Q18A2
Q18B1	Q18B2

TYPY INFORMACÍ

- Obecné informace o dobrovolnictví
 - Možnosti dobrovolnických aktivit
- VEPSAT JINÉ

ZPŮSOB ŠÍŘENÍ

- Skrze dobrovolnický portál města
 - Skrze městský tisk – např. radniční listy/olomoucké listy
 - Pořádáním veřejných přednášek/ setkání
 - Na kulturních akcích města
- VEPSAT JINÉ

19. Jaké je vaše náboženské vyznání? Jste členem nějaké církve?

- Ano, katolické
- Ano, jiné křesťanské
- Ano, jiné
- Ne, jsem bez vyznání
- Jiná možnost

20. Jaký je Váš převažující ekonomický status? Jste (hlavně – dle vašeho názoru)

- Student/ka
- Na rodičovské dovolené
- Zaměstnanec/kyně nebo OSVČ
- Nezaměstnaný/á
- Pobírám invalidní důchod
- Pobírám starobní důchod

Ukončete a poděkujte