

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Pedagogická fakulta

Ústav pedagogiky a sociálních studií

Radka Naglová

III. ročník – kombinované studium

Obor: pedagogika – sociální práce

**VOLNOČASOVÉ AKTIVITY UŽIVATELŮ
DOMOVA PAPERSEK OLŠANY**

Bakalářská práce

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Marcela Musilová, PhD.

OLOMOUC 2011

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně a použila jen odbornou literaturu uvedenou v seznamu literatury.

V Olomouci dne 18. 3. 2011

.....

Děkuji doc. PaedDr. Marcele Musilové, PhD. za cenné rady a informace, které mi poskytla při zpracování bakalářské práce.

Poděkování patří také ředitelce Domova Paprsek Olšany Jarmile Koubkové, která mi umožnila realizaci praktického výzkumu a také mé rodině za jejich podporu a trpělivost.

OBSAH

ÚVOD	6
I. TEORETICKÁ ČÁST.....	7
1 Mentální retardace	7
1.1 Příčiny mentální retardace.....	8
1.2 Klasifikace mentální retardace podle stupně postižení	11
1.2.1 Lehká mentální retardace, IQ 50-69 (F70)	12
1.2.2 Středně těžká mentální retardace, IQ 35-49 (F71)	13
1.2.3 Těžká mentální retardace, IQ 20-34 (F72)	14
1.2.4 Hluboká mentální retardace, IQ je nižší než 20 (F73).....	14
1.2.5 Jiná mentální retardace (F78)	15
1.2.6 Nespecifikovaná mentální retardace (F79).....	15
2 Psychologická charakteristika osob s mentální retardací	17
2.1 Charakteristika znaků osob s mentálním postižením	17
2.2 Psychologické zvláštnosti osob s mentálním postižením.....	18
3 Volný čas.....	22
3.1 Funkce a možnosti volného času.....	22
3.2 Nové trendy ve využívání volného času s osobami se zdravotním znevýhodněním	25
II. PRAKTICKÁ ČÁST	30
4 Domov Paprsek Olšany	30
4.1 Historie Domova Paprsek Olšany	31
4.2 Poslání Domova Paprsek Olšany	32
4.3 Cíle služby.....	33
4.4 Cílová skupina.....	34
4.5 Možnosti volnočasových aktivit Domova Paprsek Olšany.....	34
5 Organizační struktura Domova Paprsek Olšany	37
5.1 Organizační zajištění Domova Paprsek Olšany	37
5.2 Charakteristika jednotlivých výchovných skupin	39
5.2.1 I. a II. SKUPINA	39
5.2.2 III. SKUPINA	41
5.2.3 VI. SKUPINA, V. SKUPINA, IV. SKUPINA.....	42
5.2.4 VII. SKUPINA	43

6	Vliv volnočasových aktivit v životě uživatelů Domova Paprsek	44
6.1	Kazuistiky	45
6.2	Pozorování.....	53
6.3	Rozhovor	56
6.4	Shrnutí	60
	Závěr.....	63
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ	65

ÚVOD

V březnu 2001 jsem nastoupila na místo vychovatelky do zařízení Ústavu sociální péče pro mentálně postiženou mládež v Olšanech u Šumperka. Dnes se píše rok 2011 a já jsem v práci velmi spokojená a za své začátky vděčná kolektivu pracovníků, kteří mi pomáhali, a dali mi ten nejlepší základ, jaký se mi mohl dostat.

Nedávno se mi do rukou dostala kniha autorky Heleny Chvátalové „Jak se žije dětem s postižením“, kterou jsem přečetla takřka jedním dechem a zároveň mne inspirovala k tématu bakalářské práce. Kniha popisuje přednosti, ale i těžkosti výchovy dětí s postižením v rodině a také obavy před ústavní výchovou. Vážím si všech rodičů, kteří dokážou zodpovědně a s láskou pečovat o své děti s postižením, ale neodsuzují ani rodiče, kteří se rozhodnou svěřit své dítě do ústavního zařízení a i nadále si zodpovědně plní rodičovské povinnosti. Dnes procházíme reformou sociálních služeb a snad v největší míře si uvědomujeme, jak je důležité, jakým způsobem pracovníci v sociálních službách přistupují k uživatelům a s jakým nasazením ke své obtížné práci.

V bakalářské práci chci představit zařízení Domov Paprsek Olšany pro osoby s mentálním a kombinovaným postižením, kde 11 let pracuji jako vychovatelka a věnuji se pracovní činnosti v keramické dílně. Předstávím rozmanitost činností, které se pro uživatele plánují, jak zájmových, rekreačních, tak pracovních, ale také běžný život v tomto zařízení. Cílem práce je poukázat na význam těchto činností pro život uživatelů ústavních zařízení. S tématem bakalářské práce byla taktéž seznámena ředitelka zařízení, která mi dala svolení, k uvádění jména zařízení a jeho prezentaci v bakalářské práci.

V teoretické části se budu věnovat objasnění pojmů souvisejících s problematikou mentální retardace, volného času i terapeutických činností osob se zdravotním znevýhodněním.

V praktické části představím Domov Paprsek, historii, strukturu a organizaci zařízení, volnočasové aktivity a zájmové činnosti. Pomocí metod kazuistiky, pozorování, rozhovoru a analýzy dokumentů budu zjišťovat význam volnočasových aktivit v životě uživatelů Domova Paprsek Olšany.

I. TEORETICKÁ ČÁST

V této části bakalářské práce se věnuji mentální retardaci, jejími příčinami vzniku u jedince, klasifikací a popisem jednotlivých stupňů mentální retardace a charakteristickými znaky, které se u jedinců v jednotlivých stupních projevují. Dále se zaměřuji na problematiku volného času a možnosti využití různých terapií v životě osob s mentálním postižením.

1 MENTÁLNÍ RETARDACE

Vlastní termín mentální retardace pochází z latinského slova *mens*, 2. p. *mentis* = mysl a *retardace* = zdržet, zaostávat, opožd'ovat. Existuje mnoho definic mentální retardace, které jsou definovány z různých úhlů pohledu. Při klasifikaci se využívá více kritérií, například etiologie, klinických symptomů, vývojového období, schopnosti adaptace a socializace, inteligenčního kvocientu a dalších klasifikačních činitelů. Podle Věry Čadilové a kol., většinou sledují následující tři kritéria:

- Inteligenční kvocient (IQ) nižší než 70.
- Vážná omezení ve dvou a více oblastech adaptačních schopnostech potřebných v každodenním životě.
- Časové rozmezí (Stav trvá od dětství, je trvalý, i když v závislosti na etiologii je možné určité zlepšení, jehož hranice je dána závažností a příčinou postižení, vlivy prostředí, tj. výchovnými a terapeutickými vlivy.)¹

¹ ČADILOVÁ, V., JŮN, H., THOROVÁ, K. A KOL. *Agrese u lidí s mentální retardací a s autismem*. Praha: Portál, 2007. - 248 s. ISBN 978-80-7367-319-2

Jednou z definic mentální retardace je definice podle Švarcové. „*Za mentálně retardované (postižené) se považují takoví jedinci (děti, mládež i dospělí), u nichž dochází k zaostávání vývoje rozumových schopností, k odlišnému vývoji některých psychických vlastností a k poruchám v adaptačním chování.*“² U nás nejvíce používanou a citovanou definicí mentální retardace je definice od Dolejšího:

„*Mentální retardace je vývojová porucha integrace psychických funkcí různé hierarchie s variabilní ohraničeností a celkovou subnormální inteligencí, závislá na některých z těchto činitelů. Na nedostacích genetických vloh, na porušeném nasycování základních psychických potřeb dítěte vlivem deprivace sensorické, emoční a kulturní, na deficitním učení, na zvláštnostech vývoje motivace, zejména negativních zkušenostech individua po opakovaných stavech frustrace i stresu, na typologických zvláštnostech vývoje osobnosti.*“³

Miloš Sovák uvádí mentální retardaci pod pojmem slabomyslnost (oligofrenie - oligos = málo, fren = duše, rozum) jakožto omezení vývoje všech psychických funkcí, nejvíce však funkcí rozumových.⁴ Míra postižení jednotlivých funkcí je u každého jedince individuální. Lidé s mentálním postižením představují jednu z nejpočetnějších skupin ve specifické skupině lidí s postižením každé společnosti.⁵

1.1 Příčiny mentální retardace

„*K mentální retardaci může vést celá řada různých příčin, které se vzájemně podmiňují, prolínají a spolupůsobí. Ve výzkumu příčin vzniku mentální retardace vždy vystupovala dvě rozdílná hlediska. Hledisko akcentující dědičnost a více či méně podceňující vlivy prostředí a výchovy na vývoj člověka a hledisko zdůrazňující převážný vliv prostředí na utváření osobnosti člověka a jeho schopnosti, které nezohledňovalo vlivy genetické.*“⁶ Švarcová ve své knize uvádí příčiny mentální retardace, které mohou být jak endogenní (vnitřní), tak exogenní (vnější).

² ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 24 s. ISBN 80-7178-506-7

³ DOLEJŠÍ, M. *K otázkám psychologie mentální retardace*. Praha: Avicenum, 1978. - 38s. ISBN 978-80-7367-679-7

⁴ SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. Praha: SPN, 1980. - 123 s. 06-40-13/4

⁵ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

⁶ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. -51s .ISBN 80-7178-506-7

Za vnitřní příčiny můžeme považovat příčiny genetické. Vnější příčiny působí na dítě již od jeho početí. Nemusí být však bezprostřední příčinou poškození mozku nebo plodu, mohou však způsobit spuštění projevů zakódované patologie dědičnosti, nebo také částečně měnit její průběh. Exogenní faktory dále dělí podle období působení:

- Prenatální (od početí do narození)
- Perinatální (v průběhu porodu)
- Postnatální (působící po narození)

Jako **nejčastější příčiny** mentální retardace Švarcová uvádí:

Následky infekcí a intoxikací:

- Prenatální infekce (např. zarděnková embryopatie, kongenitální syfilis)
- Postnatální infekce (např. zánět mozku)
- Intoxikace (např. toxemie matky, otrava olovem)
- Kongenitální toxoplazmóza

Následky úrazů nebo fyzikálních vlivů:

- Mechanické poškození mozku při porodu (novorozenecká hypoxie)
- Postnatální poranění mozku nebo hypoxie

Poruchy výměny látek a růstu, výživy:

- Mozková lipoidóza
- Hypotyreóza
- Kretenismus
- Fenylketonurie
- Glykogenózy ad.

Makroskopické léze mozku:

- Novotvarem
- Degenerací
- Postnatální sklerózou

Nemoci a stavy, způsobené jinými nespecifickými prenatálními vlivy:

- Vrozený hydrocefalus
- Mikrocefalie
- Kraniostenóza ad.

Anomálie chromozomů

- Downův syndrom

Nezralost

Vážné duševní poruchy

Psychosociální deprivace

Jiné a nespecifické etiologie⁷

„Podle M. Sováka se vznik oligofrenie váže především na období před narozením (50-60%), takže se nedá vyloučit úloha dědičnosti. Také vývoj plodu může být poškozen různými vlivy jako například ozáření, rentgenem či rádiem, (atomovou energií - Hirošima) infekčním onemocněním matky, otravy (alkoholismus, nikotin, některé choroby ledvin atd.) poruchy ve výživě, popř. vnitřně sekretorické poruchy matky a úrazy. V porodním období, tj. porodním úrazem mozku vzniká asi jen 8% slabomyslností, v období poporodním asi 25-30% jako následky různých zánětů mozku, úrazů hlavy, vnitřně sekretorických poruch, vrozeně vadné látkové výměny atd.“⁸

⁷ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

⁸ SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. Praha: SPN, 1980. – 123s. 06-40-13/4

1.2 Klasifikace mentální retardace podle stupně postižení

V roce 1992 vstoupila v platnost 10. revize *Mezinárodní klasifikace nemocí*, která byla zpracovaná Světovou zdravotnickou organizací v Ženevě. Ta rozdělila klasifikaci mentální retardace do šesti základních kategorií:

- *Lehká mentální retardace, F70, IQ 50-69*
- *Středně těžká mentální retardace, F71, IQ 35-49*
- *Těžká mentální retardace, F 72, IQ 20-34*
- *Hluboká mentální retardace, F73, IQ nižší než 20*
- *Jiná mentální retardace, F78*
- *Nespecifikovaná mentální retardace, F 79⁹*

V této klasifikaci není uvedena kategorie „mírná mentální retardace“, která se u nás dříve uváděla a používala. Tato mírná mentální retardace nesouvisí s organickým poškozením mozku. Bývá zapříčiněna jinými faktory například genetickými, sociálními a jinými. Osoby, u kterých došlo k opoždění rozumového vývoje a k zaostávání ve vývoji z jiných příčin než je poškození mozku např. sociální zanedbanost, nepodnětné výchovné prostředí, smyslové vady apod. se nepovažují za mentálně postižené, proto se již do klasifikace mentální retardace neuvádí.¹⁰ Jednotlivé kategorie charakterizuje ve své knize „Mentální retardace“ Švarcová takto:

⁹ ÚSTAV ZDRAVOTNICKÝCH INFORMACÍ A STATISTIKY ČR, *MKN – 10*, díl. 3, Vyd.1. Praha: Grada Publishing, spol.s.r.o. 1999. ISBN 80-7169-787-7

¹⁰ LECHTA, V. *Základy inkluzivní pedagogiky* Vyd.1 Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-679-7

1.2.1 Lehká mentální retardace, IQ 50-69 (F70)

V komunikačních dovednostech jedinci dosahují většinou dobrých výsledků, řeč užívají účelně v každodenním životě, umí udržet konverzaci. Osvojení těchto dovedností, je však opožděné oproti vývoji zdravého jedince.

V osobní péči a v praktických domácích dovednostech dosahují takřka úplné nezávislosti. Jídlo, mytí, oblékání, hygienické návyky zvládají bez větších obtíží.

Časté obtíže se projevují ve vzdělávání, běžně se projevují specifické problémy se čtením a psaním, poruchy pozornosti. Některé obtíže lze docela dobře kompenzovat cíleně zaměřenými vzdělávacími postupy. Hlavní potíže se však objevují při zvládnutí teoretické práce ve škole. Výchova a vzdělávání je proto lépe zaměřit na rozvíjení dovedností a kompenzování nedostatků.

Osoby s lehkou mentální retardací lze zaměstnat prací, která však vyžaduje spíše praktické než teoretické schopnosti, včetně nekvalifikované nebo málo kvalifikované manuální práce.

V důsledku emočně sociální nezralosti dochází u jedince k obtížnému přizpůsobování se kulturním tradicím, normám a očekáváním, není schopen vyrovnat se s požadavky manželství nebo výchovy dětí. Nedokáže čelit realitě života a řešit problémy s tím spojené.

U osob s lehkou mentální retardací se mohou v individuální míře projevit i jiné přidružené stavy např. autismus, epilepsie, poruchy chování, tělesná postižení nebo další vývojové vady.¹¹

Tato diagnóza podle Švarcové také zahrnuje:

- Slabomyslnost
- Lehkou mentální abnormalitu
- Lehkou oligofrenii¹²

¹¹ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

¹² ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

1.2.2 Středně těžká mentální retardace, IQ 35-49 (F71)

U těchto osob je neuropsychický vývoj výrazně opožděn. Schopnost komunikace a chápání jsou omezené.

V osobní péči a praktických dovednostech se toto opoždění projevuje neschopností starat se sám o sebe a také podstatně nižší zručností.

Vzdělávání těchto jedinců je velmi problematické i při kvalifikovaném pedagogickém vedení dosahují pouze někteří maximálního možného rozvoje a tím je pouze osvojení základů čtení, psaní a počítání. V poslední době se začalo využívat při vzdělávání různých speciálně pedagogických programů s využitím alternativní komunikace, jež vedou k částečné kompenzaci komunikačních problémů. Tyto programy mohou také rozvíjet omezený potenciál a přispět k získání základních vědomostí a dovedností.

V dospělosti je možno dospělé osoby zapojit do pracovních činností obvykle jednodušší manuální prací, tu však musíme strukturovat a zároveň zajišťovat odborným dohledem. Jen zřídka je možný úplný samostatný život. Často jsou velké rozdíly mezi jednotlivými osobami této skupiny. Na jedné straně dosahují vyšší úrovně v dovednostech sensoricko - motorických, než v úkonech závislých na komunikačních dovednostech, zatímco druzí jsou značně neobratní, nicméně jsou o to více schopni sociální interakce a komunikace. Některé osoby se nenaučí nikdy verbálně komunikovat, často však rozumí jednoduchým verbálními instrukcím a následně se naučí používat gestikulace a dalších forem nonverbální komunikace k částečnému kompenzování své neschopnosti dorozumět se řečí.

Středně těžkou mentální retardaci často doprovází další pervazivní vývojové poruchy, dětský autismus, epilepsie či neurologická onemocnění a různá psychiatrická onemocnění, avšak vzhledem k omezené verbální schopnosti je diagnóza obtížná. Často velmi záleží na spolupráci lidí z rodiny a nejbližšího okolí.¹³

¹³ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

Tato diagnóza podle Švarcové také zahrnuje:

- Středně těžkou mentální abnormalitu
- Středně těžkou oligofrenii

1.2.3 Těžká mentální retardace, IQ 20-34 (F72)

Komunikační schopnosti jsou značně omezené, většinou jen neverbální komunikace, neartikulované výkřiky ojediněle jednoduchá slova. Veškeré dovednosti a schopnosti na podstatně horší úrovni než při střední mentální retardaci. Většina osob s těžkou mentální retardací trpí značným stupněm poruchy motoriky, somatickým postižením nebo jinými přidruženými vadami.¹⁴

„ Možnosti výchovy a vzdělávání jsou velmi obtížné a omezené, přesto speciálně rehabilitační, výchovná a vzdělávací péče může významným dílem přispět k rozvoji motoriky, rozumových schopností a komunikačních dovedností jednotlivců. V hlavní míře také k jejich samostatnosti celkovému zlepšení kvality jejich života.“¹⁵

Tato diagnóza podle Švarcové také zahrnuje:

- Těžkou mentální abnormalitu
- Těžkou oligofrenii

1.2.4 Hluboká mentální retardace, IQ je nižší než 20 (F73)

Intelligenční kvocient je u tohoto stupně mentální retardace jen obtížně měřitelný, předpokládá se ale, že nepřevyšuje 20. Porozumění a používání verbální komunikace je omezené, můžeme mluvit jen o vyhovění velmi jednoduchým požadavků.

¹⁴ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

¹⁵ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. - 29s. ISBN 80-7178-506-7

U tohoto stupně je velmi omezena hybnost, osoby jsou často imobilní, často s nejtěžšími formami pervazivních vývojových poruch, zvláště atypický autismus.

Osoby s hlubokou mentální retardací jsou obtížně vzdělavatelní a vychovatelní, často se hledají způsoby, jak tyto osoby adekvátně rozvíjet a stimulovat různými formami. Příkladem je bazální stimulace. Přes veškerou snahu můžeme dosáhnout jen nejzákladnějších jednoduchých zrakově prostorových orientačních dovedností a osoba s postižením se může při vhodném působení a podpoře podílet malým dílem na domácích a praktických úkonech v osobní péči.¹⁶

Tato diagnóza podle Švarcové také zahrnuje:

- Hlubokou mentální subnormalitu
- Hlubokou oligofrenii

1.2.5 Jiná mentální retardace (F78)

Tento stupeň mentální retardace stanovujeme v případě, kdy nemůžeme v důsledku přidruženého sensorického nebo somatického postižení stanovit stupeň intelektu pomocí obvyklých metod. Většinou se to týká osob s těžkými poruchami chování, osob s autismem či u těžce tělesně postižených osob.¹⁷

1.2.6 Nespecifikovaná mentální retardace (F79)

Tento stupeň mentální retardace stanovujeme v případech, kdy se nám podaří prokázat mentální retardaci, ale pro další nedostatek znaků nelze přesně určit, o který stupeň mentálního postižení jde.¹⁸

¹⁶ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

¹⁷ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

¹⁸ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

Tato diagnóza podle Švarcové také zahrnuje:

- Mentální retardaci NS
- Mentální subnormalitu NS
- Oligofrenii NS¹⁹

¹⁹ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*: Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

2 PSYCHOLOGICKÁ CHARAKTERISTIKA OSOB S MENTÁLNÍ RETARDACÍ

Psychika osob s mentální retardací v sobě skrývá mnoho dosud neodhalených možností v oblasti specifických vloh, kreativity, intuice, empatie. Je nutné se jimi zabývat a podporovat je. Rozvíjet poznání specifických zvláštností psychiky mentálně retardovaných, které sice závažně omezují kognitivní procesy, ale na druhé straně jim umožňují často bohatý emocionální život.²⁰

2.1 Charakteristika znaků osob s mentálním postižením

„ Člověk s mentálním postižením je svébytný subjekt s charakteristickými osobnostními rysy“²¹. U této skupiny lidí můžeme však nacházet některé shodné znaky, které jsou závislé na druhu mentální retardace, na rozsahu a míře postižení jednotlivých složek psychiky, na nerovnoměrnosti duševního vývoje.

Podle Švarcové se mentální retardace klinicky projevuje zejména:

- *Zpomalenou chápavostí, jednoduchostí a konkrétností úsudků.*
- *Sníženou schopností až neschopností komparace a vyvozování logických vztahů.*
- *Sníženou mechanickou a zejména logickou paměť.*
- *Těkavostí pozornosti.*
- *Nedostatečnou slovní zásobou a neobratností ve vyjadřování.*
- *Poruchami vizuomotoriky a pohybové koordinace.*
- *Impulzivností, hyperaktivitou nebo celkovou zpomaleností chování.*
- *Citovou vzrušivostí.*
- *Sugestibilitou a rigiditou chování.*
- *Nedostatky v osobní identifikaci a ve vývoji „já“.*

²⁰ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

²¹ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 33s. ISBN 80-7178-506-7

- *Opožděným psychosexuálním vývojem.*
- *Nerovnováhou aspirací a výkonů.*
- *Zvýšenou potřebou uspokojení a bezpečí.*
- *Poruchami v interpersonálních skupinových vztazích a v komunikaci.*
- *Sníženou přizpůsobivostí k sociálním požadavkům a některými dalšími charakteristickými znaky.²²*

2.2 Psychologické zvláštnosti osob s mentálním postižením

„ *Klasik vývojové psychologie L.S. Vygotskij dokázal již ve třicátých letech tohoto století, že duševní vývoj mentálně postižených dětí při veškeré svéráznosti probíhá podle týchž základních zákonitostí jako vývoj normálního dítěte.*“²³
 Poškození neuropsychického vývoje, však sebou přináší celou řadu zvláštností v jednotlivých složkách jejich osobnosti. Ve svém díle „ Mentální retardace “ je uvádí Švarcová takto:

Počítky a vjemy - získává o předmětech a jejich vlastnostech, které bezprostředně působí na jeho analyzátor. Analyzátor se skládá ze tří částí:

- Periferního receptoru (oka, ucha, kůže apod.)
- Vodivého nervu
- Centra v mozkové kůře

To, jak dítě vnímá, závisí na kvalitě těchto spojů, které se v tu chvíli vytváří v mozkové kůře. Další zvláštností ve vnímání dítěte je tzv. povšechné poznání předmětů. Dítě neprojevuje snahu předměty zkoumat a dále si je prohlížet, spokojuje se s povrchním poznáním. Důležité pro vývoj dítěte je sluchové vnímání, které bezprostředně souvisí s rozvojem řeči. U dětí s mentálním postižením dochází vlivem poruchám v oblasti sluchového analyzátoru k opožděnému utváření řeči, a tím k opoždění psychického vývoje.

²² ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 33s. ISBN 80-7178-506-7

²³ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 35s. ISBN 80-7178-506-7

Nedokonalost počitků a vjemů je u těchto dětí nejdůležitějším faktorem, který brzdí a zpomalují rozvoj vyšších psychických procesů, zejména myšlení. Bohatost podmětneho prostředí a dostatek životních zkušeností rozšiřuje okruh jejich poznání a představ zlepšuje je tak kvalitu jejich vjemů a počitků. Naopak chudost podnětů brzdí rozvoj vnímání.²⁴ „*Smyslové vnímání a analýza vnímaného je vstupní branou duševní činnosti. Při smyslových poruchách, zvláště při poruchách sluchových, je přístup k rozumové oblasti deformován nebo dokonce blokován. Pak se stává, že při smyslových vadách, zejména takových, které nebyly včas rozpoznány, narušuje se nebo blokuje rozvoj rozumové oblasti.*“²⁵

Řeč - „*U dětí s mentálním postižením se sluchové rozlišování, vyslovování slov a vět vytváří značně později. Řeč je chudá a nesprávná. Základní příčiny, které podmínily tento stav řeči, jsou slabost spojovací funkce kůry, pomalé vytváření diferenciačních podmíněných spojů u všech analyzátorů, někdy převážně u jednoho z nich. Dítě proto dlouho nerozlišuje zvuky řeči lidí, kteří je obklopují, dlouho si neosvojuje nová slova a slovní spojení. Díky nízké úrovni rozvoje řeči můžeme pozorovat nízkou úroveň myšlení.*“²⁶

Myšlení - „*Mentálně retardované dítě má velmi omezenou schopnost abstrakce a zobecňování a patrně pouze u dětí s lehkou mentální retardací se myšlení může dostat za hranice konkrétnosti. Dítě spíše vzpomíná, než přemýšlí, jeho myšlení se omezuje na konkrétní situační souvislosti mezi předměty a jevy, je chudé a neproduktivní.*“²⁷ Švarcová dále uvádí, že první abstrakcí, kterou je dítě většinou schopno, je abstrakce barev, i když ani zde nemůžeme tvrdit, že by se zcela oprostilo od konkrétnosti. Při rozlišování barev často uvádí konkrétní srovnání (např. bílá jako sníh, modrá jako nebe). Další abstrakcí bývá počet, zpočátku rozlišuje dítě „hodně“, „málo“ a teprve později začíná diferencovat. Při myšlení používá obecné pojmy, dítě s mentálním postižením spíše vzpomíná, než přemýšlí, myšlení se omezuje spíše jen na konkrétní situační souvislosti mezi předměty a jevy. Charakteristickým rysem

²⁴ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

²⁵ SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. Praha: SPN, 1980. – 130s. 06-40-13/4

²⁶ RUBIŠTEJNOVÁ, S. *Psychologie mentálně zaostalého žáka*. Praha: -131s. SPJ 1976

²⁷ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 39s. ISBN 80-7178-506-7

myšlení je nesoustavnost, ovlivňují ji poruchy pozornosti, náhodné chyby, někdy jen zdánlivá a bezdůvodná ztráta myšlenkové souvislosti.²⁸ „Poruchy jsou ve formě citové tuposti provázeny nezájmem a poruchy ve formě citové podrážděnosti se vyznačují nesoustředěností a nepozorností. Obojí navzájem i nesoustředěnost, jsou na překážku rozvoji rozumových schopností.“²⁹

Pozornost - „Bezděčná i úmyslná je nedostatečně vyvinuta, zaměřuje se ponejvíc na pudové potřeby, popř. na životní situace. Převládá netlumené napodobování. Navozená pozornost je velmi labilní a krátkodobá (pro sníženou schopnost koncentrace).“³⁰

Paměť - „Paměť bývá převážně mechanická.“³¹ „Charakteristikou paměti dětí s mentálním postižením je, že pomalé tempo osvojování všeho nového a nestálost uchování spojená s nepřesností vybavování, což se někdy označuje jako „zapomnětlivost.“³² Příčinu můžeme hledat převážně ve vlastnostech nervových procesů. „Slabost spojovací funkce mozkové kůry podmiňuje malý rozsah a pomalé tempo vytváření nových podmíněných spojů a také jejich nepevnost).“³³

Emoce - Podle Švarcové se většinou projevuje emoční nevypěstlost. V emoční oblasti jsou city nedostatečně diferencovány, bývají často neadekvátní podnětům, převažuje nedostatečné řízení citů intelektem.³⁴ Podle Dolejšího jsou emoce narušeny vlivem poruchy integrace jednotlivých složek osobnosti. Typická bývá netlumená intenzita emočních reakcí, v nových situacích a při úkolech, kdy osoby s mentálním postižením často prožívají úzkost, frustraci či stres. Tyto pocity pak často řeší agresí. U mentálně retardovaného však vlivem malého pochopení, nízkého porozumění pro situaci a poměry může mnohem snadněji dojít k velkým rozdílům mezi sebehodnocením na straně jedné a hodnocením jeho osoby okolím na straně druhé. Dochází pak snadno k velkému zklamání, pocitů neúspěchu,

²⁸ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

²⁹ SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. Praha: SPN, 1980. – 130s. 06-40-13/4

³⁰ SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. Praha: SPN, 1980. – 124s. 06-40-13/4

³¹ SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. Praha: SPN, 1980. – 124s. 06-40-13/4

³² ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 41s. ISBN 80-7178-506-7

³³ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 41s. ISBN 80-7178-506-7

³⁴ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

ztrátě sebedůvěry atd.³⁵ „*Emoce mají v životě dětí s mentálním postižením mimořádný význam a patří k nejvýznamnějším motivačním činitelům jejich vývoje.*“³⁶

Vůle - „*Volní stránka je ovlivňována spíše afekty než rozumem. Převládá sugestibilita (tj. nekritické přijímání podnětů k projevům chování a jednání).*“³⁷ Švarcová v knize uvádí, že děti s mentálním postižením, jsou často nesamostatné, mají nedostatek iniciativy, nejsou schopni řídit vlastní jednání a překonávat překážky, to vše můžeme shrnout jako typické příznaky nedostatku vůle (abulie). Slabá vůle se neprojevuje vždy a ve všem. Často se můžeme setkat s tvrdohlavým prosazováním i nerozumných požadavků s vynaložením značného úsilí. Na jedné straně vystupuje do popředí sugestibilita, nekritické přijímání rad a pokynů od okolních lidí, na druhé straně tytéž osoby mohou být vůči jiným požadavkům zcela imunní.³⁸

³⁵ DOLEJŠÍ, M. *K otázkám psychologie mentální retardace*. Praha: Avicenum, 1978. - 90s. ISBN 978-80-7367-679-7

³⁶ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. – 44s. ISBN 80-7178-506-7

³⁷ SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. Praha: SPN, 1980. – 124s. 06-40-13/4

³⁸ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

3 VOLNÝ ČAS

„Volný čas má krásný zvuk. Vyvolává většinou velmi příjemné představy. Modrý hluboký prostor, bílá křídla ptáků, svoboda pohybu, poklid.“

J. Pávková

3.1 Funkce a možnosti volného času

Volný čas je důležitý jak pro děti, mládež, tak i pro dospělé a samozřejmě i seniory. Hofbauer uvádí jako charakteristiku volného času „*Činnosti, do níž člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí, a která mu přináší příjemné zážitky a uspokojení.*“³⁹ „*Volný čas je doba, která nám zbývá po splnění povinností. Je to oblast naší svobodné volby. Zahrnuje činnosti, které vykonáváme dobrovolně, rádi, přinášejí nám radost a uspokojení.*“⁴⁰

Jako hlavní funkce volného času uvádí Hofbauer:

- *Odpočinek (regenerace pracovní síly)*
- *Zábava (regenerace duševních sil)*
- *Rozvoj osobnosti (spoluúčast na vytváření kultury)*

„Funkce a možnosti volného času komplexně vymezil německý pedagog volného času Horst W. Opaschowski (nar. 1941), který za základní považuje:

- *Rekreaci (zotavení a uvolnění)*
- *Kompenzaci (odstraňování zklamání a frustrací)*
- *Výchovu a další vzdělávání (učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení)*
- *Kontemplaci (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba)*
- *Komunikace (sociální kontakty a partnerství)*
- *Participace (podílení se, účast na vývoji ve společnosti)*

³⁹ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volná čas*. Praha: Portál, 2004. – 13s. ISBN 80-7178-927-5

⁴⁰ PÁVKOVÁ, J. HÁJEK, B. HOFBAUER, B. *Pedagogika volného času*. Vyd.1. Praha: Portál, 1999. - 31s. ISBN 80-7178-295-5

- *Integraci (stabilizaci života rodiny a vrůstání do společenských organismů)*
- *Akulturaci (kulturní rozvoj sebe samých, tvořivé vyjádření prostřednictvím umění, sportu, technických a dalších činností)*⁴¹

„Pod pojem volný čas se běžně zahrnují odpočinek, rekreace, zábava, zájmové činnosti, dobrovolné vzdělávání, dobrovolná společensky prospěšná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené. Z hlediska dětí a mládeže nepatří do volného času vyučování a činnosti s ním související, sebeobsluha, základní péče o zevnějšek a osobní věci, povinnosti spojené s provozem rodiny, domácnosti, výchovného zařízení i další uložené vzdělávání a další časové ztráty. Součástí volného času nejsou ani činnosti zabezpečující biologickou existenci člověka (jídlo, spánek, hygiena, zdravotní péče). Ale i z těchto činností si někdy lidé vytvoří svého koníčka, což je zřejmé například ve vztahu k přípravě (i konzumaci) jídla.“⁴² Volný čas má svůj velký význam již od dětství, vždyť dítě má v průměru více než 50 hodin volného času týdně. To jakým způsobem jej tráví, se odráží v kvalitě jeho života. Účastí ve volnočasových aktivitách může dítě mnoho získat.

Volnočasové aktivity nám nabízejí:

- Pocit, že dosáhneme určitého výkonu
- Mnohostranné možnosti zlepšit ovládání těla
- Posílení sebevědomí
- Možnosti srovnání s vrstevníky
- Příležitost k objevení nadání
- Příležitost k navázání nových přátelství

„Možnosti seberealizace vznikají dnes především tím, že se dítěti a mladému člověku nabízí dobrovolné rozhodování a tím i větší míra svobody. Volný čas je však také prostorem úskalí a nebezpečí umožňující, nebo dokonce sám vyvolávající nicnedělání, životní nudu.“⁴³ Hofbauer poukazuje na přínos volného času,

⁴¹ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volná čas*. Praha: Portál, 2004. – 14s. ISBN 80-7178-927-5

⁴² PÁVKOVÁ, J. HÁJEK, B. HOFBAUER, B. *Pedagogika volného času*. Vyd.1. Praha: Portál, 1999. - 15s. ISBN 80-7178-295-5

⁴³ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volná čas*. Praha: Portál, 2004. – 12s. ISBN 80-7178-927-5

který představuje na jedné straně příležitost pro osobnostní a sociální rozvoj dětí a mládeže, nicméně na druhé straně přiznává i nemalá rizika.

„Aktivity a instituce volného času se dnes uplatňují ve všech prostředích života a výchovy dětí a mládeže: v rodině a činnosti školy mimo vyučování, ve specifických institucích a sdruženích, v obci a mediích jako dalších prostředích každodenního života. Rodina by měla vytvářet pro dítě a mladého člověka takové prostředí, ve kterém by mu poskytovala dostatek času pro volnočasové aktivity, aby je spolu s ním plánovala a prožívala a snažila se o finanční zajištění zejména individuálního vybavení a placených služeb. Způsoby realizace volného času v našich rodinách se však v závislosti na jejím sociálním statusu, životním stylu i vztahu k volnočasovým potřebám dítěte od sebe značně odlišují.“⁴⁴

Za problematiku dnešní doby můžeme považovat vztah, který si děti a mladí lidé vytvářejí k volnému času. Jak jsou častá vyjádření „nemám dost volného času“, a jak často je slyšíme z úst dospělých i dětí. S moderní dobou se zároveň prohlubuje společenská nerovnost. Chudoba, netolerance, rasismus, xenofobie, nezaměstnanost to vše způsobuje sociální vyloučení, a tím pádem také znemožnění využívat volný čas. Volný čas je však také časem, který někteří jeho potenciální účastníci na základě svého rozhodnutí nechtějí. Důsledkem je workoholismus jako nový druh závislosti, jež narušuje přirozený běh života, potlačuje volný čas, oslabuje sociální vztahy a deformuje hodnotovou orientaci člověka.⁴⁵

V současnosti aktivity volného času stále častěji překračují hranice tradičního vymezení výchovy a vzdělávání dětí a mládeže a vstupují do dalších oblastí jejich života. Významná je v tomto směru zvláště sféra zdravotní a sociální, kde jde o děti a mladé lidi trpící různými formami znevýhodnění. Aktivity a zařízení volného času vycházejí i zde ze svých zásad (dobrovolnost účasti, různorodost obsahového působení, demokratický přístup pro každého, spoluúčast). Svoje působení však přizpůsobují podmínkám, zejména stavu a možnostem účastníků aktivit a terapeutickým postupů. Zvláštní místo v jejich působení proto nachází relaxace a emociální vyžití, kompenzace tělesných nebo psychických nedostatků a zejména

⁴⁴ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volná čas*. Praha: Portál, 2004. – 55 - 61s. ISBN 80-7178 -927-5

⁴⁵ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volná čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5

zvyšování důvěry ve vlastní síly, které napomáhá ke zdravotní a sociální rehabilitaci a k návratu do normálního života.⁴⁶

3.2 Nové trendy ve využívání volného času s osobami se zdravotním znevýhodněním

V současnosti dochází k významným změnám v přístupu využívání volného času a k práci s osobami se zdravotním znevýhodněním. Jde především o různé druhy terapií.

„Terapeutické přístupy lze obecně vymezit jako takové způsoby odborného a cíleného jednání člověka, jež směřují od odstranění či zmírnění nežádoucích potíží nebo odstranění jejich příčin, k jisté prospěšné změně (např. v prožívání, chování, fyzickém výkonu). Tomu odpovídá rovněž etymologie termínu terapie, jehož řecko-latinský původ odkazuje na léčení, ošetřování, ale také na starání se, pomáhání, cvičení.

Terapeutické přístupy aplikují terapeuti (profesionálové, kteří prošli patřičným vzděláváním-hlavně formou výcviku a mají osobnostní předpoklady) v rámci jednotlivých terapií. Přitom mohou vycházet z nejrůznějších zdrojů a využívat nejrůznějších prostředků, metod, technik, a forem práce.

Pro veškeré využívané terapie vždy platí, že:

- *Probíhají v určitém prostředí a v určitém čase (např. v denním či týdenním stacionáři, v léčebné komunitě, v ambulanci, v pravidelných intervalech, dlouhodobě či krátkodobě)*
- *Mají určitou organizační formu (např. individuální, skupinovou, rodinnou, párovou atp.)*
- *Odpovídají určité orientaci terapeuta (jeho terapeutický přístup i metody práce by měly mít předem zvolenou koncepci)*

⁴⁶ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volná čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5

• *Závisí na věku, příčinách potíží a symptomech klienta) např. zdali jde o děti či dospělé, zdali bude nasazena léčba kauzální, jež odstraňuje příčiny, nebo symptomatická, jež odstraňuje či zmírňuje doprovodné nevhodné projevy atp.)*

• *Mohou být prvotně zaměřené na somatické, nebo na psychické změny u klienta (terapeut může vycházet například z báze fyzioterapeutické, psychoterapeutické atp.)*

• *Bývají zacíleny léčivě, ale také preventivně a rehabilitačně (to znamená, že může být dosahováno nejen prospěšné změny, ale současně i zmenšováno riziko vzniku a rozvoje dalších potíží a napomáháno v úpravě směrem k původnímu stavu.*⁴⁷

Ergoterapie - „ je zdravotnická disciplína, která nabízí aktivní pomoc lidem každého věku, s fyzickým, psychickým či intelektovým postižením, omezující jejich funkční kapacitu a samostatnost. Jako terapeutický prostředek využívá specifické diagnostické a léčebné metody a postupy, které pomáhají k obnově postižených funkcí. Cílem ergoterapie je dosažení maximální možné soběstačnosti a nezávislosti (aktivní začlenění do společnosti) a zvýšení kvality života.“⁴⁸

„ Formy aktivit jako léčebných prostředků:“

- *Primární – každodenní běžné činnosti (péče o tělo, ošacení, doprava...)*
- *Pracovní – placená práce, studium.*
- *Herní – koníčky, kulturní aktivity.*
- *Rekreační – společenské události, cvičení.*⁴⁹

Canisterapie - „ je jednou z nejznámějších a již dávno ve světě uznávanou terapií. Jde o jednu z forem zooterapie, která se snaží o využití zvířat k různým formám terapeutického kontaktu s člověkem. Canisterapií v užším pojetí rozumíme využití psa v podpůrném alternativní terapii. Pes pomáhá v navození vzájemného

⁴⁷ MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. -13s. ISBN 80-244-1075-3

⁴⁸ DOČKAL, V. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. -253s. ISBN 80-244-1075-3

⁴⁹ DOČKAL, V. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. - 256s. ISBN 80-244-1075-3

kontaktem mezi klientem a terapeutem, k celkovému rozvoji, aktivizaci a stimulaci klienta. Pozitivní účinky canisterapie tedy můžeme pozorovat jak u kontaktu psa s klienty zdravotně postiženými nebo jinak znevýhodněnými, tak u klientů intaktních. Přispívá k rehabilitaci, edukaci i reedukaci a nachází již své místo i v řadě našich zařízení.“⁵⁰

Hipoterapie - „ je jednou z významných prožitkových terapií. Kůň, který je při terapii používán, není domácí mazlíček, proto celkový přístup a metodika musí být podrobně rozpracovány a její přínos je jiný. Zvíře je schopné vyvolat v člověku silné emoce, Člověk, který je chce vyjádřit, může začít spontánně komunikovat a dělit se o ně s ostatními. Prostřednictvím zvířete se snadněji navozuje terapeutický vztah s uzavřenými klienty. Snadněji se naučí vyjadřovat emoce, radost, těšit se na přítomnost zvířete, podobně.

Rozeznáváme tři základní okruhy hipoterapie:

- Hiporehabilitace
- Léčebné pedagogicko-psychologické ježdění (LPPJ)
- Sport handicapovaných a rekreační ježdění“⁵¹

Muzikoterapie - „Znamená léčení nebo pomoc člověku hudbou. Muzikoterapii je možné realizovat u klientů všech věkových kategorií a různého kulturního zázemí, např. u klientů postižených, nemocných, narušených, ohrožených i intaktních.“⁵² Muzikoterapie je tedy terapeutický přístup, který využívá jak působení hudby (receptivní, pasivní muzikoterapie), tak i proces při vytváření hudby a zvuků (aktivní muzikoterapie). Muzikoterapie jako jedna z uměleckých terapií působí na člověka celostně; využívá hudby, ticha, rytmu, zvuků, tónu, zpěvu, často v návaznosti na pohyb či výtvarnou tvorbu. Léčebnou metodou je jak vytváření

⁵⁰ VRBOVÁ, J. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. - 288s. ISBN 80-244-1075-3

⁵¹ DUDKOVÁ, I. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. - 279s. ISBN 80-244-1075-3

⁵² KANTOR, J. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. - 172s. ISBN 80-244-1075-3

nebo podílení se na hudbě, tak i její poslouchání, vnímání či jiné kreativní zpracování.⁵³

Arteterapie - „V širším smyslu znamená léčbu uměním včetně hudby, poezie, prózy, divadla, tance a výtvarného umění.“⁵⁴ „Arteterapie je v odborné literatuře vymezena jako druh psychoterapie. Setkáváme se s ní ve výchovném procesu, v sociální práci a klinické praxi. Arteterapeuti pracují často ve skupinách a využívají výtvarných umění jako prostředek ke komunikaci mezi klientem a klienty. Arteterapeut umožní klientovi sebevyjádření k jeho psychotraumatizujícím zážitkům pomocí výtvarné tvorby. Chápeme je v této souvislosti jako relaxační činnost, nebo jako prostředek k rozvoji vnímání, popřípadě k sebeuzdravování.“⁵⁵

V arteterapii se nejedná o výsledek, kterým by bylo dokonalé, konečné dílo, ale o samotný proces tvorby, který pozitivním způsobem ovlivňuje především emociální život a sebepojetí klienta. Arteterapie je vhodná metoda zejména u těch klientů, kteří se nesnadno slovně vyjadřují. Většinou se jedná o lidi trpící psychózou, dospívající a děti, starší lidi a mentálně postižené. Arteterapie je vhodná také pro klienty, kteří občas nepřiměřeně silně emocionálně reagují na různé životní události, které by většinu ostatních lidí z míry nevyvedly. Pro tyto emocionálně labilní je možnost výtvarného vyjádření bezrizikovou příležitostí k odvedení a zpracování emocí, které by v jiném prostředí mohl klient vyjádřit jiným, pro okolní lidi nezcela přijatelným a společensky uznávaným způsobem. Arteterapie disponuje jedinečnými možnostmi, které mohou ulehčit nebo uvolnit sebereflexi. Materiály používané v arteterapii jsou velmi rozmanité a umožňují klientům vyjádřit své pocity a odhalit své nitro.⁵⁶

⁵³ KANTOR, J. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. ISBN 80-244-1075-3

⁵⁴ ŠICKOVÁ, J. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. – 47s. ISBN 80-244-1075-3

⁵⁵ DOSTÁLOVÁ, Š., PIPEKOVÁ, J. VÍTKOVÁ, M. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. Brno: Paido, 2001.- 105s. ISBN 80-7315-010-7

⁵⁶ DOSTÁLOVÁ, Š. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc:UP Olomouc, 2005. ISBN 80-244-1075-3

Dramaterapie - „Je léčebně-výchovná (terapeuticko-formativní) disciplína, v níž převažují skupinové aktivity využívající ve skupinové dynamice divadelních a dramatických prostředků k dosažení stavu symptomatické úlevy, ke zmírnění důsledků psychických poruch i sociálních problémů a k dosažení personálně sociálního růstu a integrace osobnosti.“⁵⁷Základním prostředkem dramaterapie je improvizace. Je to proto, že improvizace lépe odráží vnitřní stav klienta, jeho konflikty, volné asociace než strukturovaná hra. Dramaterapie je skupinová aktivita, která neřeší problémy a potíže jedince, pracuje se znaky a metaforami, spíše hledá alternativní postoje a modely chování. Pracuje s divadelními prostředky. Terapeutické postupy jsou velmi volné, terapeut je spíše facilitátorem dění.“⁵⁸

Snoezelen - Je zvláštní nabídkou k využití volného času pro osoby s nejtěžším postižením, kteří jen málo využívají jiné aktivity a nemohou chodit ani do školy ani do „práce“, a většinu času tráví na pokoji, kde jsou ubytováni.⁵⁹ Do klasické koncepce SNOZELEN jsou koncipovány následující myšlenky: „nic nemuset, všechno smět, vše je dovoleno“. Při této metodě je důležité upravit prostředí tak, aby navozovalo stav uvolnění a současně redukovalo jiné zbytečné podněty. V prostředí se musí osoba cítit bezpečně a příjemně, s možností pocítit nevšední zážitky a uvědomění si různých smyslových podnětů. Klidná hudba a tlumené světlo přispívají k vytvoření působivé atmosféry. Součástí bývají také různé aparatury pro zprostředkování různých vůní a pachů.

Toto jsou pouze některé z mnoha dalších terapií, které se využívají s osobami se zdravotním znevýhodněním. Uvedla jsem jen ty nejznámější.

⁵⁷ VALENTA, M. MULLER, O. *Terapie ve speciální pedagogice*. Olomouc: UP Olomouc, 2005. - 101s. ISBN 80-244-1075-3

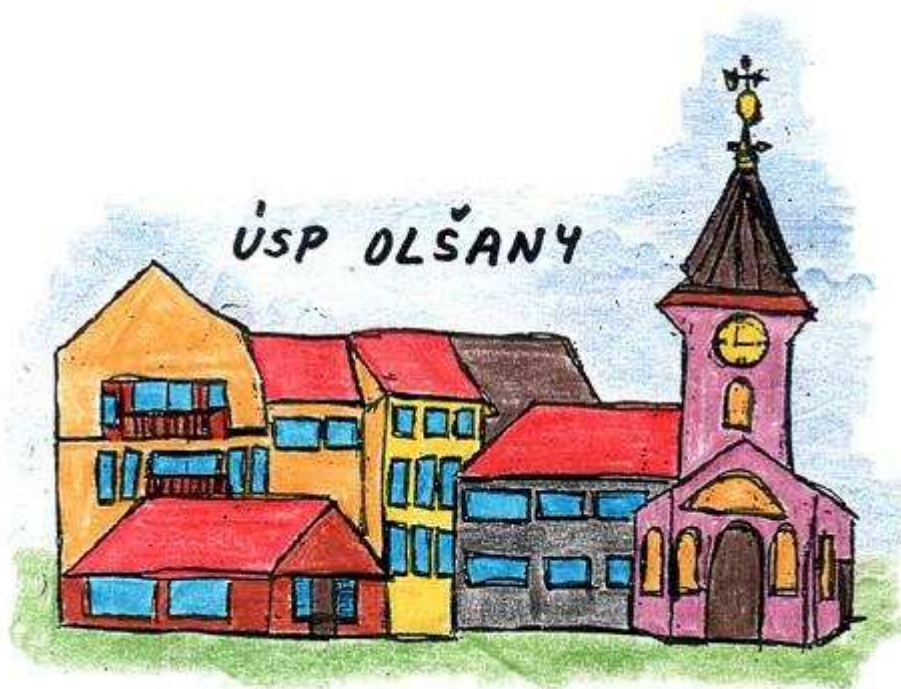
⁵⁸ VALENTA, M. PIPEKOVÁ, J. VÍTKOVÁ, M. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-010-7

⁵⁹ ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-506-7

II. PRAKTICKÁ ČÁST

V praktické části představím zařízení Domov Paprsek Olšany, který poskytuje pobytové služby osobám s mentálním a kombinovaným postižením. Budu se věnovat zejména využitím volného času uživateli tohoto zařízení. Nabídkou volnočasových aktivit a zájmových činností. Spokojeností uživatelů s touto nabídkou, tím jak oni tyto činnosti vnímají i vlivem na jejich způsob života v zařízení.

4 DOMOV PAPERSEK OLŠANY



Libor Židek, 2007

Hlavním předmětem činnosti Domova Paprsek je zajišťování komplexních služeb sociální péče osobám s mentálním a kombinovaným postižením. Ústavní péče

spočívá v poskytování pomoci směřující k zajištění psychické a fyzické soběstačnosti osob, provozování a zprostředkování podpůrných služeb především v oblasti komunikace, bydlení, sociální přizpůsobivosti, vzdělávání, sebekontroly, péče o zdraví a bezpečnost, využití volného času. Při domově je zřízena třída pomocné školy, která je odloučeným pracovištěm Speciální školy v Mohelnici.

4.1 Historie Domova Paprsek Olšany

Domov Paprsek se nachází v obci Olšany u Šumperka, od kterého je vzdálen asi 15km. Budova tohoto zařízení těsně přiléhá ke kapli, se kterou je spojena a společně s ní také sdílí i svou historii.

Základní kámen k Olšanské kapli byl položen slavnostně dne 11. 11. 1925. Stavební práce byly dokončeny v létě roku 1928. Se stavbou charitativního ústavu bylo započato v roce 1929. Stavba trvala dva roky. Byla dotovaná povětšinou z milodarů, vnitřní vybavení ústavu rovněž financovali dobrovolní dárci. Olšanská kaple i ústav byly postaveny z iniciativy a přičinění pana P. Jindřicha Valoucha, který na stavbu vynaložil veškeré své celoživotní úspory. Právem jej proto můžeme považovat za zakladatele tohoto zařízení a jistě si zaslouží krátké připomenutí.

P. Jindřich Valouch se narodil dne 18. 10. 1864 v Olšanech, studoval na českém gymnáziu v Olomouci, v Rychnově n/Kněžnou a v Kroměříži. Po absolvování bohoslovecké fakulty v Olomouci byl roku 1890 vysvěcen na kněze. Působil jako kooperátor v Moravici u Rýmařova, jako kaplan ve Chvalkovicích. Administrátorem se stává v Bochoři a v Hoštýně. Dlouhá léta působil jako kanovník, katecheta a arcibiskupský rada na Vsetíně. Svoje poslední léta žil v Olšanech u Šumperka, kde také dne 5. 3. 1955 ve věku 91 let zemřel a to v budově nynějšího ústavu.

Počátkem října 1930 je zřízen v nově postavené budově sirotčinec pro 10-15 dětí. Do sirotčince byly přijímány sociálně slabé děti a sirotci. O ty se staraly dvě řeholní sestry, proemonstrátky Sv. Norberta, které byly povolány do sirotčince z Kopečka u Olomouce. Kapacitně však zařízení nevyhovovalo požadavkům, a proto bylo v roce 1937 započato s přístavbou nového traktu. Stavba byla

financována opět z milodarů. Přístavba byla dokončena v roce 1938. Počet dětí se po dokončení přístavby zvýšil na 20.

V období let 1939 - 49 byl sirotčinec zrušen. Nejprve zde byly byty pro německé rodiny, které se sem nově přistěhovaly, později bylo zařízení přeměněno na prázdninovou ozdravovnu. Na krátký čas zde byly umístěny dívky s narušenou pověstí.

V roce 1949 pak byl znovu ustanoven azylový ústav pro oligofrenní chlapce. Následující rok převzala ústav a budovy do své správy ČK Charita a umístila zde 30 chlapců ve věku 4-10 let.

Dne 1. ledna 1960 převzal ústav i ostatní budovy do své správy Okresní národní výbor, odbor sociálního zabezpečení v Šumperku. Kapacita v té době byly 31 chlapců, o které se staralo celkem 8 zaměstnanců. Postupně se zařízení rekonstruovalo a procházelo menšími změnami a úměrně s tím se i zvyšovala kapacita zařízení až do dnešní současnosti.

4.2 Poslání Domova Paprsek

„ V domovech pro osoby se zdravotním postižením se poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. “⁶⁰

Domov Paprsek Olšany je rezidenčním zařízením s celoročním pobytem v obci Olšany v regionu okresu Šumperk. Kapacita domova je 65 osob. Poskytovatel je příspěvkovou organizací, která je zřízena Olomouckým krajem. Základním posláním je poskytovat osobám s mentálním postižením podporu, kterou potřebují k naplňování svých životních potřeb a k dosažení maximální samostatnosti.

⁶⁰ §48 zákona č.108/2006 Sb., O sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů. ÚZ číslo 776, Sociální zabezpečení.

4.3 Cíle služby

- Zajistit osobám materiální zabezpečení a umožňovat uspokojování jejich základních životních potřeb seberealizace v dalších oblastech lidského života.
- Snažit se jejich život přibližovat životu jejich vrstevníků.
- Zachovat a rozvíjet důstojný život osob využívajících služeb tohoto domova.
- Umožnit osobám dosáhnout co největší samostatnosti a co nejmenší závislosti na poskytované službě.
- Umožnit osobám zapojit se do pracovních činností, vstup na trh práce.
- Nabízet dostatek aktivit v oblasti vzdělávání, sportovního kulturního a společenského vyžití pomocí pestré nabídky volnočasových aktivit, které ještě dále rozšiřujeme.
- Umožnit osobám využívat místní instituce poskytující veřejné služby.
- Umožnit osobám být součástí přirozeného místního společenství a zabránit tak jejich vyloučení ze společnosti.
- Dodržovat rovnoprávnost ve vztahu osoba využívající služby a zaměstnanec.
- Vedení individuálních plánů pro všechny osoby.
- Ověřování a zdokonalování systému individuálního plánování.
- Umožnit osobám vytváření domácího prostředí.
- Vytváření dlouhodobých cílů pro zlepšení kvality ubytování a poskytování služeb a to zejména postupným snížením ubytovací kapacity a vybudováním chráněného bydlení.

4.4 Cílová skupina

Cílovou skupinou jsou osoby s mentálním postižením případně s přidruženými a kombinovanými vadami, jejichž situace vyžaduje nepřetržitou pomoc a péči jiné fyzické osoby. Věková struktura cílové skupiny jsou chlapci a muži ve věku 3-64 let. Poskytovat sociální služby v Domově Paprsek nelze osobám s tímto postižením či onemocněním.

- Zdravotní stav osoby vyžaduje poskytnutí ústavní péče ve zdravotnickém zařízení, včetně psychiatrické ústavní péče.
- Osobám s psychiatrickým onemocněním.
- Osoba není schopna pobytu v zařízení z důvodu akutní infekční nemoci.
- Osobám závislým na alkoholu a dalších omamných látkách.
- Chování osoby by z důvodu duševní poruchy závažným způsobem narušovalo kolektivní soužití.

Základním limitem cílové skupiny osob tohoto zařízení je, zda jsou schopni dané osobě služby poskytovat opravdu kvalitně, což v jejich pojetí znamená, že kvalita poskytovaných služeb vychází z podmínek tohoto zařízení a z možnosti dané osoby. S osobami se vede jednání a jednotlivým osobám, či jejich rodinným příslušníkům je učiněna nabídka služeb a tito se rozhodují, zda nabízené služby jsou pro danou osobu vhodné a přijatelné.

4.5 Možnosti volnočasových aktivit Domova Paprsek Olšany

Společensko-kulturní aktivity:

- Společné oslavy narozenin
- Pravidelné společenské hry „Člověk člověku“ a „Patříme k vám“ v Zábřehu na Moravě

- Táboračky, makrelová odpoledne, podzimní slavnost „Drakiáda“
- Letní slavnosti, Kácení máje, Mikulášská a Vánoční besídka s účastí studentů zdravotní školy ze Šumperka
- Diskotéky v Domově Paprsek Olšany a v Zábřehu na Moravě
- Účast na divadelních představeních a návštěva kina v Olšanech, Šumperku, v Domově Paprsek Olšany
- Návštěvy velikonočních výstav v základní škole v Olšanech a Zábřehu, ÚSP Jeseníku
- Přátelské akce týmu „Leonardo VBC“ Olomouc
- Spolupráce s turistickým klubem Šumperk, společné túry do blízkého okolí Domova Paprsek
- Přátelství a vzájemné návštěvy s ženami z ÚSP Šebetov (taneční odpoledne, společné výlety)
- Společensko-kulturní akce spojené s vystoupením tanečního kroužku uživatelů Domova Paprsek
- Pravidelná účast na akci sdružení „Otevřených srdcí“ (plesy, kulturní akce, sportovní akce)
- Zahraniční rekreace
- Tuzemská rekreace

Pracovně- terapeutické činnosti:

- Canisterapie
- Muzikoterapeutické techniky
- Relaxační techniky
- Pohybová terapie
- Pracovní činnosti v keramické dílně (práce s keramickou hlínou a pedikem), s možností vypalování zhotovených výrobků ve vlastní keramické peci
- Výtvarné techniky a práce s různými materiály
- Pomocné pracovní činnosti v kuchyni, na zahradě a při úklidu v Domově Paprsek

- Nácvik sebeobslužných činností
- Nácvik dovedností každodenního života (vaření, praní prádla, starostlivost o osobní věci, využívání a orientace ve veřejných službách)
- Nácvik pracovních dovedností na zahradě (skleník, záhonky)
- Dřevěný srub a udírna s možností přátelského posezení a opékání
- Nabídka zájmových činností

Sportovně - odpočinkové, rekreační aktivity:

- Turnaje ve stolním tenise, mini fotbalu, petangu,
- Návštěvy bowlingu v Hanušovicích
- Sportovní soutěže v Šumperku, Zábřehu, Litovli, Němčicích na Hané, Vikýřovicích
- Sportovní vyžití v rámci areálu Domova Paprsek Olšany (tělocvična s různými druhy posilovacích strojů, netangové hřiště, fotbalové hřiště, venkovní pingpongový stůl, venkovní bazén
- Vycházky spojené s tělovýchovnou, přírodovědnou, společenskovední či esteticko-výchovnou zájmovou činností
- Činnosti hudebně -pohybové (hry se zpěvem či hudbou, cvičení při hudbě)

5 ORGANIZAČNÍ STRUKTURA DOMOVA PAPERSEK OLŠANY

Ve struktuře Domova Paprsek Olšany budu popisovat vnitřní uspořádání domova, jeho organizační zajištění, rozdělení uživatelů do jednotlivých skupin a základní nabídku činnosti jednotlivých výchovných skupin.

5.1 Organizační zajištění Domova Paprsek

Počet uživatelů Domova Paprsek je 65. Věkové složení je od 15 – 64 let. Uživatelé jsou ubytováni na ložnicích v počtu 2, 3, 4 a více lůžkových pokojích. Tyto pokoje jsou vybaveny skříněmi pro uložení osobního prádla, nočními stolky a políčkami na osobní věci, dále televizorem, na stěnách jsou obrazy. Budova je dvoupatrová. Na každém patře je možnost kuchyňky pro uživatele, kde si mohou v libovolném čase uvařit jednoduché nápoje jako je káva, čaj, nebo instantní polévka.

Typ ložnice	Počet v zařízení:
2 lůžkové	3
3 lůžkové	8
4 lůžkové	4
Více lůžkové (5,6)	3

V domově se nachází ložnice uživatelů, denní místnosti, jídelna, tělocvična, keramická dílna, dvě kuchyňky pro uživatele, ošetřovna.

Uživatelé jsou rozděleni do 7 skupin. Skupiny uživatelů byly sestavovány pokud možno tak, aby vyhovovaly především potřebám uživatelů. Při sestavování se uplatňovalo hledisko stupně mentálního postižení, ale také vzájemná tolerance a přizpůsobivost uživatelů navzájem mezi sebou. Z tohoto důvodu se do složení

těchto skupin zasahuje co nejméně. Každá změna se velmi dlouho a promyšleně plánuje. Uživatelé jsou na sebe zvyklí a vytvořili si ve skupinách své komunity, kde jsou jistá pravidla a stereotypy, které jim s ohledem na jejich postižení vytváří pocit jistoty a bezpečí. K těmto skupinám jsou přiděleni vždy dva pracovníci, kteří se střídají v ranních a odpoledních směnách. Pracovníci u těchto skupin mimo ranních a odpoledních služeb slouží také noční směny a dvanáctihodinové směny o víkendu, takže u skupin se vystřídají všichni pracovníci zařízení. Toto střídání umožňuje pestrost činností nabízených uživatelům a také možnost klíčovými pracovníkům věnovat se plnění individuálních cílů uživatelů.

V zařízení pracuje 48 zaměstnanců, z toho:

Pracovní pozice:	Počet
Vychovatelé	4
Ošetřovatelé	2
Všeobecné sestry	8
Sociální pracovníce	2
Pracovníci v sociálních službách	13

Uživatelé služeb jsou rozděleni do 7 výchovných skupin:

Výchovná skupina:	Počet uživatelů:
I. Výchovná skupina	8
II. Výchovná skupina	8
III. Výchovná skupina	11
IV. Výchovná skupina	9
V. Výchovná skupina	8
VI. Výchovná skupina	9
VII. Výchovná skupina	12

5.2 Charakteristika jednotlivých výchovných skupin

Jednotlivé skupiny charakterizují z hlediska složení uživatelů s různou mírou mentální retardace a také z hlediska nabízených zájmových a volnočasových aktivit.

5.2.1 I. a II. SKUPINA

Tuto skupinu tvoří 16 uživatelů s lehkým a středním mentálním postižením. V první skupině je osm uživatelů, kteří zvládli metodiku samostatného pohybu a volně se pohybují mimo zařízení Domov Paprsek. Často pomáhají s drobnými pomocnými pracemi obyvatelům v obci. Dodržují dohodnuté pravidlo o nahlašování odchodů a příchodů do zařízení. Další osm uživatelů, se k tomuto kroku připravují. S touto skupinou pracujeme převážně s cílem dosáhnout co nejnižší závislosti na poskytovaných službách, s co největší zapojení do společnosti a do normálního života. Dlouhodobým cílem je umístění těchto uživatelů do chráněného bydlení, a tak jim umožnit kvalitnější život. Během dopoledních hodin se zapojují uživatelé do pracovních činností, které nadále rozvíjí jejich dovednosti, střídavě tedy dochází do plánovaných služeb do kuchyně, prádelny, během letní sezóny pomáhají s údržbou zahrady a areálu zařízení. Učí se starat o své osobní věci, prát v pračce. V zájmovém kroužku vaření se učí přípravě jednoduchých jídel. V rámci činností ve skupině se učí ovládat běžné kuchyňské spotřebiče jako je varná konvice, mikrovlnná trouba.

To samé platí pro elektroniku, ovládání televizoru, DVD přehrávače, radiomagnetofonu, hifi soupravy, které jsou k dispozici v denní místnosti skupiny. Výchovná práce spočívá v trénování základu trivie, znalosti hodnoty peněz a rozeznávání jednotlivých bankovek, dále se snažíme uživatele vést k všeobecnému přehledu a praktickým znalostem nutným pro následný život v chráněném bydlení. Vedeme je k samostatnosti, odpovědnosti za své činy a rozhodnutí a aktivnímu životu. Učíme je různým způsobům chování v situacích, které je mohou potkat v běžném životě. Samozřejmě, že odpočinek a relaxace po vykonaných pracovních činnostech je velmi důležitá. Nabídka volnočasových aktivit je poměrně pestrá.

Patří sem výtvarné činnosti, práce v keramické dílně, práce s pedikem, sportovní využití v rámci domova a účast na sportovních soutěžích, taneční kroužek a účast na jeho vystoupeních i mimo zařízení, návštěva boulingu v Hanušovicích, výlety, rekreace, exkurze, kino, divadlo, návštěvy výstav našem regionu, ale také soukromí jejich pokojů, které jsou velmi pěkně a účelně vybaveny.

Pokoje těchto uživatelů jsou srovnatelné s pokoji jejich vrstevníků v běžném životě. Jejich samozřejmou součástí jsou televizory, radia, DVD přehrávače. Uživatelé zde mají možnost spoluvytvářet svůj pokoj, rozhodují se o barvách malby, výzdobě pokoje, pěstují pokojové květiny, jeden uživatel se stará o dvě akvária s rybičkami, stěny si zdobí rodinnými fotografiemi. Pokud se mění zařízení pokoje, mají možnost uživatelé vybrat si z nabídky barev a materiálů. Často při rekonstrukcích pokojů spolupracují a sami se tak podílí na jeho spoluvytváření. O to více si jej pak cení a snaží jej udržovat v pořádku a čistotě. Tito uživatelé také samostatně využívají následných služeb, které se nabízí v blízkém okolí Domova Paprsek. Například obchody, holičství, služby v obci Ruda nad Moravou, pošta, cvičiště psů v Rudě, veterinární ambulance v Rudě, obecní úřad.

V zařízení se nachází dva psi, o které se starají dva uživatelé této skupiny. Spolu s nimi zde žije ještě šest koček, o které se stará také uživatel této skupiny. V péči je personál podporuje a uživatelé si sami zajišťují pravidelné očkování, prohlídky u veterináře, kupují jim granule a zajišťují pravidelnou stravu. Se psy chodili na pravidelnou výchovu na cvičiště do Rudy. Oba uživatelé jsou ze strany své rodiny bez zájmu a tento vztah ke zvířatům jim v mnohém pomáhá tuto situaci překlenout. I tak, dle jejich sdělení, je jejich tajné přání, alespoň jednou poznat své rodiče a říci jim čeho všeho se jim v životě podařilo dosáhnout.

Uživatelé této skupiny jsou dle mého názoru nejbliže na cestě k osamostatnění, pravidelně se účastní porad s pracovníky a podílí se tak na životě domova. Z jejich denní místnosti se prochází do keramické dílny. Mnoho uživatelů se zájmem vytváří výrobky z keramické hlíny, které se vypalují přímo v zařízení. Tyto výrobky a spousta dalších, které se vytváří i u dalších skupin z různých materiálů, se pak prodávají na výstavkách. Často se vyrábí i drobné upomínkové předměty pro bývalé zaměstnance, k příležitosti jejich narozenin nebo dárky pro rodiče na besídky a podobně. Uživatelům to nahrazuje práci za výdělek, neboť jim

to přináší uspokojení a mají radost ze smysluplné práce. To samé jim přináší práce s pedikem, která také probíhá v keramické dílně. Při prodejních výstavkách sledují své výrobky a mají velkou radost, pokud je o ně zájem, a prodávají se.

5.2.2 III. SKUPINA

Je to skupina nejaktivnějších uživatelů zařízení. Věkový průměr se pohybuje kolem 20 let, postižení mentální retardace je stěží až lehčí stupeň. Tuto skupinu tvoří 11 uživatelů, kteří komunikují verbálně a nejsou pohybově omezeni. Dopoledne uživatelé pomáhají při různých pracovních činnostech, jako je mytí nádobí v myčce v rámci služeb v kuchyni, úklidové práce v budově i v okolním areálu, pomoc při údržbě areálu a zařízení v domově. Dále se výchovnou činností pracovníci snaží rozvíjet znalosti trivia a všeobecného přehledu, praktické nácviky dovedností, sociální chování a rozvíjení dovedností v péči o vlastní osobu. Odpoledne probíhají pohybové aktivity, posezení v areálu, opékání u chatky, procházky a nácviky individuálních cílů, jako například samostatnost při nakupování či využívání dostupných služeb, nebo samostatný pohyb v okolí Domova Paprsek. Uživatelé si velmi oblíbili zájmové činnosti, které jsou jim pracovníky nabízeny a to taneční kroužek, který se prezentuje vystoupením i mimo zařízení, práci s výtvarným materiálem různého druhu, práci v keramické dílně a také kroužek nácviku vaření jednoduchých jídel. Často si řídí činnosti dne dle svých přání a potřeb, aktivně se účastní jedenkrát za měsíc společných porad s pracovníky, kde řeší své podněty a připomínky a také se vyjadřují k plánovaným akcím. Těchto porad se využívá také k seznámení uživatelů s jejich právy a povinnostmi, možnostmi stížností, bezpečného chování v zařízení či dodržování pravidel domova Paprsek. Uživatelé se aktivně podílí na plánování výletů a různých akcí, vybírají si ty, které se pro ně zajímavé a společně se podílí také na řešení aktuálních problémů ve skupinách.

5.2.3 VI. SKUPINA, V. SKUPINA, IV. SKUPINA

VI. Skupinu tvoří 9 uživatelů se středně těžkou až těžkou mentální retardací. Denní místnost se nachází na 1. patře, které je společné také pro V. a IV. Skupinu. Uživatelé těchto skupin si k sobě vytvořili toleranci a velmi dobré vztahy. Během dne se tyto skupiny často prolínají a uživatelé mají de facto možnost výběru, kde budou trávit denní činnosti. Také výzdoba chodby je společným dílem uživatelů těchto skupin. Společně využívají také společenskou místnost, kde jsou k dispozici Televizor, Hifi souprava, DVD přehrávač.

V. Skupina je tvořena uživateli s těžkou mentální retardací, pouze dva uživatelé používají verbální komunikaci, ostatní uživatelé se dorozumívají neverbálně. Všichni uživatelé potřebují pomoc druhé osoby v sebeobsluze a v úkonech spojených s péčí a svou osobu. Práce v této skupině je velmi náročná. Denní činnosti se často odvíjí od možností uživatelů, osvědčili se prvky muzikoterapie, VV činnosti, pohybové aktivity samozřejmě přiměřené schopnostem uživatelů.

IV. Skupina zde je umístěno 9 uživatelů se středně těžkou až těžkou mentální retardací. I zde je několik uživatelů, kteří se dorozumívají neverbálně. Denní činnosti se řídí ve všech skupinách denním režimem, volnočasové aktivity jsou přizpůsobeny schopnostem uživatelů. V těchto třech skupinách jsou vedeni uživatelé ke snížení závislosti na poskytovaných službách, k zlepšení v sebeobslužných činnostech a k větší samostatnosti. Jejich individuální cíle tomu odpovídají. Některým uživatelům se podařilo zvládnout jednoduché pracovní úkony, jako je například skládání plen, vytírání podlahy, příprava a úklid jídelny, úklid pomůcek v herně, pomoc při chystání svačinky na skupinách. Do těchto činností jsou aktivně zapojováni. Mezi činnosti, které rozvíjí dovednosti uživatelů, patří například výtvarné techniky, pracovní činnosti, práce s různými materiály, sociální učení, poslech hudby a nácvik oblíbených písní, základní praktické dovednosti v péči o vlastní osobu. Nácvik těchto činností se provádí převážně v dopoledních hodinách, dle zkušeností pracovníků jsou uživatelé aktivnější a lépe vnímají podněty, v odpoledních hodinách je na uživatelích již znát únava a proto se sem směřují spíše odpočinkové činnosti, procházky, pobyty v zahradě areálu, koupání v bazéně, v zimě

sáňkování a bobování, poslech hudby sledování televize, různé hry. Není to však pravidlem, vše se řídí od potřeb a schopností a přání uživatelů.

5.2.4 VII. SKUPINA

Je to specifická skupina uživatelů, kteří jsou méně pohybliví. Tuto skupinu tvoří 11 uživatelů ve věkovém rozmezí 15 – 38 roků. K oddělení přináležejí dvě ložnice, denní místnost, pokoj sester, sklad prádla, WC a koupelna.

Ložnice jsou vybaveny polohovacími lůžky, nočními stolky, vhodným nábytkem, stolem, židlemi, křesly. Na stěnách jsou obrazy a výzdoba vytvořená uživateli domova. Okna jsou zdobena kratšími záclonami. Vše připomíná tradiční ložnici a navozuje příjemnou atmosféru.

Denní místnost je vybavená dřevěným nábytkem, křesly, kobercem, na oknech jsou záclony a na stěnách všudypřítomná výzdoba. K dispozici je televizor, hifi souprava, DVD přehrávač. Z této místnosti se vchází do skladu prádla a také na chodbu. Celé oddělení je v klidné části zařízení a je odděleno vlastním vstupem.

Uživatelé této skupiny jsou postiženi těžkou mentální retardací a tomu také odpovídá nabídka volnočasových aktivit. Na oddělení bohužel nepracuje odborný terapeut, který by se mohl věnovat terapiím jako je snoezelen nebo bazální stimulace, přesto se pracovníci snaží k těmto metodám velice přiblížit. Častá komunikace s uživateli, hudba, zpěv, poslech oblíbených melodí a písní, prohlížení časopisů, hry se speciálními hračkami, polohování rehabilitační a relaxační cviky to vše vyplňují jejich dopolední a odpolední čas.

K tomu se dodržuje režim den, který stanovuje pravidelné podávání stravy, péči o hygienu, podávání léků, ordinaci lékaře. Odpoledne uživatelé za pomoci personálu vyjíždí v kočárech na zahradu, kde sledují okolní dění. Často se také vyjíždí s kočáry do obce Olšany. Tyto procházky jsou u uživatelů zvláště oblíbené. V nabídce jsou také kulturní a společenské akce pořádané v zařízení.

6 VLIV VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT V ŽIVOTĚ UŽIVATELŮ DOMOVA PAPERSEK

Cíl výzkumu

Hlavním cílem výzkumu je zjistit, jaký vliv na uživatele Domova Paprsek Olšany má aktivní využití volného času. Zda tento vliv může být považován za pozitivní a přínosný, případně v jakém směru by mohlo dojít k dalšímu zlepšení. Získané informace se mohou stát podkladem pro nalézání nových a vyhovujících řešení při poskytování kvalitní sociální služby.

Výzkumné otázky

1. Jaký vliv na výběr zájmových a volnočasových aktivit má zájem a také zdravotní znevýhodnění uživatele?
2. Jaká je role pracovníka při výběru volnočasových aktivit?
3. Jaký vliv má realizace volnočasových a zájmových aktivit na rozvoj osobnosti uživatele?

Metoda výzkumu

Základ šetření poskytne kazuistická studie. Pro vlastní výzkum použiji metodu kvalitativní – osobní rozhovor se třemi uživateli Domova Paprsek. V souvislosti s ústním dotazováním uplatním také přímé pozorování. Šetření doplním obsahovou analýzou dokumentace o uživateli, a to studiem zdravotní dokumentace, sociálních spisů, psychologických vyšetření a individuálních plánů uživatelů.

Dlouhodobě a cíleně jsem sledovala chování a probíhající aktivitu cílové skupiny ve zkoumaném prostředí, s cílem zachytit, zda vliv volnočasových aktivit, jejich samostatný výběr i nabídka mají určitý vliv na jejich sebevědomí, přístup k rozhodování o svém volném čase a plnění jejich přání. Pomocí kazuistické studie se pokusím objasnit druh a míru postižení vybraného jedince, jeho schopnosti a sociální dovednosti.

Rozhovor volím nestrukturovaný, s cílem umožnit uživatelům volnost jejich odpovědí. Vybraní uživatelé budou dotazováni tak, aby rozhovor směřoval k zmapování oblíbených volnočasových činností, spokojenosti s nabídkou, současnou reálnou situací a schopností samostatného rozhodování o výběru jednotlivých činností a aktivit. Mojí snahou bude zachytit, do jaké míry oni sami chápou možnosti využití volného času. Otázky jsem volila jednoduché, lehce pochopitelné vzhledem k jejich postižení a se záměrem zjistit vliv volnočasových aktivit na jejich život v Domově Paprsek.

6.1 Kazuistiky

Kazuistika č. 1

Jméno: Boris (Pro zachování anonymity uživatele je jméno pozměněno.)

Věk: 54 roků

Rodinná anamnéza:

Rodiče oba ročník 1920, měli celkem 14 dětí. Otec povoláním lesní dělník, matka v domácnosti. Otec pobíral invalidní důchod, trpěl silnou srdeční chorobou. Děti vyrůstaly ve velmi skromných poměrech. Rodina žila v rodinném domku na samotě. Dle znalce je v rodině zátěž ve smyslu sníženého intelektu.

Osobní anamnéza:

Boris je dítě z desáté gravidity, PH 3000g, pochází ze 14 sourozenců, z nichž jeden zahynul v dolech a jeden se otrávil. Po duševní stránce není v pořádku také jeho sestra Ludmila, která má jednu nohu kratší a vychodila zvláštní školu.

Od dvou měsíců byl Boris umístěn v kojeneckém ústavu, následně pak přechází do Dětského domova ve Dvorcích. V šesti letech se vrací do domácí péče. Začíná navštěvovat zvláštní školu, kde však učivo nezvládá. Navíc se v této době začíná projevovat zvýšenou agresivitou, napadá sourozence a je nebezpečný svému okolí. Je diagnostikován jako mentálně retardovaný a v roce 1966 trvale

osvobozen od školní docházky. Současně byl navržen na zařazení do ústavu sociální péče. Na vlastní žádost rodičů byl v roce 1968 umístěn do Ústavu sociální péče Olšany.

Diagnóza: Ologofrenie v pásmu imbecility

Sociální anamnéza:

Boris je od svých 11 let umístěn v ústavu sociální péče Olšany (dnes Domov Paprsek Olšany). Zde si osvojil základy trivia, sebeobsluhy a hygienických návyků. Velmi dobře se adaptoval na prostředí zařízení, osvojil si jednoduché pracovní dovednosti. Z manuálních činností má nejraději vyšívání, kterému se každodenně již řadu let věnuje. V roce 1978 byl soudem zbaven způsobilosti k právním úkonům a byl mu stanoven opatrovník. Usnesením Okresního soudu v Šumperku ze dne 12. 9. 2006 byl Borisovi ustanoven opatrovník Obec Olšany. V roce 2009 byl domovem podán podnět na změnu způsobilosti k právním úkonům. Rozsudkem soudu bylo pak jeho zbavení způsobilosti změřeno na omezení způsobilosti k právním úkonům a to tak, že může nakládat samostatně s částkou do výše 500,-Kč měsíčně. Boris je komunikativní, řeč je srozumitelná. Rád se zúčastňuje výletů a rekreací, domů nejezdí, rodiče o něj nejeví zájem, v sebeobsluze je samostatný. Je schopen samostatného pohybu mimo areál domova a samostatně se umí pohybovat v jeho blízkém okolí. Umí si sám nakoupit věci běžné osobní potřeby a zájmu, peníze si však nespočítá je odkázán na dobrou vůli prodavače.

Současná charakteristika:

Boris je nejstarším uživatelem zařízení. Je ochotný, snaží se být slušný. Je spíše uzavřené povahy, toužící mít nějaké kamarády. Má sklony k sentimentalitě a sebelítosti, na druhou stranu je ale také trochu domýšlivý. Neumí zvládnout nepříjemnosti, hádky nebo jakýkoliv problém. Často vybuchuje a propadá v hysterie, s výčitkami a výhružkami svého zabití. Zřejmě proto si také nenašel bližší vztah k žádnému jinému uživateli.

Sebeobsluhu zvládá velmi dobře. Při stolování jí čistě, používá příbor. V loňském roce si stanovil jako osobní cíl praní prádla v pračce, což také splnil. Dnes si své osobní prádlo pere sám. Potřebné věci si kupuje ze svého kapesného.

Boris bydlí na čtyřlůžkovém pokoji. Vlastní klíč od pokoje. Společně s ostatními uživateli se snáší dobře. Problémem je jen jeho nepořádnost. Často schovává staré jídlo do skříní s ošacením s domněním, že má uklizeno. Proto je nutná motivace k pořádku a čistotě.

Orientace v čase je dobrá, zná hodiny. Orientace v budově je výborná, také se samostatně pohybuje v blízkém okolí. Komunikace je velmi dobrá. Boris má velkou slovní zásobu. Rád chodí nakupovat, vyřizovat poštu nebo jen tak pro něco zaskočit do obce. Veškeré dění v ústavu osobně registruje. Rád vítá návštěvy, při různých akcí zařízení se snaží podílet na organizaci a je užitečným pomocníkem. Částečně zvládnul základy trivia. Umí základní početní operace sčítání a odečítání malých čísel. Psacím písmem píše pomaleji ale pečlivě. Velmi se u toho snaží. Umí číst. Rád sleduje staré filmy. Má rád vážnou hudbu a operní zpěv.

Jeho velkým koníčkem a také každodenní činností je vyšívání. Jeho vyšívání je velmi pečlivé. V zařízení vyšívají pouze dva uživatelé, což trochu vede Borise k povýšenosti. Druhého uživatele ve vyšívání sám vede, radí mu jaké barvy používat na určité výšivky. Jeho výšivky často vystavovány v rámci výstav zařízení. Je to také Borisovo přání, aby jeho práce byly ukázány veřejnosti. Pochvala za ně je jeho další motivací a hlavně pocitem uspokojení.

V poslední době začíná Boris vyhledávat větší klid a samotu. Našel si v zařízení nerušené místo, kde si vytvořil „svou oázu klidu“. V místnosti vedle tělocvičny, která je bokem každodenního dění, si vyšívá a poslouchá rádio. Zdá se, že je o něco klidnější a není tak výbušný, jako v dřívějších dobách. Jeho přání a zájmy jsou zde již uvedeny. Mezi další patří například cestování, rád jezdí na rekreace a výlety. Je také velký mlsoun, často si přeje koupit ve městě (to proto, že ve zdejších obchodě není velký výběr) čokolády nebo jiné sladkosti. Má rád květiny a zahradu. Spíše se však soustředí na svůj pokoj, kde pěstuje různé druhy pokojových rostlin.

Kazuistika č. 2

Jméno: Jiří (Pro zachování anonymity uživatele je jméno pozměněno.)

Věk: 36 roků

Rodinná anamnéza:

Otec neuveden, matka sociopatická osobnost, potátorka, opakovaně ve vězení pro příživnictví a zanedbání péče o děti.

Osobní anamnéza:

Jiří je nemanželské dítě, šestá gravidita, porod předčasný koncem pánevním, PH 1000g. Po porodu asfyktický, atonický, přežívá díky intenzivní péči. Od půl roku přeložen do kojeneckého ústavu v Krnově. Diagnostikováno poškození mozku. Seděl v šestnácti měsících, chodil ve dvou letech, měsíc rehabilitoval v Českém Těšíně. V PL Branky od 30. listopadu 1977, odtud byl v roce 1979 přeložen do Ústavu sociální péče v Olšanech, kde žije dodnes. Pro své postižení byl zbaven povinné školní docházky. V ústavu se naučil základním schopnostem sebeobsluhy, rád vykonává pracovní činnosti. Podepíše se, ale s chybou, kterou nepozná, umí pomalu psát jednotlivá písmena abecedy, či složit z nich jednotlivé slovo. Dokáže zvolna přečíst předložený text, hlubší porozumění textu však schází. Počítá v rámci první desítky. Poznává mince a bankovky, ale schází mu znalosti o cenách u většiny spotřebních věcí. Dokáže zavolat mobilem do ústavu nebo známé na číslo uložené v mobilu. Umí se samostatně pohybovat mimo zařízení domova, sám ale nikam necestuje. V zařízení si velmi oblíbil výtvarné činnosti, kde projevuje obdivuhodnou trpělivost. Také jeho výtvarná díla jsou velmi zdařilá a jsou jimi vyzdobené vnitřní prostory domova.

Diagnóza: Oligofrenie v pásmu střední imbecility u perinatálně postiženého dítěte.

Sociální anamnéza:

Jiří žije od narození v zařízeních ústavní péče, zde si osvojil základy trivie, sebeobsluhy a hygienických návyků. Velmi dobře se adaptoval na toto prostředí, je klidné a přátelské povahy. Rád pomáhá s různými pomocnými pracemi v rámci

domova Paprsek Olšany. Umí zacházet s benzínovou sekačkou, rád pracuje s náradím.

V zařízení je mu umožněno chovat psa, o kterého se pravidelně stará, a zajišťuje mu také odbornou veterinární pomoc. Sám si na obci umí zaplatit známku na rok, za chování psa.

V osmnácti letech mu byl přiznán invalidní důchod. V roce 1994 byl rozsudkem Okresního soudu v Šumperku zbaven způsobilosti k právním úkonům. Opatrovníkem mu byla soudem ustanovena Obec Olšany.

Současná charakteristika:

Jiří patří mezi samostatnější uživatele, je přátelský ochotný, jakmile překoná první ostych je velmi společenský. Na venek působní vyrovnaně, nerad dává najevo své emoce a city. Má svou pravdu, která se mu jen těžce vyvrací. Neumí přijímat kritiku, za své chyby často obviňuje druhé. Má rád přírodu a zvířata a jejich potřeby nadřazuje nad potřeby lidí. Chtěl by, aby svět byl bez techniky, aut a všech možných vymožeností, kterým nerozumí. Často bývá proto rozladěný a snaží se ostatní poučovat, jak se mají chovat. Neváhá poukazovat na křivdu a nespravedlnost zvláště v ohledu ke zvířatům.

Sebeobsluhu zvládá samostatně, je čistotný a pořádný. Bydlí na dvojlůžkovém pokoji, který pomáhal v loňském roce rekonstruovat. Podílel se na úklidech po řemeslnících a některé jednodušší práce vykonával spolu s nimi. Dříve, se věnoval akvaristice. Po přestěhování na nový pokoj, hledá vhodné místo na umístění akvária. V zařízení má na starosti psa, který je v kotci v areálu zařízení. Zpočátku s tím měl menší problémy, neboť nepokládal za důležité pravidelně se o něj starat. V současnosti se tato péče již zlepšila. Je však nutné mu ještě připomínat, aby psa brával na pravidelné vycházky, že je to důležité pro jeho zdraví. Jiří bere psa jako velmi dobrého přítele, za kterým chodí a probírá své problémy. Mezi další koníčky Jiřího patří různé pracovní činnosti s pojené s výrobou keramiky, malováním, a speciální výtvarnou technikou vyškrabávaných obrázků. Jiří se aktivně účastní výchovných činností ve skupině, rád využívá nabídky pracovníků k novým činnostem. Také se podílí na pracovních aktivitách v rámci domova. V zimě odhruje sníh, pomáhá údržbě s různými opravami, pomáhá také při mytí nádobí

v kuchyni. V letních měsících se stará o zahradu kolem domova. Seká trávu s motorovou sekačkou, pomáhá dělat dřevo na opékání, provádí natěračské práce dle potřeby, má svůj záhonek, kde pěstuje jahody. Velmi rád také chodí na procházky. Preferuje individuální procházky před procházkami se skupinou. Také s nabídky společenských a kulturních akcí si vybírá ty akce, na kterých se účastní méně uživatelů například plesy a různé výlety.

Kazuistika č. 3

Jméno: Tomáš (Pro zachování anonymity uživatele je jméno pozměněno.)

Věk: 26 let

Rodinná anamnéza:

Otec i matka zdraví, dítě z prvního těhotenství.

Osobní anamnéza:

Do zařízení Tomáš nastoupil v roce 1988 ve věku čtyř let, jde o klidného uživatele. Rád komunikuje, jeho řeč je srozumitelná s dobrou výslovností. Zvládá základy trivia, dokáže číst a počítat. Píše a kreslí ústy. Při jemné motorice nahrazují jeho ruce ústa. Pohybová aktivita je prováděná přetáčením trupu (kouláním).

Z důvodu těžkého tělesného postižení (spinální svalová atrofie progresivního typu) je při oblékání, osobní hygieně a stolování odkázán na pomoc druhé osoby.

Diagnóza: střední mentální retardace, spojená se spinální svalovou atrofií progresivního typu a kongeniální atrogryphosou svalově hlubokého typu. Tomáš využívá tyto ortopedické pomůcky: kočár, elektrické polohovací lůžko, mechanický zvedák, naslouchadla do obou uší, elektrický vozík, dále také využívá notebook se specifickou úpravou ovládání pomocí očí.

Sociální anamnéza:

Tomáš žije v zařízení od svých čtyř let. Rodiče jej nenavštěvují, ani jinak neprojevují zájem. Otec je v písemném kontaktu se sociální pracovnící. V zařízení Tomáš absolvoval desetiletou školní docházku v rámci Základní speciální školy a mateřské školy v Mohelnici, která má své odloučené pracoviště v zařízení Domova Paprsek. V roce 1996 nejprve navštěvoval jeden rok přípravné třídy speciální školy pro žáky s více vadami. Naučil se číst, psát, základům na počítači. Vzdělání dovršil v roce 2007. Při jemné motorice mu z důvodu těžkého tělesného postižení nahrazovaly ruce ústa. Od dětství projevoval zájem o kreslení. Paní učitelka Holotová si všimla tohoto zájmu a v roce 2003 se snažila spojit se sdružením UMÚN, které v té době hledalo nového člena. Toto sdružení pomáhá umělcům, kteří malují ústy nebo nohama. Má sídlo v Lichtenštejnsku, vzniklo již v roce 1956 a jako nakladatelství vznikala postupně i v dalších zemích. Nakladatelství vydávají tvorbu malířů malující ústy a nohama formou reprodukcí – přání, jmenovek k dárkům, dopisních papírů, uměleckých kalendářů a různých drobných dárků a rozesílají je jako nabídkové jarní a vánoční kolekce. Touto činností se získávají prostředky, díky nimž může sdružení plnit následující cíle, jako například poskytování stipendia talentovaným malířům, i těm, kteří ještě nedosáhli umělecké zralosti, zajišťuje doživotní vyplácení honorářů, i když již ze zdravotních důvodů nemohou malovat a jiné. Tomáš se stal členem tohoto sdružení. To mu poskytlo stipendium, ze kterého je pořizován veškerý výtvarný materiál, který Tomáš potřebuje k malování a také díky tomuto stipendiu může výtvarnice paní Sobková, pomáhat Tomášovi v dalším rozvíjení výtvarných technik.

V roce 2004 jej poprvé navštívila a pod jejím vedením začal Tomáš malovat a také vystavovat své obrázky v rámci tohoto sdružení. Paní Sobková jej pravidelně navštěvuje jedenkrát za 14 dní v zařízení domova. Pod jejím vedením se Tomáš zdokonaluje. Sdružení UMÚN také organizuje jedenkrát za rok několikadenní pobyt s pestrým programem, kterého se Tomáš zúčastňuje, každý rok vydává kalendář, jehož součástí jsou i Tomášovi obrázky. V loňském roce si díky tomuto stipendiu mohl zakoupit elektrický invalidní vozík, který mu umožnil poprvé v životě

samostatný pohyb. Před časem si pořídil také speciálně upravený notebook, který jej okamžitě nadchnul, svým neomezeným přístupem k informacím.

V 18 letech byl Tomášovi přiznán invalidní důchod. Opatrovníkem mu je Obecní úřad Olšany. Je zbaven způsobilosti k právním úkonům.

Současná charakteristika:

Tomáš je milý, sociálně vstřícný, nekonfliktní, většinou dobře emočně naladěný. Výborně komunikuje, rozumí vtipu, rád luští osmisměrky. Pohybově je velmi omezený, přesto se koulením velmi dobře pohybuje v prostorách zařízení a rád navštěvuje kamarády z jiných skupin. Taktéž v sebeobsluze má jisté potíže, je však velmi snaživý a snaží se být co nejvíce samostatný, ústy se nají kouskové stravy a sám se napije z hrnku. Na tělesnou potřebu upozorní.

Jeho velkým zájmem a koníčkem je malování ústy. V současné době je to také počítač, který vlastní od června roku 2010. Objevuje internet a rád na něm vyhledává různé zajímavosti. První měsíce si zvykal na jeho ovládání, ale v současnosti s tím již nemá problémy. Důležitým momentem v jeho životě se stala možnost využívat invalidní elektrický vozík. Rázem mohl vidět svět z výšky dospělého člověka a mohl komunikovat z očí do očí, nehledě na svobodu pohybu, kdy již nebyl závislý na pomoci druhé osoby. Není to myšleno doslovně, protože neustále mu musí někdo pomáhat do vozíku, a vzhledem k tomu, že zařízení Domova Paprsek není bezbariérové také dopomoci i do areálu domova. Tam se již pohybuje zcela samostatně a užívá si své volnosti. Obdivuhodně rychle zvládl ovládání elektrického vozíku, v areálu se pohybuje samostatně, avšak mimo areál Domova jezdí pouze s doprovodem, neboť teprve získává nové zkušenosti s dopravním provozem a pravidly silničního provozu. Mezi jeho další zájmy patří četba a prohlížení časopisů. Se zájmem čte pohádky, ale i knížky pro mládež, sleduje televizi, kde se zajímá o veškeré dění. Rád si o všem povídá, na věci, kterým nerozumí, se ptá a snaží se je pochopit. Je spokojený, pokud věci a život kolem něj plynou podle zaběhlých pravidel. Poslední dobou se zdá, že těžko uchovává nové informace, zvláště pokud jich je více najednou.

6.2 Pozorování

Pozorování uživatelů probíhalo od března roku 2010, sledovala jsem, které z volnočasových a zájmových aktivit uživatelé upřednostňují a o které neprojevují zájem vůbec. Dále jsem sledovala, zda jsou při volbě činností aktivní nebo čekají na nabídku od pracovníků. Vzhledem k tomu že uživatel Boris a Jiří mají povolený samostatný pohyb i mimo areál Domova, sledovala jsem, jak tuto možnost využívají a za jakým účelem ze zařízení odchází. Vzhledem k nabídkám společensko-kulturních a sportovních akcí jsem sledovala, zda a do jaké míry se těchto aktivit uživatelé účastní.

Výsledek pozorování:

Uživatel **Boris** preferuje ruční práce a to hlavně vyšívání sloupkovým stehem. Prakticky se této činnosti věnuje denně. Je spíše samotářské povahy, a proto většinu času tráví ve svém pokoji, který je velmi útulně zařízený. Během dne při vyšívání sleduje televizi nebo poslouchá rádio. Jeho den má přesná pravidla, ráno se věnuje nákupu pro zaměstnance, je to spíše tradice než potřeba zaměstnanců. Rád nakupuje a vyřizuje různé záležitosti na poště a v obchodě. Tato činnost mu dává pocit důležitosti a uspokojení. Z dalších zálib uvádím péče o květiny na jeho pokoji, zálibu ve vážné hudbě, cestování. Z pracovních činností si oblíbil ovládání udírny. Při kulturních akcí spojených s opékáním samostatně obsluhuje udírnu. Velmi rád cestuje a zúčastňuje se rekreací. Má rád přírodu a samostatně chodí na procházky mimo zařízení. Rád chodí na houby, navštěvuje po domluvě pracovníky, kteří bydlí v blízkém okolí a v době poutí chodí do kostela na mši. Svůj volný čas si organizuje sám, jen velmi málo se dá zlákat nabídkou pracovníků, společenských akcí v rámci zařízení se účastní jen zřídka, více využívá možnosti návštěvy akcí mimo zařízení. Loni si oblíbil plesy a diskotéky pořádané v Bludově a v Zábřehu.

Uživatel **Jiří** patří k manuálně nejzručnějším uživatelů zařízení. Má velké výtvarné nadání a obdivuhodnou trpělivost a smysl pro detaily. To se objevuje v jeho výtvarných pracích. Oblíbil si techniku vymalovávání obrázků podle čísel a vyškrabávané obrázky. Velmi rád pracuje v keramické dílně. Samostatně dle své fantazie vytváří velmi zdařilé výrobky. Ty jsou na tradičních velikonočních a vánočních výstavách v rámci zařízení i prezentace domova jejich ozdobou. Velikou zálibu a lásku projevuje také k přírodě a zvířatům. Nemá rád civilizační vymoženosti, automobily, také politiku a násilí v televizních pořadech. V zařízení chová psa, o kterého se stará. Je si vědom, že musí chodit se psem na pravidelná očkování a umí se o něj správně starat, včetně udržování čistoty v kotci. Velmi rád s ním chodí na delší procházky mimo areál domova. Při těchto procházkách rád mluví s lidmi, které potkává. V minulosti choval také akvarijní rybičky, které měl ve vzorném pořádku. Ty byly chloubou jeho pokoje. Od září roku 2010 mu byla dána možnost přestěhovat se na pokoj, který bude přizpůsobený k samostatnějšímu bydlení (pokoj s kuchyňskou linkou a spotřebiči včetně lednice). Jiří s nadšením tuto nabídku přijal, bohužel se zde již nenašlo odpovídající místo pro akvária. Ty přenechal jinému uživateli, kterému teď s péčí o ně pomáhá. Jiří je společenský a přátelský, poslední dobou však více vyhledává klid svého pokoje. Zde se věnuje výtvarné činnosti, pečuje o květiny ve svém pokoji. Z pracovních činností si oblíbil práci s benzínovou sekačkou a pravidelně se stará o úpravu trávníků v areálu domova. Podílel se také při úpravě svého pokoje a pomáhal řemeslníkům. Rád pomáhá při všech opravách v domově a je pomocná ruka k údržbářům. Pomáhá také v kuchyni s umýváním hrnců. Čtení mu dělá trochu problémy, čte s obtížemi, ale rád si prohlíží knihy o psech (ti jsou jeho velká láska) a o přírodě. Má rád moderní hudbu a oblíbil si zpěvačku Ivetu Bartošovou. Dříve se účastnil skoro všech akcí pořádaných v rámci domova, poslední dobou upřednostňuje spíše výlety a rekreace. O využití svého volného času si rozhoduje sám, pokud se nudí, nechá se zlákat nabídkou pracovníků. Nikdy neodmítne pomoc, rád zkouší nové výtvarné techniky, lákají ho nové materiály a činnosti, které ještě neumí. Tímto způsobem se v současnosti učí krát karetní hru „prší“.

Uživatel **Tomáš** pro své pohybové omezení je ve skupině s uživateli méně pohyblivými a jako jediný z uživatelů této skupiny verbálně komunikuje. Tomáš je velmi omezen v pohybu, ruce ani nohy neovládá, nelze jej posadit ani jinak polohovat. Všechnu činnost vykonává vleže, pohybuje se přetáčením (kouláním) celého těla po zemi. Každý den se snaží věnovat činnostem, které rozvíjí jeho intelekt. Pomocí tabulky a písmen, které bere ústy a píše. Čte si knihy, prohlíží a čte časopisy. Tomáš má zrakovou vadu a tak tyto činnosti nemůže vykonávat delší dobu, po nějaké době se cítí unavený. Velmi si však oblíbil práci na počítači. Na internetu vyhledává zajímavosti z přírody, vyhledává horoskopy, zajímá se o různé aktuality ze světa. Absolvoval pomocnou školu, která mu dala základní znalosti v počítání, základy čtení a práci s počítačem. Ve volných chvílích luští křížovky. Tomáš rád cestuje a jezdí na výlety. To mu však velmi ztěžuje jeho zdravotní stav. Velký význam v jeho životě zaznamenalo pořízení elektrického vozíku, který byl pro něj speciálně upravený. Byly to první chvíle v jeho životě, kdy mohl komunikovat s ostatními lidmi tváří v tvář. Velmi rychle si osvojil dovednosti v řízení vozíku a dnes se již samostatně pohybuje v areálu domova. Jeho velkým koníčkem je malování ústy. Sledovala jsem Tomáše na hodině malování pod vedením výtvarnice paní Sobkové, která jej pravidelně každé úterý navštěvuje a v dopoledních hodinách jej rozvíjí po výtvarné stránce. Je s podivem s jakou zručností již dnes Tomáš maluje ústy. Díky sdružení UMÚN, kterého je členem, se mu podařilo vydat vlastní kalendář, kterým na Nový rok obdaroval všechny personál domova. Každý rok jezdí na třídenní pobyt s umělci tohoto sdružení. Účastní se vernisáží, na kterých vystavuje společně s ostatními členy sdružení své obrázky. Tomáš je velmi komunikativní, přátelský a srdečný mladík, rád poslouchá hudbu, zajímá se o kamarády, rád si povídá s pracovníky, rozumí humoru a rád vtipkuje. Tomáš je odkázaný na pomoc pracovníků, je to dáno jeho těžkým pohybovým omezením, přesto si svůj čas organizuje dle svých zájmů a potřeb. Přestože mu pracovníci vychází vstříc, je spousta aktivit pro něj nedostupná. Částečnou vinu na tom nese i prostředí domova, které není bezbariérové a tak Tomášovi neumožňuje zcela samostatný pohyb na elektrickém vozíku.

6.3 Rozhovor

Rozhovor jsem volila nestrukturovaný, otázky otevřené, abych umožnila uživatelům volnost odpovědí. Uživatelé byly dotazováni tak, aby rozhovor směřoval k zmapování jejich zájmů, zjištění spokojenosti s nabídkou zájmových a společensko-kulturních činností domova a jejich přání se snahou poukázat na další možný směr zaměření volnočasových aktivit. Otázky jsem volila jednoduché, lehce pochopitelné, tak aby uživatelé pochopily obsah a smysl otázky. Rozhovory probíhaly po vzájemné domluvě na pokojích uživatelů v době jejich osobního volna.

Boris:

1. Jak dlouho jsi v domově?

„ Už je to 44 roků“.

2. Tak to už jsi pamětník. Vzpomínáš si, jaké to bylo dříve?

„ Vzpomínám na jeptišky a na starý domov, když jsme byli malý“.

3. Jak se ti dnes daří?

„ Dnes dobře“.

4. Co jsi dnes již stihl udělat?

„ Ráno jsem nakupoval, pak jsem byl s Olinkou na poště pro balík, teď vyšívám“.

5. Co budeš dělat odpoledne?

„ Budu koukat na televizi, nebo poslouchat muziku“.

6. Co rád posloucháš?

„ Bocceliho, vážnou a tak“.

7. Posloucháš rádio? Máš oblíbenou nějakou stanici?

„ Ano rádio Olomouc“.

8. Proč právě tuto stanici?

„ Hrají na přání“.

9. Borisi a co sport? Sportuješ rád?

„ No dříve jsem běhal, ale rád hraju petang, taky se mi líbilo jet na bowling do Hanušovic. Já jsem dřív závodil v běhu, a taky umím plavat“.

10. Borisi, máš krásný pokoj, to si ho zařizuješ společně s kamarády, se kterými tu bydlíš?

„ No ano, paní ředitelka se nás ptala, jak ho chceme vymalovat a my jsme si sami řekli. Máme tady svoje obrázky a kytky a tak“.

11. Vycházíte spolu dobře s kamarády?

„ Ano Kuba je můj nejlepší kamarád, ještě mám Honzu a Frantu“.

12. A co výlety?

„ No to jezdím rád, hlavně na rekreace. To nám vždycky řeknou a my si vybereme“.

13. Máš oblíbené činnosti, které děláš rád?

„ Ano rád vyšívám, nakupuji, v zimě odhrnuji sněh“.

14. Máš nějaké přání?

„Nevím, mě je dobře.....chtěl bych jet na ples a rekreaci“.

Jiří:

1. Jak dlouho jsi v domově?

„ Asi 32 let“.

2. Jak se ti daří?

„ Jde to“.

3. Co jsi už dnes všechno stihl?

„ Ráno jsem uklízel a vysával, pak jsem v herně maloval keramiku“.

4. Co budeš dělat dnes odpoledne?

„ Ještě nevím, asi půjdu ven nebo budu škrabat obrázky“.

5. Co rád děláš?

„ No já rád chodím s pejskem ven, nebo v dílně něco dělám a maluju. Dívám se na televizi na přírodu“.

6. Jakou máš rád hudbu?

„ Ivetu Bartošovou a Karla Gotta a taky poslouchám rádio“.

7. Kterou stanici posloucháš?

„ *Frekvenci 1* “.

8. Jezdíš na výlety?

„ *Jen když se mi chce* “.

9. A kam rád jezdíš?

„ *No na plesy, do ZOO, na diskotéky a tak různě* “.

10. Máš rád rekreace?

„ *To jo, hlavně do zahraničí.*

11. A co se ti tam líbí?

„ *Já se koukám, jaké to tam mají, a také mám rád speciality na jídlo* “.

12. Jaké činnosti děláš nejraději?

„ *Maluju, chodím s pejskem, uklízím, rád si s Tomášem prohlížím na počítači, jezdím na rekreace* “.

13. Máš nějaké přání?

„ *Chtěl bych mít slečnu a žít s ní tady v Olšanech* “.

Tomáš:

1. Jak dlouho jsi v domově?

„ *26 let* “.

2. Chodil jsi do školy?

„ *Ano tady do pomocné* “.

3. Už nechodíš?

„ *Ne, už to mám hotový* “.

4. Co si se naučil?

„ *Psát, číst, počítat a na počítači* “.

5. Co děláš nejraději?

„ *Já si čtu, a nejvíc mě baví počítač a malování* “.

6. Co si prohlížíš na počítači?

„ Já se dívám co se děje, na počasí a horoskopy. Taky jsem hlasoval pro pohádku v televizi a oni ji vysílali“.

7. A co tvoje malování?

„ No to za mnou chodí paní Sobková každý úterý. My spolu malujeme“.

8. Máš tady kamarády?

„ Ano, bydlím s nimi na pokoji, tam koukáme na televizi nebo si povídáme a posloucháme rádio“.

9. Co rád posloucháš?

„ Já poslouchám Leoše Mareše na Evropě dvě, to se mi líbí“.

10. Jezdíš na výlety?

„ Dříve jsem jezdil hodně, to mně bavilo. Teď už je to horší, já bych chtěl, ale už se nevlezu do autobusu na sedačku, tak teď tolik nejezdím. Já si vždycky objednáám auto a tam se vlezou“.

11. A kde ho objednáváš?

„ No to mě pomůžou holky objednat to velké taxi. Oni už vědí jak“.

12. Kde jsi byl posledně?

„ Na tři dny na malování s UMUNEM“.

13. Ale ty teď máš něco nového?

„ Ano elektrický vozík, už na něm umím jezdit“.

14. Kam všude jezdíš?

„ Jenom tady na domově a v areálu. Sám se ještě bojím. Já se bojím těch velkých aut. Oni jezdí jako blázen“.

15. Tomáši, pomáhají ti děvčata na oddělení, když něco potřebuješ?

„ Ano, ale někdy mají moc práce tak musím počkat“.

16. Máš nějaké přání?

„ Chtěl bych mít svoje auto a pana řidiče, abych mohl jezdit na výlety“.

6.4 Shrnutí

Prostřednictvím metod kazuistiky, pozorování, rozhovoru a analýzy dokumentů jsem zjistila, že zájmy, které uživatelé preferují, směřují nejvíce k poslechu hudby, sledování televize různých pořadů a dále se rozšiřují dle individuálních zájmů.

Boris si svůj čas v domově organizuje zcela sám. Má samotářskou a spíše uzavřenou povahu. Má rád svůj klid a proto se zdržuje ve svém pokoji nebo vyhledává klidnější místa. Do společných prostor 1. a 2. skupiny, ke které v domově patří, chodí jen zřídka, jen když si chce o něčem popovídat, nebo má nějaký problém. Dodržuje přitom stanovený režim dne, kdy jsou pro něj důležité například doby vydávání stravy a povinnost nahlásit sloužícímu pracovníkovi odchod a příchod do zařízení. Také večerní dobu návratu do zařízení musí respektovat. Lze se však předem domluvit s personálem o pozdějším příchodu. Boris dopoledne vykonává různé pomocné práce, nejraději však chodí vyřizovat různé záležitosti na poštu nebo drobné nákupy pro zaměstnance, často také vzkazy a organizační záležitosti domova. Velmi si oblíbil vyšívání a tím vyplňuje zbytek volného času. Má vcelku dobrý přehled o dění v domově. Nabídku zájmových činností a volnočasových aktivit zařízení využívá v oblasti společensko-kulturních akcí. Rád se účastní společných výletů, plesů, diskoték i jiných kulturních akcí. Pomáhá a zapojuje se při organizování sportovních a kulturních akcí v rámci domova.

Jiří patří stejně jako Boris k samostatnějším uživatelům oproti Borisovi však většinu času tráví společně s uživateli 1. a 2. skupiny v jejich společných prostorech. Zde se aktivně zapojuje do činností, které nabízí pracovník. Rád pracuje v keramické dílně, s různými druhy materiálů jako je například pletení pediku, samotvrdnoucí hmoty a jiné. Vyniká ve výtvarných činnostech. Svůj čas si organizuje sám, aktivně vyhledává různé pomocné práce, kterými přispívá k chodu domova. Většinou je vykonává dopoledne a odpoledne věnuje procházkám se psem a relaxačním činnostem. V letních měsících společně s jiným uživatelem vykonává různé pomocné

práce v rámci obyvatelů obce Olšany. Samostatně si vybírá z nabídky zájmových činností domova. V posledním čase se u něj projevuje nechuť účastnit se akcí, kde je více uživatelů. Raději jezdí na akce, kterých se zúčastňuje menší počet uživatelů. Vyhovují mu plesy, návštěva boulingu, různé výstavy. Výjimku tvoří zahraniční rekreace, na kterou se těší celý rok.

Tomáš je uživatel, který má velmi závažné pohybové omezení. Prakticky neovládá ruce ani nohy. Pohyb, kterým se přemísťuje, připomíná koulení, tímto pohybem je však schopen za pomoci personálu dostat se na místa, kam potřebuje. V důsledku těchto zdravotních omezení je závislý na pomoci druhé osoby. Ideální by bylo, kdyby mohl využívat služeb asistenta, což mu zařízení bohužel neumožňuje. Přesto se snaží organizovat si čas dle své potřeby. Je však v jistém směru závislý na chodu oddělení, na kterém je během dne umístěný. Během dopoledne se věnuje četbě a práci na počítači, při které mu pomáhá sociální pracovnice. Odpoledne vyjíždí na procházku na elektrickém vozíku, nebo navštěvuje kamarády na jiných odděleních, poslouchá s nimi hudbu, dívá se na televizi, sbírá obrázky koček, maluje ústy. Výtvarně jej rozvíjí každé úterý dopoledne výtvarnice paní Sobková, které za ním do domova dojíždí. Co vidím jako problém je, že v důsledku závažného pohybového omezení není schopen vyjíždět společně s ostatními uživateli na akce mimo zařízení. Přesunu je schopen pouze autem, které zařízení nevlastní a musí jej vždy speciálně pro Tomáše objednat. Tomáš má mnoho zájmů a koníčků, pokud se jim chce věnovat, musí požádat někoho o pomoc. Také nabídka činností domova, ne vždy odpovídá tomu, aby se jí mohl i Tomáš zúčastnit, i když o ni má zájem.

Na počátku výzkumu jsem si zvolila tři výzkumné otázky. Na základě provedení kvalitativních metod, které již zmiňuji výše, jsem dospěla k následujícím závěrům.

1. Jaký vliv na výběr zájmových a volnočasových aktivit má zájem a také zdravotní znevýhodnění uživatele?

Zjistila jsem, že uživatelé s lehkou a střední mentální retardací jsou schopni organizovat si svůj volný čas sami dle svých potřeb a zájmů. Nabídku zařízení a pracovníků vnímají jako orientační a doplňující, přičemž je pracovníci v jejich

zájmech motivují a podporují. Uživatelé se středně těžkou, těžkou a hlubokou mentální retardací jsou odkázáni na nabídku činností pracovníka a zařízení. Při většině činností jim pracovník dopomáhá nebo je s nimi provádí. Je nutná motivace a také je velmi důležitá příprava těchto činností s ohledem na ochranu zdraví a bezpečí uživatelů.

2. Jaká je role pracovníka při výběru volnočasových aktivit?

Zjistila jsem, že pro uživatele s lehkou a střední mentální retardací je to spíše role rádce. Pracovník uživatele motivuje a podporuje v činnostech, které chce uživatel provádět, ale také stimuluje v případě, že by mělo být překročeno únosné riziko s ohledem na uživatele. Význam role pracovníka vzrůstá u uživatelů s těžšími stupni mentální retardace. Je nutné znát zájmy a potřeby uživatelů, aby pracovník mohl nabízet odpovídající činnosti, které budou smysluplně vyplňovat jejich volný čas. Z tohoto důvodu se pracovníci zařízení často zúčastňují kurzů v prohlubování odborných znalostí, a praktických dovedností (výtvarných, řemeslných, komunikačních apod.).

3. Jaký vliv má realizace volnočasových a zájmových aktivit na rozvoj osobnosti uživatele?

Zájmy a volnočasové aktivity pozitivně rozvíjí osobnost uživatele, a to ve všech složkách osobnosti. Vyplňují většinu dne uživatelů s mentální retardací, doplňují se s dobrovolnými pracovními činnostmi v rámci zařízení domova, která svou povahou připomínají práci zdravého člověka. Také mají velmi pozitivní vliv na chování uživatelů. Pokud budou moci uživatelé naplnit potřebu seberealizace, což znamená, že se budou moci rozhodnout přímo úměrně svým aktuálním možnostem a schopnostem o tom, kdy se nají, půjdou spát, vstanou, nebo se budou bavit s ostatními, budou provádět nebo odložit určitou činnost a podobně, a nebudou se jen podřizovat požadavkům personálu, budou se u nich snižovat pravděpodobnost problémového chování.

ZÁVĚR

Cílem bakalářské práce bylo zjistit vliv volnočasových aktivit na rozvoj osobnosti uživatelů Domova Paprsek Olšany. Zaměřila jsem se především na vlastní aktivitu uživatelů při výběru těchto aktivit a na význam pracovníků, jako zprostředkovatelů nabídky volnočasových aktivit.

Teoretická část bakalářské práce se věnuje mentální retardaci, pojetí, etiologii a klasifikací mentální retardace a jejími psychologickými zvláštnostmi. Dále jsem definovala pojem volný čas a možnosti využití terapií v životě osob s mentální retardací.

Praktická část je obohacena o výzkum, který sleduje význam volnočasových a zájmových činností v životě osob s mentální retardací. Na základě kvalitativních metod pozorování, rozhovoru, analýzy dokumentů a kazuistik jsem dospěla k následujícím závěrům.

V zařízení Domova Paprsek Olšany se snaží v dobré víře o smysluplné využití volného času uživatelů, při respektování jejich potřeb a zájmů. Nabídka zájmových činností a volnočasových aktivit je pestrá. Vybavení domova je na velmi dobré úrovni. V domově jsou k dispozici venkovní bazén, hřiště, venkovní stoly na stolní tenis, tělocvična se sportovním náradím a fitness trenažéry, řemeslná dílna, keramická dílna. V areálu domova můžeme také najít zahradní pozemky se skleníkem, kotce pro psy a zahradní chatku s udírnou a venkovním posezením. Denní místnosti pro uživatele jsou vybaveny moderním nábytkem a elektronikou a vše působí velmi domácky a útulně. Uživatelé mají možnost výběru z různých aktivit a jsou vedeni k samostatnému rozhodování. Míra samostatnosti souvisí s hloubkou mentální retardace uživatelů. Uživatelé s lehkou a středně těžkou mentální retardací si organizují svůj volný čas sami. Vybírají si z nabídky činností dle svých zájmů a jsou pracovníky motivováni a podporováni. Účastní se výletů, exkurzí, rekreací a společensko-kulturních akcí pořádaných nejen domovem. Mají také své osobní zájmy a koníčky, ve kterých je podporují pracovníci domova. Uživatelé se středně těžkou a hlubokou mentální retardací jsou vedeni využívání volného času pracovníky domova. Pracovníci jim činnosti nabízejí s ohledem na jejich reálné možnosti.

Zájmy a volnočasové aktivity jsou velmi důležité z hlediska seberealizace uživatelů domova. To co pro zdravého člověka znamená práce, to pro člověka s mentální retardací vyjadřují zájmy a koníčky. Je to smysl jejich života, jeho náplň, jejich uspokojení, často i možnost stát se a být úspěšný. Takovým to způsobem mohou i uživatelé s mentální retardací zažít pochvalu a ocenění za svou „práci“. V domově Paprsek Olšany oceňují veškerou činnost uživatelů a prezentují jejich výrobky z oblasti výtvarné, řemeslné a keramické na pravidelných výstavkách zařízení, která jsou přístupná veřejnosti s možností odkoupení těchto výrobků. Uživatelé s uspokojením pozorují jak je o jejich výrobky zájem, a naplňuje je to pocitem radosti, že i oni mohou přispět něčím, co jinému udělá radost.

Volný čas vyplňuje u osob s mentální retardací většinu jejich dne. Je to vlastně i ta část dne, kdy zdravý člověk pracuje v zaměstnání. Proto je důležité tento čas plánovat a vyplňovat smysluplnými činnostmi, které budou uživatele rozvíjet, prohlubovat a upevňovat jejich dovednosti, návyky i znalosti. Náhled na zájmovou činnost osob s mentální retardací se také díky reformě sociální sféry oprostil od dětského zaměření, kdy jsme často mohli vidět dospělého člověka hrajícího si s hračkami odpovídající věku malého dítěte. Dnes se pracovníci snaží směřovat zájmy uživatelů k jejich fyzickému věku a nejen k věku mentálnímu. Proto se objevuje v zájmových činnostech široká nabídka pracovních činností, jako jsou práce s různými materiály, košíkářství, výroba keramiky, tkaní, vyšívání a jiné. V zařízení domova Paprsek Olšany se potvrdilo, že o tyto činnosti je ze strany uživatelů velký zájem, a proto si myslím, že je to správná cesta k rozvíjení potenciálu osob s mentální retardací.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ

1. ČADILOVÁ, V., JŮN, H., THOROVÁ, K. A KOL. *Agrese u lidí s mentální retardací a s autismem*, Vyd.1. – Praha: Portál, 2007. – 248 s. ISBN 978-80-7367-319-2
2. DOLEJŠÍ, M. *K otázkám psychologie mentální retardace*. Praha, Avicenum 1978
3. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. - 176s. ISBN 80-7178-927-5
4. LECHTA, V. *Základy inkluzivní pedagogiky*. Vyd.1. - Praha: Portál, 2010. – 440s. ISBN 978-80-7367-679-7
5. MATOUŠEK, O. *Ústavní péče*. Vyd.1-Praha: Sociologické nakladatelství, 1995. - 138s. ISBN 80-85850-08-7
6. MULLER, O. a kol. *Terapie ve speciální pedagogice*. Vyd.1. - Olomouc: UP Olomouc, 2005. ISBN 80-244-1075-3
7. OPATŘILOVÁ, D. *Metody práce u jedinců s těžkým postižením a více vadami*. Vyd.1. - Tišnov: SURSUM, 2008. - 146 s. ISBN 978-80-210-3819-9
8. PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. Vyd. 2. - Praha: Portál, 2001. - 229s. ISBN 80-7178-569-5
9. PIPEKOVÁ, J., VÍTKOVÁ, M. *Terapie ve speciálně pedagogické péči*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-010-7
10. RUBIŠTEJNOVÁ, S. *Psychologie mentálně zaostalého žáka*. Praha. SPJ 1976, 224s.
11. SOVÁK, M. *Nárys speciální pedagogiky*. SPN Praha:1980. - 231s. 06-40-13/4
12. ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2000. - 184 s. ISBN 80-7178-506-7
13. ÚSTAV ZDRAVOTNICKÝCH INFORMACÍ A STATISTIKY ČR, *MKN – 10*, díl. 3, Vyd.1. Praha: Grada Publishing, spol.s.r.o. 1999. ISBN 80-7169-787-7

Právní předpisy

1. Zákon č.108/2006 Sb. O sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů.
ÚZ číslo 776, Sociální zabezpečení. Sagit,a.s., 2010.
ISBN 978-80-7208-794-5

Zdroje

1. Kronika zařízení Domova Paprsek Olšany.
2. Souhlas uživatele Libora Žídka s uveřejněním jeho výtvarného díla ztvárňující zařízení Domova Paprsek Olšany.