

UNIVERZITA KARLOVA
FILOZOFICKÁ FAKULTA
KATEDRA ANDRAGOGIKY A PERSONÁLNÍHO ŘÍZENÍ

Bc. Michaela Svobodová

Volný čas a vzdělávací aktivity v domovech pro seniory na maloměstě

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Praha 2022

Vedoucí práce:

doc. PhDr. Tibor Vojtko, Ph.D.

Prohlašuji,

že tuto diplomovou práci jsem vypracovala samostatně, že v ní řádně cituji všechny použité prameny a literaturu a že tato práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

.....

datum

.....

podpis autorky

Abstrakt

Cílem diplomové práce bude analyzovat volnočasové a vzdělávací aktivity v domovech pro seniory na maloměstě. V práci bude představena problematika stáří z hlediska biologických, sociálních i psychických aspektů, spolu s volnočasovými aktivitami a motivací ke vzdělávání seniorů. V práci bude dále vymezeno základní rozdělení pobytových zařízení pro seniory a možnosti vzdělávacích aktivit v těchto zařízeních na maloměstě. Cílem empirického kvalitativního šetření bude zjistit konkrétní možnosti a míru spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory na maloměstě. Šetření bude realizované za pomoci strukturovaných rozhovorů se seniory, zaměstnanci i s vedením dvou různých domovů a bude zjišťovat možnosti a míru spokojenosti s volnočasovými a vzdělávacími aktivitami.

Klíčová slova

stáří, stárnutí, senior, vzdělávání seniorů, zájmové vzdělávání, domov pro seniory, motivace

Abstract

The aim of the diploma thesis will be to analyze leisure and educational activities in homes for the elderly in a small town. The work will introduce the issue of old age in terms of biological, social and psychological aspects, along with leisure activities and motivation to educate seniors. The work will further define the basic division of residential facilities for the elderly and the possibilities of educational activities in these facilities in a small town. The aim of the empirical qualitative survey will be to find out the specific possibilities and the degree of satisfaction of seniors with the offer of leisure and educational activities in homes for the elderly in a small town. The survey will be carried out with the help of structured interviews with seniors, employees and with the management of two different homes and will find out the possibilities and the degree of satisfaction with leisure and educational activities.

Key words

age, aging, senior, senior education, interest-based education, retirement home, motivation

Obsah:

0	Úvod	8
1	Stárnutí a stáří	10
1.1	Periodizace stáří	11
1.2	Aspekty stárnutí	12
1.2.1	Biologické aspekty stárnutí	12
1.2.2	Psychické aspekty stárnutí	13
1.2.3	Sociální aspekty stárnutí	14
1.3	Demografické stárnutí obyvatel v ČR	15
2	Volný čas a vzdělávání	18
2.1	Definice a funkce volného času	18
2.1.1	Aspekty ovlivňující prožívání volného času	22
2.1.2	Prožívání volného času seniorů	24
2.2	Vzdělávání dospělých	28
2.2.1	Volnočasová edukace seniorů	32
2.2.2	Motivace ke vzdělávání seniorů	34
2.2.3	Možnosti vzdělávání seniorů	36
2.2.4	Vzdělávání seniorů v číslech	39
3	Maloměsto a pobytová zařízení pro seniory	42
3.1	Obecná definice maloměsta	42
3.2	Sociologický pohled na maloměsto a stereotypy	44
3.3	Pobytová zařízení pro seniory a jejich členění	46
4	Empirické šetření – Volný čas a vzdělávání v domovech pro seniory na maloměstě	50
4.1	Cíle, výzkumný problém a otázky empirického šetření	50
4.2	Metodika zkoumání	51
4.3	Charakteristika výzkumného vzorku	54

4.4	Sběr dat.....	57
4.5	Interpretace získaných dat.....	59
4.5.1	Obecné pojmy	59
4.5.2	Nabídka a rozložení	61
4.5.3	Účast	64
4.5.4	Vliv a funkce.....	65
4.5.5	Spokojenost.....	67
4.5.6	Změna	68
4.5.7	Maloměsto	71
4.6	Diskuse.....	74
4.6.1	Náměty a doporučení pro navazující výzkum	82
4.6.2	Limity šetření.....	82
5	Závěr.....	84
6	Soupis bibliografických citací	89
7	Přílohy	98
7.1	Příloha A – Polostrukturovaný rozhovor – personál.....	98
7.2	Příloha B – Polostrukturovaný rozhovor – klient	101
7.3	Příloha C – Informovaný souhlas účastníka výzkumu.....	104
7.4	Příloha D – Tabulka dotazovaných respondentů	105

Seznam použitých zkratk

APSS ČR – Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky

Covid-19 – Koronavirové onemocnění způsobené virem SARS-CoV-2

ČSÚ – Český statistický úřad

IT – informační technologie

U3V – Univerzita třetího věku

WHO – Světová zdravotnická organizace

0 Úvod

Délka lidského života se prodlužuje s vývojem a pokrokem lidských civilizací. Zvyšuje se úroveň lékařské péče a zlepšují se sociální podmínky, které mají vliv na lepší životní styl jedince. Právě tyto faktory mají za následek stárnutí obyvatel ve většině vyspělých, průmyslových zemí. Tento globální trend má významný dopad na každodenní život jednotlivců i celé společnosti a z toho důvodu je problematika ohledně stáří a stárnutí obyvatel velmi aktuálním tématem k řešení.

„Současný medián věku v Evropě je 42,5 roku, což je více než dvojnásobek v porovnání s Afrikou. Tento rozdíl zůstane značný i v nadcházejících desetiletích.“ (Evropská komise, 2021, s. 4) Autoři Findsen a Formosa (2011, s. 7–8) uvádí předpoklad, že v následujících 40 letech je možné očekávat trojnásobný počet osob ve věku 60 let. Z toho lze zkonstatovat, že v roce 2050 bude 22 % populace ve věku 60 let a více. Ve směru k prognóze ze strany odborníku pro Českou republiku data směřují k faktu, že *„po celou druhou polovinu 21. století bude v České republice žít 2,5krát více seniorů než dětí. Až třetinu obyvatel budou tvořit osoby ve věku 65 a více let. Tomu nezabrání ani masivnější migrace ani o něco vyšší úroveň plodnosti.“* (ČSÚ, 2021, nestránkováno) Z toho je patrné, že trend stárnutí obyvatel je globálním problémem a je tedy v zájmu všech, najít odpovídající řešení pro tuto situaci.

Na fenomén demografického stárnutí obyvatel v současnosti reagují nejvíce veřejné a soukromé instituce, které se zabývají sociální službou pro seniory v České republice. Mezi hlavní vyhledávané služby patří zejména domovy pro seniory. Zmiňované domovy pro seniory musí reagovat na životní podmínky, měnící se standart žití, potřeby a zájmy klientů v domovech. V rámci těchto požadavků, potřeb a zájmů klientů jsou realizovány volnočasové a vzdělávací aktivity. Volnočasové a vzdělávací aktivity plní pomocí svých funkcí velmi důležité prvky v životě seniorů, neboť smyslem edukace, aktivizace či rehabilitace je udržet seniora aktivního po všech stránkách. Pokud zařízení nabídne širokou nabídku aktivit, která bude tyto požadavky seniorů odrážet, bude zákonitě docházet k naplnění potřeb a k rozvoji pro stránce biologické, psychické i fyzické. Tato témata jsou důležité pilíře této diplomové práce.

Hlavním tématem a názvem diplomové práce je volný čas a vzdělávací aktivity v domovech pro seniory na maloměstě. Cílem práce je poskytnout vhled do

problematiky volnočasových a vzdělávací aktivit v domovech pro seniory a pomocí empirického kvalitativního šetření je cílem zjistit konkrétní možnosti a míru spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory na maloměstě. Maloměsto je v práci klíčovým pojmem, který většinou představuje určité předsudky v oblasti možností, nabídky a spolupráce v souvislosti se vzděláváním a volnočasovými aktivitami. Tyto předsudky jsou značné již v základní definici, kterou nalezneme ve Slovníku spisovné češtiny (Academia, 1994, s. 386), která popisuje „Maloměsto“ jako menší město s nevýrazným kulturním a společenským životem. Z toho důvodu bude tato problematika podrobněji rozebrána, definována a zasazena do kontextu volnočasových a vzdělávací aktivit v domovech pro seniory.

Práce je rozdělena do čtyř hlavních kapitol, které jsou dále členěny na tematické podkapitoly. První kapitola se zabývá obecnými pojmy, které se vážou k definicím stárnutí a stáří. Podkapitoly jsou proto věnovány periodizaci stáří, jednotlivým aspektům, které mají vliv na stárnutí po stránce biologické, psychické a sociální. Součástí první kapitoly jsou statistická data prezentující demografické stárnutí obyvatel. Ve druhé kapitole se práce zabývá definicím a funkcím volného času, aspektům ovlivňující prožívání volného času a konkrétním datům z oblasti aktivního prožívání volného času. Dále je v podkapitole rozebrána oblast vzdělávání dospělých, volnočasové edukace a motivace ke vzdělávání seniorů spolu se statistikou obsahující informace ohledně vzdělávání seniorů. Třetí kapitola definuje pojem maloměsto nejen z pohledu obecných definic, ale také ze sociologického pohledu a možných stereotypů, které se k pojmu vážou. Dále jsou v podkapitole shrnuty informace ohledně pobytových zařízení pro seniory a jejich členění. Poslední kapitola je věnována kvalitativnímu empirickému šetření, které pomocí stanovených cílů, výzkumného problému a navazujících otázek analyzuje konkrétní možnosti a míru spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory na maloměstě. Šetření je realizované za pomoci strukturovaných rozhovorů se seniory, zaměstnanci i s vedením dvou různých domovů. V závěru práce jsou výsledky výzkumu interpretovány v diskusi, která je doplněna o náměty a doporučení pro navazující výzkum a možné limity výzkumného šetření.

1 Stárnutí a stáří

Každý živý organismus se během svého života vyvíjí a prochází různými fázemi vývoje. Jednotlivé vývojové fáze spolu přírodním či sociálním prostředím mají vliv na celkové fungování organismu. Tyto charakteristiky poté od sebe odlišují jednotlivá vývojová stádia, např. období prenatalní, období dospívání, dospělosti, ale také období stárnutí a stáří. Období stáří je tedy poslední ontogenetickou vývojovou etapou člověka.

Vzhledem k mnoha faktorům, které ovlivňují stárnutí člověka a samotné stáří je obtížné nalézt jednotnou definici. Topinková a Neuwirth (1995, s. 13) definují stárnutí jako neopakovatelný biologický proces, který je specifický pro celou přírodu a vše živé, jehož celkový průběh lze označovat jako život. Délka života je pro každý druh jedinečná a zároveň geneticky determinována. Stejně tak Weber (2000, s. 13) uvádí, že konec přirozeného vývojového procesu každého individua je proces stárnutí a samotného stáří. Stárnutí je tedy proces, kdy v organismu a v jednotlivých orgánech dochází k funkčním, morfológickým a degenerativním změnám. K těmto změnám dochází u každého individua v různou dobu a pokračuje různou rychlostí, která je do jisté míry ovlivněna genetikou jedince. Ve své podstatě *„stárnutí přináší souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které mají za následek zvýšenou zranitelnost, pokles schopností a výkonosti jedince, což dále kulminuje ve smrt.“* (Langmeier a Krejčířová, 2006, s. 8)

Stárnutí je tedy přirozený přírodní a společenský jev, který je součástí lidského života. Výsledným stavem stárnutí je stáří.

Stáří je tedy dovršujícím a zákonitým procesem vývoje člověka. Pacovský (1990, s. 27) charakterizuje stáří jako proces nezvratných změn živého organismu, které postupně omezují a oslabují jeho funkce. Samotné stáří neznamená konec života, ale jedná se o vývojovou etapu člověka, která je stejně důležitá jako etapa dospívání či dospělosti. Významnou složkou pro plnohodnotné a šťastné stáří je psychosociální rozvoj, veselá mysl a uchování si pohybových dovedností.

1.1 Periodizace stáří

Periodizace stáří neboli také členění věkových kategorií ve stáří napovídá, že mezi základní charakteristiku člověka je primárně považován věk. Jak uvádí Malíková (2011, s. 14) „*Samotný věkový údaj však nemá dostatečnou vypovídající hodnotu, a to zejména ve stáří.*“ Mnoho autorů se proto zabývá periodizací stáří i z jiné perspektivy, kterou tvoří tři kategorie: stáří biologické, stáří sociální a stáří kalendářní.

Těmto třem, výše zmíněným kategoriím, se ve své knize věnuje i Kalvach (1997, s. 18). Tamtéž autor (1997, s. 18) popisuje stáří z biologického hlediska jako důsledek genetických a involučních procesů, kam se řadí způsob života, životní podmínky, životní styl a s tím spojené nemoci a úrazy. Jde tedy o souhrn všech biologických změn člověka. Biologické stáří se nedá přesně kategorizovat, jelikož neexistují přesná kritéria.

Druhým případem je stáří sociální, kam se řadí osobnostní a sociální role člověka, spolu s životními potřebami a ekonomickým zázemím. Sociální stáří je nejčastěji vymezeno dle nároku na starobní důchod a penzi. Oproti biologickému stáří, proto již lze kategorizovat jednotlivé fáze stárnutí člověka:

- První věk – zahrnuje předproduktivní fázi člověka od dětství, dospívání až po profesní přípravu člověka;
- Druhý věk – se označuje jako produktivní fáze dospělého člověka;
- Třetí věk – již spadá do fáze postproduktivní a nastává období stáří;
- Čtvrtý věk – označuje fázi závislosti starého člověka na druhých (Mühlpachr, 2004, s. 19).

Posledním hlediskem je již zmiňovaný věk, tedy stáří kalendářní. Z kalendářního (neboli chronologického) věku jedince vychází jedna z nejvíce citovaných periodizací stáří, a to periodizace stáří dle Světové zdravotnické organizace (WHO, 2002, nestránkováno). Jednotlivé fáze jsou odstupňovány patnáctiletými cykly následovně:

- střední (zralý) věk – rozpětí mezi 45–59 rokem života člověka;
- rané stáří (vyšší) věk – rozpětí mezi 60–74 rokem života člověka;
- pokročilý věk, vlastní stáří (kmetství neboli „*senium*“) – rozpětí mezi 75–90 rokem života člověka;

- dlouhověkost (patriarchum) – nad 90 let věku člověka (WHO, 2002, nestránkováno).

Mezi další rozdělení z hlediska věku se řadí členění od Malíkové:

- mladí senioři – rozpětí mezi 65–74 rokem života;
- staří senioři – rozpětí mezi 75–84 rokem života;
- velmi staří senioři, dlouhověkost – nad 85 let věku člověka (Malíková, 2011, s. 14).

Naopak tomu rozdílnou periodizaci lze nalézt u Tvaroha (1971, s. 42) který kategorizuje stáří následovně:

- Od 50 let do 60 let věku člověka – období je charakterizováno zejména přípravou na stárnutí;
- Období od 60 let do 73 let věku člověka označuje jako rané stáří;
- Od 75 let do 90 let označuje období jako ustálené stáří;
- Od 90 let věku člověka nastává období kmetské, které se jako u většiny autorů považuje za dlouhověkost.

Z výše uvedeného vyplývá, že vymezit a kategorizovat, kdy lze považovat člověka za starého je obtížná, téměř nemožná věc. Vzhledem k mnoha faktorům, které ovlivňují jedince po stránce biologické, sociální, ale i psychické nelze označit starého člověka pouze dle věku. Je proto nutné si uvědomovat lidskou individualitu, působící vlivy, životní situace a tyto rozdíly dále respektovat skrze všechny věkové kategorie.

1.2 Aspekty stárnutí

Stárnutí přináší změny a změny přináší nutnost adaptace člověka na fungování po stránce biologické, psychické i sociální. Každý člověk má vlastní průběh i rychlost stárnutí. Odráží se zde životní styl spolu s genetickými předpoklady, rodinným zázemím, ekonomickými podmínkami, lokalitou ve které žije, ale i vzděláním a osobností daného člověka.

1.2.1 Biologické aspekty stárnutí

Biologické aspekty stárnutí přináší změny zejména v oblasti fungování organismu po stránce fyzická. Změny postihují zpravidla celý organismus od tělesných tkání,

orgánů až po celkové snížení a oslabení tělesných funkcí a adaptačních mechanismů těla. Tyto změny probíhají odlišnou rychlostí i intenzitou. Mezi typické projevy biologického stárnutí dle Jarošové (2006, s. 22–24) patří:

- Celkové snížení výkonnosti všech funkcí orgánů a funkční tkáně;
- proměna zevnějšku;
- ztráta svalové hmoty a zhoršená mobilita;
- změna činnosti smyslů – chuť, zrak, hmat, čich i sluch;
- změny v nervovém systému a tím zhoršená motorika;
- kardiopulmonální změny postihující oběhový systém, srdce a plíce;
- změny v trávicím a vylučovacím systému;
- změny sexuální aktivity (Jarošová, 2006, s. 22–24).

Výše uvedené změny postihují postupem času ve větší či menší míře každého stárnoucího jedince. Do jisté míry lze ovlivnit tyto změny v rámci životního stylu. Důležitým faktorem, který pozitivně ovlivňuje biologické aspekty nejen u seniorů je pohyb na čerstvém vzduchu a fyzické cvičení. Právě pohybové aktivity se řadí mezi stěžejní body pro předpoklad zdravého stárnutí (WHO, 2012, s. 15). Mezi další doporučení se řadí zdravá strava, dostatek spánku a absence negativních zlovyků (kouření, alkohol, drogy).

1.2.2 Psychické aspekty stárnutí

Psychické aspekty stárnutí nemusí být zřejmé na první pohled, nicméně mohou ovlivňovat kvalitu života stárnoucího jedince více než fyzické aspekty stáří. Dle výše uvedeného členění (periodizace stáří) ovlivňují člověka tyto aspekty spíše v pokročilém neboli ustáleném stáří. Lze tedy poukázat na souvislost mezi změnami biologickými a psychologickými, kdy neovlivnitelné tělesné změny přináší problémy, bolesti a negativní pocity při vnímání lidského těla, které se dále projevují na psychice a vnímání stárnoucího člověka.

Mezi psychické aspekty se řadí:

- Zhoršení paměti, častější zapomínání nových informací (lépe funguje tzv. staropaměť – schopnost si uchovávat a následně vybavovat myšlenky, zážitky a zkušenosti z mladších let života jedince), zhoršení vnímání aktuální situace či zpracování logického úsudku;
- zvýšená emoční nestabilita;

- pokles zájmu (Venglářová, 2007, s. 12).

Výše uvedené aspekty ovlivňují nejen samotného jedince, ale mají často přesah na fungování blízkého okolí. Časté výkyvy nálad, které se pojí s emoční nestabilitou mohou dále negativně ovlivňovat osoby, které se pokouší stárnoucímu seniorovi pomáhat. Problematické může být zapojení seniora do běžného fungování komunity či rodiny, ale také do zájmových aktivit a vzdělávání. V rámci psychologických aspektů je nutné respektovat seniorovu individualitu, životní zkušenosti a jeho schopnost a tempo adaptace na nové životní role či situace. S postupnou pomocí a nenucenou změnou se zvyšují seniorovi šance na dlouhý a plnohodnotný život.

1.2.3 Sociální aspekty stárnutí

Sociální aspekty stárnutí určitým způsobem dotváří celkový profil stárnoucího člověka. Vedle tělesných a psychických změn se mění i životní hodnoty, postoje a s tím spojené sociální návyky a kontakty. Obecně ze sociálního pohledu považujeme za starého takového člověka, který dosáhl věku, kdy vzniká nárok na starobní důchod. Důchodovou politiku v České republice řeší zákon č. 155/1995 Sb. *o důchodovém pojištění*. Zákon stanovuje hranici pro odchod do starobního důchodu, která je od 1. 1. 2018 stanovena věkem 65 let (Česko, 2006b, nestránkováno).

Autorka Vágnerová (2000, s. 419) popisuje odchod do starobního důchodu jako ztrátu profesní role a společenské prestiže, která má vliv na sociální status člověka. Obdobnou myšlenku vyslovil také Kalvach (1997, s. 20). Ten uvádí, že starý člověk se pojí se ztrátou pracovního života, tedy jeho uznávané role ve společnosti. Jako řešení autor uvádí nutnost naleznout novou, náhradní a společensky uznávanou roli.

Z pohledu obou autorů je možné potvrdit, že profesní role má velký vliv na sociální status člověka, a tím ovlivňuje vnímání sebe samého v kontextu společnosti. Zároveň je nutné brát v potaz, že ztráta profese není jediným negativním aspektem, který se váže ke stáří. Další negativní sociální aspekty uvádí ve své publikaci například Malíková (2011, s. 22): *„omezení sociální integrace ve společnosti, zhoršení finančního zabezpečení, generační osamělost (úmrtí partnera, blízkých osob), sociální izolace či pouhý strach z osamělosti, nesoběstačnosti a izolace, fyzická závislost a s tím spojená změna životního stylu a vliv ageismu.“* Tyto

zmíněné negativní aspekty zároveň odráží časté negativní postoje, které se objevují skrze společnost. Tento fakt potvrzuje také Bryant (2015, nestránkováno), která dále poukazuje na přímou spojitost negativního postoje ke stárnutí seniora k vlastnímu zdraví. Právě tyto negativní postoje a sociální aspekty, ovlivňují v důsledku i seniorovo fyzické zdraví a mohou dále vést k omezení pohybových aktivit i aktivit denního života.

Naučit se tedy během života pracovat se změnou životních rolí, se strachy a obavami, člověku zcela jistě pomůže minimalizovat negativními sociální aspekty stárnutí. Zároveň je nutné překonat stereotypy a předsudky, které jsou spojovány se stářím a pomáhat tak rozvíjet pozitivní a radostné sociální aspekty stáří.

Pozitivní sociální aspekty stárnutí jsou vnímány spíše subjektivně, proto se v odborné literatuře neobjevují obecnější pojmy a definice. Například Malíková (2011, s. 23) řadí mezi pozitivní aspekty stárnutí pojmy: „*funkční rodina, plánovaná příprava na vyplnění volného času, možnost uspokojení potřeb seniora atd.*“ Ovšem tyto obecné pojmy mohou znamenat pro každého jedince odlišné možnosti a potřeby.

Obecně lze zkonstatovat, že pro pozitivní aspekty stárnutí je vhodné se zaměřit na potřeby konkrétního jedince, na jeho aktivní trávení volného času, koníčky, rodinu, vzdělávání, navazování nových kontaktů a hledání možností seberealizace, ať individuálně nebo ve skupině či s odbornou pomocí.

1.3 Demografické stárnutí obyvatel v ČR

Demografické stárnutí obyvatel je dlouhodobým a významným procesem, který je charakteristický zejména pro vyspělé země. V rámci tohoto procesu dochází ke změně věkové struktury obyvatel, kdy přibývá zejména seniorních osob. Tento proces je ovlivňován několika faktory: rodí se méně dětí, snižuje se plodnost žen i mužů, zvyšuje se životní úroveň obyvatel, snižuje se úmrtnost díky zlepšující se zdravotní péči, pracovních a hygienických podmínek. V návaznosti na tento proces dochází ve společnosti k vedlejším problémům, které postihují ekonomickou a sociální oblast. Rabušic (1995 s. 88-90) uvádí stále aktuální problémy do kterých spadá ekonomické zatížení státu (nutné zajištění prostředků pro výdaje na zdravotnictví, sociální péči, podporu a vyplácení starobních důchodů) a sociální dopady (nedostatečné kapacity v sociálních zařízeních, nedostatek odborných

pracovníků a zdravotníků či dlouhé čekací lhůty v těchto zařízeních). Autor Veteška (2016, s. 150) doplňuje psychologickou stránku věci (vztahové problémy, osamělost seniorů, izolace seniorů ve společnosti či nedůstojné zacházení, které se dále podepisuje na seniorech v oblasti psychiky) a politickou stránku, která zahrnuje udržení politické stability státu.

Aktuálně k únoru 2022 žije na planetě celkem 7,93 miliard lidí z toho přibližně 11 % lidí žije na evropském kontinentu. Členské státy EU s jejich obyvateli zastupují 5,7 % z celkové populace, což odpovídá přibližně 447 milionům lidí. (Eurostat, 2021, nestránkováno) V rámci věkové struktury EU je dle statistických dat zveřejněných Evropskou komisí k lednu 2021 20% obyvatel starších 65 let z čehož 6,5 % tvoří podíl obyvatel, kteří jsou starší více jak 80 let. Prognóza pro následující roky předpovídá, že do roku 2070 se bude podíl těchto osob zvyšovat k 30 % z čehož podíl osob nad 80 let se bude blížit k 13 % (Evropská komise, 2021, s. 8).

Současná situace je nepříznivá i v rámci stárnoucí populace ČR, neboť z celkového počtu obyvatel, kterých je aktuálně 10,516 milionu odpovídá 20,4 % osobám nad 65 let věku. Průměrný věk obyvatel je v rámci statistického průměru 42,7 let. Od předchozího sčítání lidu v roce 2011 zestárlí muži i ženy v průměru o 1,7 let. V rámci bydliště nalezneme nejméně osob nad 65 a více let v Praze (18,4 %), naopak nejvíce zastoupených osob (22,4 %) je v Královéhradeckém kraji (ČSÚ, 2021). Podle dalších odhadů ČSÚ zveřejněných v publikaci s názvem: „*Projekce obyvatelstva ČR do roku 2100*“ lze předpokládat, že podíl osob nad 65 let bude v roce 2025 tvořit 22,3 % z celkové populace a v roce 2050 to bude již 29 %, tedy téměř každý třetí člověk bude starší více jak pětadesát let (ČSÚ, 2018, nestránkováno).

Jak je uvedeno v odstavci výše, ke změnám ve věkové struktuře obyvatel postupně dochází i v České republice, která na tyto změny reaguje strategickými dokumenty. Dokumenty analyzují skutečnosti, které se týkají stárnutí, stáří, seniorů a tématům s tím spojených spolu s doporučením a strategickými kroky pro zvládnutí těchto situací. Tvorba a struktura dokumentů je zajišťována zejména pomocí Ministerstva práce a sociálních věcí spolu s poradním orgánem, kterým je Rada vlády. Mezi nejvýznamnější současné dokumenty ČR se řadí „*Strategie přípravy na stárnutí společnosti 2019–2025*“, kterou vydalo právě Ministerstvo práce a sociálních věcí. Tento dokument navazuje na jeho předchozí verze „*Národního akčního plánu*

podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017“ a „Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 a 2003 až 2007“ (MPSV, 2022, neustránkováno)

Tyto strategické dokumenty vychází z aktuálního dění a z témat nadnárodních organizací, které dlouhodobě působí v oblasti zlepšování podmínek pro stárnoucí populaci. Mezi klíčové organizace patří Organizace spojených národů (OSN), Evropská hospodářská komise (EHK OSN), Rada Evropy, Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj (OECD) a Světová zdravotnická organizace (WHO). Mezi stěženi dokumenty těchto organizací, které se zabývají tématem stáří se řadí například *„Zelená kniha o stárnutí“* (Evropská komise, 2021), která se pokouší komplexním pohledem odrážet všeobecné dopady stárnutí skrze všechny generace a životní situace. Dokument klade důraz zejména na dlouhodobě udržitelné řešení sociálního zabezpečení v souladu s mezigenerační solidaritou. Mezi další stěženi dokumenty se řadí: *„Decade of Healthy Ageing 2020-2030“* (WHO, 2021), *Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí*. (OSN, 1982), *Madridský mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí 2002* (OSN, 2002) či *World Population Ageing“* (The United Nations, 2002,2007,2009, 2013).

2 Volný čas a vzdělávání

Mezi další stěžejní pilíře této práce se řadí pojmy „volný čas a vzdělávání“. Z toho důvodu se v následujících podkapitolách práce zaměřuje na užší vymezení těchto pojmů z hlediska používaných definic. Kapitola se také věnuje konkrétním funkcím volného času a prožívání volného času u dospělých v seniorském věku dle konkrétních statistik. Pojem „vzdělávání“ je rozebrán z hlediska členění, specifík volnočasového vzdělávání dospělých v seniorském věku spolu s působícím faktorem, kterým je motivace ke vzdělávání. Zahrnuty jsou také informace o možnostech vzdělávání, včetně statistického přehledu aktuální situace ČR.

2.1 Definice a funkce volného času

Volný čas je považován za přirozenou součást lidského života a každý člověk má určitou představu, co pro něj volný čas znamená. Proto i v odborné literatuře, je obtížné hledat jednotnou definici na něco tak běžného, jako je volný čas.

Mezi uznávanou a často citovanou definici v oblasti volného času patří vymezení podle sociologa Dumazediera (1962), kterého cituje Kratochvílová (2010, s. 83) následovně: „*souhrn činností, které člověk dělá zcela dobrovolně, ze svého uvážení v momentě, kdy se uvolnil od svých pracovních, rodinných a společenských závazků. Tyto aktivity vykonává za účelem oddechu, pobavení nebo aby rozvinul svoje znalosti a tvůrčí schopnosti.*“ Obdobná definice je k nalezení u českých autorů Smékala a Vážanského, kteří popisují volný čas jako: „*časový prostor, který člověku umožňuje svobodnou volbu činností, kdy si člověk vybírá činnost nezávisle na společenských povinnostech, vykonává ji tedy dobrovolně a tato činnost mu poskytuje uspokojení a příjemné zážitky.*“ (Smékal a Vážanský, 1995, s. 17) Podle definice uvedené v *Pedagogickém slovníku* definujeme volný čas jako: „*čas, s kterým může člověk nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane z 24 hodin běžného dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku).*“ (Mareš, Walterová a Průcha, 2001, s. 274)

Vymezení volného času u seniorů se z pohledu výše uvedených definic, nikterak neliší. Příkladem je definice volného času se zaměřením na seniory od Janiše a Skopalové: „*Volný čas seniorů je takový čas, kdy jsou provozovány zájmové aktivity*

na základě fyzických, psychických, sociálních a zájmových aspektů jednotlivých osob, které jsou vykonávány mimo čas věnovaný péči o vlastní osobu, domácnost, rodinu a uspokojování základních potřeb jedince v seniorském věku. Jedná se o takové aktivity, které přinášejí radost, zábavu, spokojenost, potěšení a uspokojení.“ (Janiš a Skopalová, 2016, s. 17)

Z výše uvedeného tedy plyne, že aktivity ve volném čase mají být realizovány zcela dobrovolně, pouze za účelem našeho potěšení a bez nároku na zisk či jakékoli odměny. Tento pohled na volný čas se pojí s pozitivní asociací vnímání volného času, jelikož nám přináší radost a potěšení. Případy, kdy bývá volný čas spojován s negativním vnímáním, popisuje například Duffková, Urban a Dubský (2008, s. 141–145), kteří pracují s pojmy: „*pracovní čas*“ a „*mimopracovní čas*“.

Pod „*pracovním časem*“ si představíme dobu strávenou v zaměstnání, která má jasně definovaný začátek a konec, zatímco doba „*mimopracovní*“ je protipólem pracovní doby a nemá specifický obsah ani časové vymezení. (Duffková, Urban a Dubský, 2008, s. 141–145). V rámci kontextu volného času seniorů se setkáme ve většině případech s „*mimopracovním*“ časem, který je specifický pro tuto věkovou skupinu. Aby nedocházelo k negativnímu vnímání volného času, autorka dále „*mimopracovní čas*“ dělí na „*vázaný*“, kterým je doba vynaložená na nezbytné každodenní činnosti (spánek, nákupy, strava, osobní hygiena, péče o děti, vnoučata a domácnost) a „*volný čas*“, který člověku zbude po splnění těchto povinností. (Duffková, Urban a Dubský, 2008, s. 141–145). Právě činnosti, které spadají do „*vázaného času*“ pro většinu seniorů znamenají negativní povinnosti, které je nutné vykonat a nepřinášejí potěšení ani nerozvíjí tvůrčí osobnost jedince a nezahrnují se tedy do doby volného času. Volný čas je doba čistě mimo zaměstnání, po splnění všech mimopracovních činností, které jsou k životu nezbytné.

Vedle základních definic lze volný čas více specifikovat podle druhu činností, funkcí, stanovených cílů a potřeb vázaného na životní styl jedince. Rozdělení podle druhu činností najdeme v knize u Šeráka (2009, s. 28), který dělí volný čas do tří skupin:

- „*odpočinkový*“ – do této skupiny spadají činnosti, které jedinci pomohou obnovit psychickou i fyzickou sílu po pracovní aktivitě. Činnosti bývají fyzicky nenáročné, uklidňující a harmonizující celé tělo;

- „**rekreací**“ – hlavní činností bývají pohybové činnosti;
- „**zájmový**“ – do této skupiny lze zařadit činnosti, které ovlivňují osobnostní rozvoj jedince a uspokojují jeho potřeby a zájmy.

Mezi další indikátory, které pomohou vyjádřit kvalitu trávení volného času, je míra, do jaké plní stanovené funkce. Kratochvílová (2010, s. 83–88) uvádí:

- „**zdravotně – hygienickou funkci**“ která zajišťuje formu rekreace a odpočinku;
- „**Seberealizační funkci**“ kdy dochází k rozvoji zájmu a individuálních potřeb jedince;
- „**Formativně – výchovnou funkci**“ která ovlivňuje osobnost člověka, jeho postoje, charakterové vlastnosti a mravní návyky;
- „**Socializační funkci**“ která vytváří a ovlivňuje sociální kontakty a vazby;
- „**preventivní funkci**“ která díky volnočasovým aktivitám pomáhá eliminovat vzniku a případnému rozvoji sociálně patologických jevů.

Podrobně rozpracované funkce volného času v odborné literatuře uvádí německý autor Opaschowski (1977), kterého ve své publikaci citují Smékal a Vážanský (1995, s. 26):

- „**Funkce rekreační**“ by měla zajistit odpočinek, uvolnění a relaxaci, aby došlo k duševnímu i fyzickému zotavení;
- „**Funkce kompenzační**“ by měla zajistit odstranění frustrace nebo lidského nedostatku pomocí zábavy a rozptýlení, které je pro daného jedince typické;
- „**Funkce enkulturační**“ má za následek rozvoj jedince, jeho osobnosti pomocí kulturních zážitků, tvorby, umění, tance, sportu atd.;
- „**Funkce edukační**“ jak již vypovídá samotný název, poskytuje osobnostní rozvoj pomocí celoživotního učení, vzdělávání v různých oblastech vědy, techniky, jazyků atd.;
- „**Kontemplační funkce**“ znamená, že jedinec hledá smysl života prostřednictvím víry a duchovna;
- „**Komunikační funkce**“ upevňuje sociální kontakty, podporuje nová i stávající přátelství, rozvíjí sociální citění, společenské role a sdílení;
- „**Participační funkce**“ ovlivňují jedince v potřebě angažovanosti, účasti na různých občanských či spolkových aktivitách, které rozvíjí odpovědnost, kooperaci;

- „**Integrační funkce**“ ovlivňuje společenské vztahy a potřebou tvořit společenské skupiny a kolektivní vztahy (Smékal a Vážanský, 1995, s. 26).

Ve vztahu k seniorům, popisuje Janiš a Skopalová (2016, s. 25–31) funkce, které jsou vzájemně propojené a na seniora působí v různých úrovních.

První funkcí, kterou autoři (Janiš a Skopalová, 2016, s. 25–31) zmiňují je: „**Výchovně – vzdělávací funkce**“, která působí na jedince v každé fázi člověka, tedy i u seniorních jedinců, neboť z myšlenky, kterou uvádí je „*výchova neukončený a nikdy nekončící proces*“. Senioři, kteří navštěvují organizované volnočasové aktivity jsou přirozeně vystaveni výchovnému a vzdělávacímu působení. Toto působení autoři dělí na „**záměrné, nezáměrné, přímé, nepřímé a kombinované**“. Záměrné působení probíhá v předem připravených volnočasových aktivitách, které mají stanovený cíl. Nezáměrné působení probíhá skrze neuvědomělé chování blízkých osob, pracovníků, organizátorů, kteří přijdou se seniorem do styku. Ti také daného jedince – seniora přímo ovlivňují (intencionálně) stejně jako senior ovlivňuje druhé či celou skupinu. K nepřímému (funkcionálnímu) působení dochází skrze prostředí a společnost ve kterém se senioři pohybují. Jako hlavní cíl funkce uvádí získávání praktických znalostí a zkušeností, které mohou využít v běžném životě (Janiš a Skopalová, 2016, s. 25–31).

Druhou funkcí je „**Zdravotní funkce**“, která by v rámci realizovaných aktivit měla pro seniora znamenat všestranný rozvoj v oblasti zdraví. Aktivity přináší zdravotní benefity po stránce fyzická, ale naplňují také duševní a sociální zdraví, kdy při kontaktu seniora dochází k navození duševní pohody, pocitu sounáležitosti. Díky tomu senior snáze odbourává stres, deprese a úzkost, zvyšuje se psychická pohoda a zlepšují se kognitivní funkce. (Janiš a Skopalová, 2016, s. 25–31) Z tohoto pohledu je možné vnímat zdravotní funkci, jako jednu z nejdůležitějších, jelikož pohyb a duševní pohoda ovlivňuje nejen samotného seniora, ale také jeho okolí, které s ním přijde do styku.

Poslední kategorií, kterou autoři spojují s volnočasovými aktivitami seniorů je „**sociální funkce**“. Ta se často prolíná s funkcí zdravotní neboť, setkávání se s ostatními ve skupině, v rodině či zařízení upevňuje sociální vazby, zlepšuje

komunikaci, mezigenerační vztahy, předchází ageismu a tím zastává i preventivní funkci (Janiš a Skopalová, 2016, s. 25–31).

V závěru této kapitoly je důležité shrnout, že volný čas člověka je úzce vázaný na jeho životní dráhu, jednotlivé životní etapy, profesi, životní styl, situace, sociální pozice a role, kterými člověk prochází a jeho postupným prožíváním se mění a vyvíjí. Volnočasové činnosti mají různé funkce, které působí na individualitu jedince a následně mají vliv na společnost a blízké okolí ve kterém jedinec žije. Není žádoucí, aby se skrze působící vlivy společnosti cítil účastník na volnočasové aktivitě pod tlakem či byl na aktivitách z donucení. Vzhledem k povinnostem a pracovní vytíženosti se volný čas stal významnou a ceněnou částí každodenního života skrze všechny věkové skupiny. V návaznosti na to lze konstatovat, že volný čas úzce souvisí s životním stylem člověka, „*který je ovlivňován podmínkami a stavem konkrétní společnosti, její kulturní, technologickou a ekonomickou vyspělostí.*“ (Žáčková, 2014, s. 19) Není vhodné opomenout ani přírodní podmínky a osobnost člověka včetně jeho potenciálu a limitů. Sak a Kolesárová (2012, s. 98) zmiňují ve své publikaci, že životní styl je z velké části ovlivňovaný společností, ve které žijeme a není pouze výsledkem svobodné volby člověka, která vyplývá z jeho zájmů a potřeb. Podle autorů je tedy „*životní styl definovaný totalitou života v průběhu celé životní dráhy 24 hodin denně. Nejsou to tedy pouze aktivity ve volném čase, ale způsob dopravy, stolování, komunikace, pracovní aktivity, obsah a charakter práce, trávení dovolené, způsob péče o děti, výchova a vzdělávání.*“ (Sak a Kolesárová, 2012, s. 98) Vzhledem k těmto povinnostem je v moderním, uspěchaném světě pro běžného člověka, čím dál tím složitější vymezit volný čas a dobu odpočinku. Je proto žádoucí naučit se využívat možností k trávení volného času v každém věku, neboť je patrné, že v průběhu let se bude volný čas a tím i jeho funkce a definice neustále vyvíjet a proměňovat, protože i samotné potřeby a možnosti lidí se mění každým dnem.

2.1.1 Aspekty ovlivňující prožívání volného času

Prožívání volného času je nepochybně ovlivněno mnoha aspekty, které se v průběhu let, spolu se stárnutím jedince proměňují a mají vliv na samotný výběr volnočasových aktivit. Vedle samotné individuality člověka působí na prožívání volného času sociální, ekonomické, politické, demografické, kulturní a další

specifické aspekty, který tento čas podporují nebo naopak omezují. Mezi tyto aspekty je důležité zmínit právě prostředí, které působí na člověka v mnoha ohledech. Samotný výběr konkrétního prostředí, kde jedinec prožívá běžné radosti, strasti a životní situace se v průběhu let odrazí na kvalitě či délce života. Prostředí (například prostředí maloměsta), které naplňuje představy a požadavky konkrétního jedince má stimulační efekt pro rozvoj schopností, individuality, sociálního citění, fyzické zdatnosti a tím ovlivní konkrétní preference a výběr aktivit realizovaných ve volném čase. Mezi další významné aspekty, které ovlivňují prožívání volného času se řadí životní role člověka, jeho osobnostní vzory a životem vytvořené či převzaté hodnoty na které samozřejmě působí také věk, pohlaví, profese, vzdělání a pracovní zařazení.

Šerák (2009, s. 38–42) ve své publikaci věnuje prostor a blíže specifikuje tyto významné aspekty:

- „**Věk**“, který má výrazný vliv na prožívání volného času. Nejaktivnější bývají dospívající lidé, kteří mají rozmanité zájmy, v oblasti volného času se nebojí zkoušet nové věci, poznávají sebe samotné, pracují na své individualitě a rozvoji. S přibývajícím věkem, povinnostmi, pracovní náplní a péčí o rodinu dochází k útlumu prožívání volného času. Volný čas je více orientovaný na rodinu a pracovní rozvoj. S přibývajícím věkem, zejména pak v důchodu opět dochází k navýšení volného času;
- Druhým aspektem je „**Pohlaví**“. Autor uvádí rozdíl mezi volnočasovou náplní žen a mužů, kdy ženy jsou více orientované na rodinu, děti, individuální aktivity, kulturní zážitky, četbu atd. Oproti mužům, kde převládají spíše sportovní, kolektivní aktivity; Ze svého pohledu ovšem autorka vnímá současný narůstající trend, který se pokouší stírat genderové předsudky ohledně rozdílu náplně volnočasových aktivit a předpokládá, že v blízké budoucnosti budou tyto rozdíly ještě více minimalizovány.
- „**Sociální skupina**“ do které řadíme rodinu, přátele, kolegy, spolužáky, ale také spoluúčastníky volnočasových aktivit, s kterými přijde člověk pravidelně do styku. Veškeré tyto sociální skupiny mají vlastní hodnoty a normy vázané na společnost, které dále působí na jedince a ovlivňují ho ve výběru volnočasových aktivit, ale také v samotném prožívání volného času;

- **„Bydliště“** autor poukazuje na význam sociálních a demografických změn prostředí ve kterém účastník pobývá a které stále skýtají rozdílné možnosti v trávení volného času. Poukazuje na rozdíl mezi volnočasovými aktivitami ve městech oproti možnostem na venkově. Venkov přejímá skrze poptávku jen určitý zlomek aktivit a pokud má jedinec vyhraněné zájmy a požadavky musí svůj volný čas orientovat do měst, které jeho požadavky mohou naplnit;
- **„Vzdělání“** – autor poukazuje na spojitost vzdělání s volnočasovými zájmy. Hlavní myšlenka je taková, že osoba, která dosáhla vyššího vzdělání v určitém oboru se bude nadále věnovat dalšímu osobnostnímu rozvoji. Rozvoj může být v aktivitách, které jsou již součástí vystudovaného oboru nebo osobnostních zájmových aktivit. Díky vzdělání jsou tedy eliminované pasivní činnosti, a naopak jsou podporované aktivity jako sport, kulturní rozvoj, cestování, hudba atd. Šerák (2009, s. 42) také podotýká, že: *„lidé s vyšším vzděláním se neumí ve svém volném čase oprostít od práce, a plně se věnovat pouze svým zájmům.“*. S tím se také pojí poslední aspekt: **„Profese“**, který je úzce vázaný na vzdělání. Každá profese nese určitá specifika, má svou důležitost, opodstatnění a časovou náročnost. To v důsledku ovlivňuje zájmy, směr a kvalitu aktivit realizovaných ve volném čase daného jedince. (Šerák, 2009, s. 38–42)

Z výše uvedeného lze zdůraznit, že základní předpoklady pro aktivní prožívání volného času jsou utvářeny mnoha faktory již od útlého věku, které se v průběhu života dále formují a přenášejí skrze jednotlivé životní etapy. U seniorů jsou již tyto předpoklady z větší části zformovány, a proto horlivé a nucené aktivity mohou být seniorem vnímány velmi negativně. Aktivní prožívání volného času by mělo být vždy v souladu s individualitou, možnostmi jedince, prostředím a samotnou nabídkou. Právě široká nabídka volnočasových činností (s odborným dohledem) by měla být zajištěna pro všechny členy naší společnosti, bez ohledu na věk, pohlaví, barvu pleti či handicap.

2.1.2 Prožívání volného času seniorů

V souvislosti s demografickým stárnutím populace a výše uvedenými aspekty se mění požadavky na prožívání volného času ve společnosti. Každá věková skupina prožívá volný čas jinak, má jiné požadavky, zájmy, jiné finanční prostředky a

časové možnosti. V rámci toho lze vymezit konkrétní druhy aktivit volného času, které jsou specifické právě pro skupinu seniorů. Dělení dle Veselé (1999, s. 26):

- „*manuální aktivity*“ – do těchto aktivit řadíme ruční práce, drobné kutilství, vyšívání, keramiku, háčkování, práci se dřevem či pěstování květin a ovocných stromů;
- „*fyzické aktivity*“ – charakteristické jsou spíše lehké sporty, turistika, nakupování, cestování či rybaření;
- „*kulturně umělecké aktivity*“ – tyto aktivity mohou zahrnovat hru na hudební nástroj, herectví, návštěvy divadelních spolků atd.;
- „*kulturně racionální aktivity*“ – jsou aktivity jako je četba, luštění křížovek, šachy;
- „*společenské druhy aktivit*“ – aktivity zahrnují různé, skupinové schůze, workshopy, debatační kroužky, náboženské úkony;
- „*kolektivní hry*“ – myšleny jsou zejména stolní nebo karetní hry, speciální hry jako je bingo aj.;
- „*pasivní odpočinek*“.

Ať už senior zvolí jakoukoli skupinu či kombinaci aktivit z výše uvedeného výčtu, tak by vždy měla naplňovat jeho vlastní potřeby a zájmy pro cílené uspokojení.

Na nabídce volnočasových aktivit skrze jednotlivé oblasti, kraje, města či zařízení se podílejí odborníci, jednotlivci, školní instituce, specializované firmy a organizace. I přes poměrně širokou nabídku aktivit chybí v České republice pravidelná data a statistiky z šetření, které by byly zacíleny právě na oblast volného času a jeho prožívání.

Jedním z aktuálních dokumentů, který byl zpracován na žádost Ministerstva práce a sociálních věcí zpracovala agentura MindBridge Consulting v období května a června 2020. Dokument nese název „*Realizace kvantitativního výzkumu – životní postoje a preference seniorů*“ a mapuje skrze čtrnáct krajů ČR přes dva tisíce respondentů ve věku padesáti pěti let. Oblast výzkumu zahrnuje témata od volného času, vzdělávání seniorů, přístupu k informacím až po jejich příjmy a pocit bezpečí (MPSV, 2020, s. 9).

Z oblasti volného času seniorů bylo v rámci tohoto šetření zjištěno, že nejčastěji senioři tráví svůj čas sledováním TV (83 % ženy 84 % muži). Aktivity jako

návštěvy příbuzných (50 % ženy 47 % muži) a procházky po městě či přírodě (57 % ženy a 47 % muži) již nejsou tak časté zejména u starších seniorů. V oblasti IT technologií se volnočasovým aktivitám věnují spíše muži (51 %) než ženy (41 %). Ženy jsou téměř o 20% aktivnější v oblasti četby (pouze 30 % mužů uvedlo četbu) a o 35 % aktivnější v aktivitách jako je vaření či pečení (51 % žen a 16 % mužů). Mezi další aktivity, které v žebříčku volnočasových aktivit uváděly ženy jsou: práce na zahradě, nákupy, péče o vnoučata, péče o domácí mazlíčky a péče o partnera či partnerku. Muži naopak více pracují v dílně, věnují se chataření, chodí jako diváci za sportem, ale i aktivněji sportují – muži v 19 % a ženy pouze v 9 % (MPSV, 2020, s. 13).

Výzkum byl zaměřen také na nabídku volnočasových aktivit, zda je pro seniory dostatečná. 47 procent respondentů uvedlo, že je nabídka volnočasových aktivit v jejich okolí vyhovující a 15 procent naopak bylo velmi nespokojeno s nabídkou aktivit. Zbýlých 38 procent seniorů nezná možnosti volnočasových aktivit v okolí svého bydliště. Neznalost volnočasové nabídky byla v rámci věkových kategorií nejvíce patrná u osob nad 85 let věku (nevědomost uvedlo 55 % respondentů z této kategorie) u osob nad 75 let věku to bylo 50 % respondentů a u věkové kategorie 65–74 let věku to bylo pouze 36 % respondentů. V rámci této informace je patrné, že věk hraje významnou roli v oblasti aktivity seniora v prožívání a informovanosti ohledně volnočasových aktivit. Lze předpokládat, že s přibývajícím věkem klesá informovanost o dění a nabídce v okolí a zároveň je obtížnější předat informace, neboť senior je sám aktivně nevyhledává, případně neví, kde je hledat (MPSV, 2020, s. 10–11).

V rámci nespokojenosti seniorů s nabídkou byly nejčastěji uvedeny důvody, že v nabídce chybí aktivity, které seniory zajímají (uvedlo 52 % respondentů), 42 % uvedlo, že nabídka není žádná nebo velmi omezená, 14 % uvádí, že nabídka je příliš finančně nákladná a stejné procento uvádí, že je v místě, které nevyhovuje z hlediska místa a času dojezdu (MPSV, 2020, s.12).

Z rozsáhlého sociologického šetření z roku 2016, které realizoval Sociologický ústav AV ČR s názvem „*Jak Češi tráví čas?*“ vyplývá: že průměrný, pracující obyvatel České republiky má v běžném pracovním dnu 5 hodin volného času, zatímco o víkendu přibývají necelé dvě hodiny navíc. U seniorů nad 65 let věku připadá volný čas průměrně na 8 hodin denně. Senioři tráví svůj volný čas nejvíce

pasivními aktivitami a odpočinkem. Sledování TV zabere přibližně 3 hodiny a 13 minut, odpočinek hodinu a 14 minut. Čtením či hudbou tráví senioři v průměru hodinu a dvě minuty a dalších 48 minut připadá na čas s rodinou. Cvičením a sportem tráví Čeští senioři pouze 32 minut denně. Mezi další aktivity byl řazen internet (19 minut), počítačové hry (12 minut), kulturní akce, divadlo, kino, muzeum (7 minut), (4 minuty) náboženská činnost, (3 minuty) dobrovolnictví (Sociologický ústav AV ČR, 2016 s. 14).

Obdobné výsledky přináší sběr dat z roku 2016 realizovaný společností INESAN, která se zaměřila na volnočasové aktivity u seniorů z Prahy a Ostravy (Remr a Ďurďa, 2016, s. 30). V rámci výzkumu, až 88 % dotázaných osob uvedlo jako náplň svého volného času pasivní aktivity jako je sledování TV či poslech rádiových stanic. Následují aktivity spojené s čtením literatury, novin či magazínů, kterým se věnuje 68 % dotazovaných osob. Polovina seniorů zahrnuje mezi své volnočasové aktivity nakupování. Činnosti jako turistika a cestování uvedlo pouze 36 %, dále 34 % dotazovaných uvedlo drobné práce na zahradě a z 19 % se objevovalo také kutilství. Sportovním aktivitám a cvičením, které přináší zdravotní benefity se již senioři věnují pouze v 17 % (Remr a Ďurďa, 2016, s. 30).

Problematika volnočasových sportovních aktivit seniorů byla analyzována i v rámci šetření ve vybraných domácnostech se vzorkem osmi tisíců respondentů. Šetření proběhlo v roce 2019 za pomoci Evropského výběrové šetření o zdraví EHIS (*European Health Interview Survey*), Ústavem zdravotnických informací a statistiky ČR (ÚZIS ČR) spolu se součinností Českého statistického úřadu (ČSÚ). Z podrobných výsledků vyplývá, že dochází k postupnému navyšování počtu seniorů, kteří se ve svém volném času věnují sportu. Ve věkové kategorii 65+ až 75 let se sportu věnuje 17 % seniorů. V roce 2014 to bylo přibližně o 5 % méně. V kategorii nad 75 let se procenta oproti roku 2014 příliš nezvyšují a sportovní aktivitě se v roce 2019 věnuje pouze 6 % seniorů, tedy velmi malá část populace (ČSÚ, 2022, nestránkováno).

V rámci výzkumu z roku 2021 publikované v dokumentu s názvem „*Are Older Adults' Leisure Patterns Consistent with the Active Ageing Model? The Influence of the Ageist Stereotypes*“ došli autoři k výsledkům, které potvrzují výsledky výše uvedených šetření v ČR (Garrido et al., 2021, nestránkováno). Neboť konkrétní hodnoty u skupiny dotazovaných nad 65 let jsou nejvyšší u pasivních aktivit. 95 %

dotazovaných uvedlo sledování TV a poslech rádia, následuje telefonování, kterému se věnuje 87 % respondentů. Z pasivních aktivit byl v 85 % uveden odpočinek či lehký spánek. Téměř 93 % dotazovaných uvedlo, že se ve svém volném čase věnuje procházkám. Nízké hodnoty byly zaznamenány u sportu či cvičení, kterému se věnuje pouze necelých 40 % osob. Nízké zastoupení zájmu, konkrétně v hodnotě 15 % bylo uvedeno v sekci kultury (návštěva divadla). Rozdílný zájem je patrný v oblasti čtení, kterému se věnuje pouze necelých 45 %, což je o 23 % méně než v ČR (Garrido et al., 2021, nestránkováno).

Výše uvedené výzkumy potvrzují globální trendy či stereotypy v trávení volného času seniorů, kteří ve většině případech tráví svůj volný čas pasivně. To dále může vést k zvýšenému riziku izolace, depresím či negativnímu vnímání seniora ve společnosti. Individuální návyky, jak trávíme svůj volný čas se upevňují již v útlém věku a z toho důvodu by měla být rozmanitá nabídka programů a volnočasových aktivit nabízena všem po celý život.

2.2 Vzdělávání dospělých

Obecné pojmy jako celoživotní učení, vzdělávání a edukace dospělých jsou častým předmětem zájmu, co se týče zpracování a následného publikování v aktuálních legislativních, politických nebo v programových dokumentech o vzdělávání a rozvoji dospělé populace. Obecně je zásadním problémem nejednotnost definic a terminologie těchto pojmů, neboť už i historický vývoj koncepce vzdělávání dospělých se prolíná skrze různé, nadnárodní organizace (UNESCO, OECD, EU...) a jejich dokumenty. S tím následně souvisí obtížná implementace jednotného systému vzdělávání v jednotlivých státech (Veteška, 2010, s. 9).

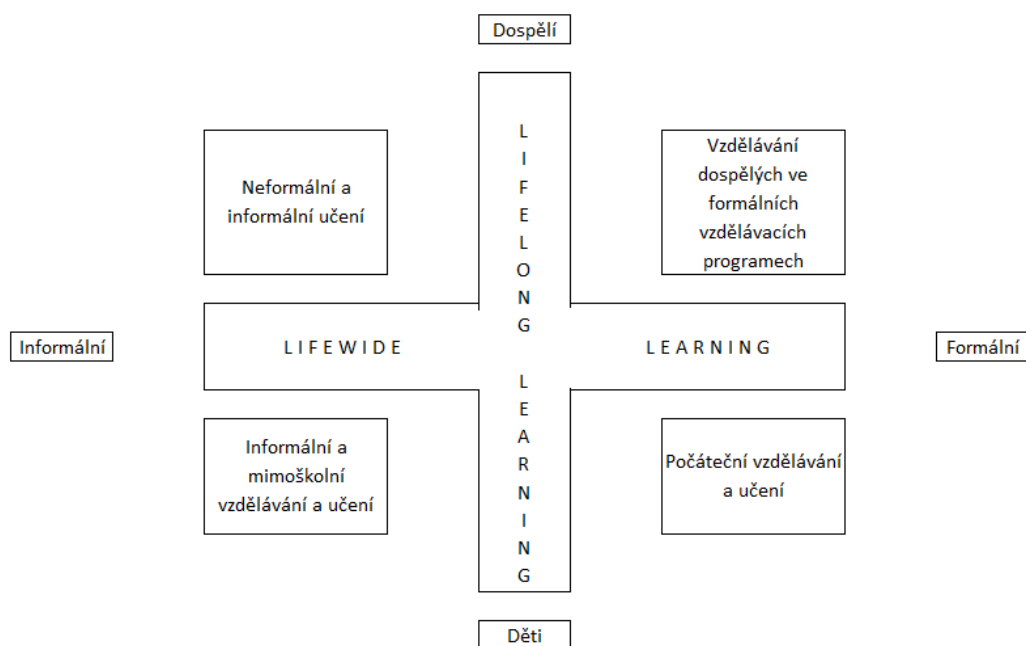
Mezi další problematické body v oblasti systému vzdělávání dospělých uvádí Pavlík, Chaloupka a Kohout (1997, s.15–34) následující:

- nejednotné a příliš obecné vymezení vzdělávání dospělých;
- chybějící legislativa vzdělávání dospělých;
- nejednoznačná úloha státu ve vzdělávání dospělých – s chybějící legislativou chybí konkrétní rozdělení jednotlivých činností a odpovědnosti úřadů. Zároveň není vyvíjen tlak na rozvinutí a podporu služeb či organizací, které zajišťují vzdělávání dospělých;

- ekonomika a financování dospělých – není jasné rozdělení finančních prostředků, toků a dotací, které jsou k dispozici pro vzdělávání dospělých;
- nabídka a poptávka, trh vzdělávání dospělých – absence pravidelných, konkrétních šetření ve vzdělávání dospělých, které mohou monitorovat nabídku a poptávku na trhu.

Výraznou proměnu v pohledu na vzdělávání dospělých a samotného organizačního principu přináší koncept celoživotního učení. Jde o celkový souhrn vzdělávacích procesů, které utváří propojený celek různých obsahových vlastností, úrovní, metod formálního nebo jiného vzdělávání, které prodlužují nebo nahrazují prvotní vzdělávání na školách. Účastníci celoživotního učení prohlubují své znalosti, zdokonalují technické a profesní kvalifikace, mění své postoje a rozvíjí svou osobnost. Díky tomu dochází k celkovému sociálnímu, ekonomickému a kulturnímu rozvoji společnosti (Pavlík, Chaloupka a Kohout, 1997, s. 50). Z principu tedy nelze brát vzdělávání dospělých jako synonymum k celoživotnímu učení, ale zcela jistě je součástí celoživotního učení (Krebs, 2015, s. 457–458).

V rámci procesu celoživotního učení lze potřebné informace, dovednosti a kompetence získat různými způsoby učení – formální učení, neformální učení, a informální učení. Tyto typy učení chápeme jako celek v systému vzdělávání, který umožní zúčastněnému získat znalosti kdykoli v průběhu života. Přehledně vyobrazené způsoby výše uvedeného členění vzdělávání nalezneme například v knize Šeráka – Graf č.1. (2009 s. 17)



Graf č.1 autor Šerák popisuje jako: „*homogenní celek v systému vzdělávání, který nám umožní získat vzdělání, kompetence a dovednosti skrze různé typy učení v průběhu celého života. Celoživotní učení (lifelong learning), ale také všeživotní (lifewide learning) je vzdělávací proces, který probíhá bez ohledu na místo, čas či formu.*“ (Šerák, 2009, s. 17)

- **Formální učení** je realizováno ve vzdělávacích institucích jako jsou školy a univerzity a podléhá právním předpisům. (MŠMT, 2007, s. 9) Dle stupňů navazujícího vzdělání (základní, střední a terciární), účastník získá příslušném osvědčení: „(vysvědčení, výuční list, maturitní vysvědčení, diplom), které je uznáváno relevantními národními autoritami.“ (AES, 2018, s.8)
- **Neformální učení** – je poskytováno za účelem doplnění vědomostí, kompetencí a dovedností, které účastník využije pro zlepšení pracovního či společenského postavení. Nejčastěji je organizováno přímo v budovách a daných firem, kterých se profesní vzdělávání týká. Pokud firma či organizace nemá dostatek prostoru a odpovídající personál, může využít nabídky vzdělávacích institucí, které mohou spadat do neziskového sektoru, školních institucí, ale mohou také využít nabídky soukromých firem a organizací, které se na danou problematiku specializují. Mezi nejčastěji vyhledávané kurzy se řadí výuka cizích jazyků (angličtiny, němčiny, španělštiny), rozšiřující počítačové kurzy, IT, programování či tematicky zaměřené přednášky, rekvalifikační kurzy, školení BOZP atd., které vede odpovědný lektor (MŠMT, 2007, s. 9).
- **Informální učení** – vede k přirozenému získávání vědomostí a dovedností v každodenním životě. Jedná se o všechny aktivity od pracovních po volnočasové a mimopracovní povinnosti a účastník nemá možnost ověřit nabyté znalosti. Tento typ učení tedy není zprostředkovaný, koordinovaný či organizovaný nějakou institucí (MŠMT, 2007, s. 9–10).

Další pohled na vzdělávání dospělých v kontextu celoživotního učení uvádějí ve své knize Rabušicová a Rabušic (2008, s. 113–206), kteří učení dělí na: „**profesní, zájmové, občanské a rodinné.**“

- **Profesní vzdělávání dospělých** je zaměřeno na odborné vzdělávání spojené se zaměstnáním, náplní práce, profesí. Aktivity jsou zaměřeny na rozvoj

pracovních kompetencí a rozvoje zaměstnance. Šerák (2009, s. 19) označuje profesní vzdělávání pojmem: „*další profesní vzdělávání*“, které dále dělí dle typu na: „*kvalifikační*“ (zajišťuje prohlubování nebo udržení kvalifikace v rámci pracovního procesu), „*rekvalifikační*“ (k němu dochází při změně kvalifikace) a „*normativní*“ (jiným názvem obligatorní nebo povinné) „*je učení, které bývá upraveno určitou právní normou. Mezi takové vzdělávání patří např. zaškolení při nástupu nového zaměstnance, bezpečnost práce, odborná způsobilost k provozování činnosti atd.*“ (Šerák, 2009, s. 19)

- **Zájmové** vzdělávání dospělých je v kontextu této práce hlavním principem vzdělávání dospělých posléze seniorů. Vzdělávání v oblasti volného času je často označováno jako zájmové a může zahrnovat aktivity, které jsou realizované odborným personálem či organizací pro celé skupiny či jednotlivce. Nesmíme zapomínat ani na neorganizované aktivity, které mohou zahrnovat individuální či skupinové učení v problematice či tématu, které je dané osobě blízké. Zájmové vzdělávání není omezené a je tedy plně v kompetenci daného člověka (Knotová, 2008 s. 169–175).
- **Občanské** vzdělávání dospělých je zaměřeno na člověka směrem ke státu a jeho občanským povinnostem a možnostem. Aktivity probíhají mimo instituce prostřednictvím neformálního a informálního vzdělávání. Působí na vnitřní hodnoty, zásady a postoje člověka. Rozvíjí kritické myšlení, toleranci, morální hodnoty. Věnují se lokálním problémům, politickým (politická gramotnost), enviromentálním, sociálním a kulturním otázkám. Občanské vzdělávání se snaží o rozvoj a vzdělávání ve všech úrovních a aktuálních tématech. Aktivity jsou zaměřené na rozvoj v místě pobytu občana, v jeho regionu, státě, ale míří až na globální úroveň vzdělávání (Hloušková a Pol, 2008, s. 189–192).

Z hlediska legislativních, podpůrných dokumentů, literatury a odborných článků je celoživotní učení stále více zaměřené a společností podporované směrem k problematice profesního vzdělávání dospělých. Nicméně všechny zmíněné typy celoživotního učení jsou navzájem propojené a pro jedince i celou společnost stejně důležité.

Problematické uchopení konceptu vzdělávání dospělých v systému celoživotního učení je patrné i v rámci ČR, neboť i zde je absence právní normy, která by vzdělávání dospělých implementovala do systému vzdělávání (Palán, 2002, s. 166). Pouze okrajově se vzdělávání dospělých dotýká některých právních předpisů (pracovní právo, školské právo), zákonů (např. zákon č. 179/2006 Sb., o ověřování a uznávání výsledků dalšího vzdělávání) a v neposlední řadě strategických dokumentů.

2.2.1 Volnočasová edukace seniorů

„V současné společnosti je již možnost zapojení do edukačních procesů v jakékoliv fázi života jedince považována za jedno ze základních lidských práv. Toto právo je nepopiratelné a nezadatelné, nicméně míra jeho naplnění je závislá na jednotlivých aspektech konkrétní společenské reality, např. na společenské atmosféře, podpoře státu, dostupnosti institucionálního systému edukace, celkové kvalitě života apod. V kontextu realizace principů celoživotního vzdělávání je v posledních letech stále více pozornosti věnováno specifické cílové skupině starších dospělých a seniorů.“ (Šerák, Vidovičová, Wija, 2019, s. 10)

Jak již bylo uvedeno výše, v kontextu struktury celoživotního učení dospělých, je pro tuto práci stěžejní zájmové vzdělávání, neboť je to vzdělávání realizované ve volném čase, které často bývá jako jediné zaměřené na seniory. Šerák (2009, s. 183) ve své publikaci však dodává, že je chybné zařazovat vzdělávání seniorů pouze do kategorie zájmového vzdělání, neboť se v rámci některých vlastností odlišuje. Mezi tyto odlišnosti se řadí motivy, cíle, funkce a charakteristiky typické pro vzdělávání seniorů. Naopak znaky, které charakterizují zájmové vzdělávání i edukaci seniorů jsou v souladu se svobodnou, dobrovolnou volbou jedince, jeho individuálních potřeb a zájmů.

Z výše uvedeného tedy lze konstatovat, že pro úspěšné vzdělávání seniorů je nutné si uvědomit specifika, která mohou ovlivňovat celý vzdělávací proces. Jak již bylo zmíněno v kapitole 1.2 na stárnoucího člověka působí biologické, psychické a sociální aspekty. V rámci toho dochází ke snižování smyslových funkcí, pozornosti, snížení obratnosti, tempa a soustředění. Stárnoucí člověk má zároveň určité charakteristiky, které uvádí Smékalová. Mezi tyto charakteristiky patří:

- „**široký zkušenostní základ**“ – senior do vzdělání vstupu již s bohatými životními zkušenostmi, které může využít v praxi. Pokud bude vysvětlována látka ukázaná na praktických příkladech, pravděpodobně dojde k rychlejšímu zpracování informace a následnému zapamatování a využití v praxi;
- „**preferencí užítu**“ – vždy jsou upřednostněny informace, které přináší užitek a přímé využití v praxi;
- „**emocionálnost**“ – staršího člověka je nutné chválit a povzbuzovat, protože častěji dochází k poklesu sebevědomí a sebejistoty v edukačním procesu;
- „**samostatnost a pečlivost**“ – reflektuje skutečnost, že již bude vykazována vyšší dávka pečlivosti a samostatnosti, která souvisí již se životními zkušenostmi a praxí (Smékalová, 2016, s. 28).

Výše zmíněné charakteristiky dokreslují základní koncept, kterým by se edukace seniorů měla ubírat. Vedle těchto charakteristik je nutné pro optimální vyučovací proces seniorů vymezit funkce, které bude vzdělávání splňovat. Některé vzdělávací aktivity mohou disponovat více funkcemi, případně se budou funkce navzájem překrývat či doplňovat. Významný a často citovaný autor Livečka (1979, s. 143–144) rozlišil čtyři typy funkcí:

První uvedenou funkcí, je funkce „**preventivní**“, která zabraňuje projevu negativních rysů stárnoucího člověka, pomocí různých vzdělávacích a výchovných opatření. Funkce „**anticipační**“ ovlivňuje seniorovu připravenost a přizpůsobivost na budoucí změny, které přirozeně přichází spolu s přibývajícím věkem. Třetí funkce rehabilitační zajišťuje potřebnou obnovu fyzických a psychických sil. Poslední, čtvrtou a dle Livečky (1979, s. 144) nejdůležitější funkcí je funkce „**posilovací**“. Tato funkce ovlivňuje celkovou aktivitu stárnoucích lidí, upevňuje jejich sociální kontakty, zájmy a potřeby s podporou.

U některých autorů můžeme nalézt označení této poslední funkce spíše názvy stimulační/kultivační funkce. Toto označení nalezneme například u Mühlpachra (2009, s. 138).

Výše uvedené rozdělení funkcí je stále velmi využívané a v literatuře se proto často setkáme s její rozšířenou verzí. Podrobněji rozpracované typy funkcí můžeme najít u Špatenkové a Smékalové (2015, s. 38), které uvádějí rozdělení následovně:

- funkce preventivní;

- funkce anticipační;
- funkce rehabilitační;
- funkce posilovací, stimulační/kultivační;
- funkce kompenzační – pomáhá zajistit náhradu úbytku sociálních vztahů a kontaktů;
- funkce aktivizační – přináší možnosti vyšší angažovanosti seniora do společnosti v rámci dané činnosti;
- funkce komunikační – podporuje možnosti komunikace nejen s účastníky dané aktivity, ale i s celou společností;
- funkce relaxační – podněcuje možnosti v oblasti relaxace, odpočinku jedince a se zaměřením na plnohodnotné trávení času;
- funkce mezigeneračního porozumění – prohlubuje v rámci aktivit pochopení mezi generacemi a přináší řešení vzájemného napětí.

Vedle základních charakteristik a funkcí, které má edukace seniorů mít, jsou zde možné limity a překážky, které působí na stárnoucího člověka. Tyto překážky vymezila ve své knize Zormanová (2017, s. 48–49). Mezi nejčastější jsou uváděné nedostatečné finanční prostředky spolu s předsudky, že vzdělávání je spíše pro mladší osoby a dospívající. Dále autorka uvádí nedostatečnou vůli ke studiu, negativní zkušenosti se vzdělávacím systémem, nízkou sebedůvěru a v neposlední řadě také nepříznivý zdravotní stav (Zormanová, 2017, s. 48–49).

2.2.2 Motivace ke vzdělávání seniorů

Důležitým prvkem nejen ve vzdělávání je motivace, která člověka nutí uspokojovat své vlastní potřeby. Jedná se o určité vnitřní impulzy a touhy, díky kterým jde jedinec stále kupředu a které určují směr jeho jednání. Veber (2009, s. 110) definuje motivaci jako: *„vnitřní stav člověka, ovlivněný přáními, tužbami, úsilím, představami atd., který způsobuje určité chování a aktivitu člověka.“* Z výše uvedeného je patrné, že se jedná o určitý proces, který je příčinou našeho jednání a směřuje k určitému cíli.

Tento proces motivace můžeme popsat dle Armstronga (1999, s. 296) v několika fázích. První fáze obsahuje zjištění neuspokojené potřeby či tužby. Na základě této potřeby dochází ke stanovení cíle, který uspokojí danou potřebu. Stanovení cíle je tedy fáze druhá. Třetí fází je realizace kroků a postupů k dosažení cíle. Pokud jsou

podniknuté kroky a postupy za účelem naplnění cíle úspěšné, dochází k poslední fázi a tím je uspokojení potřeb. V opačném případě nastává nový, opakující se proces motivace, který obsahuje nové kroky a postupy, aby došlo k uspokojení dané potřeby či tužby (Armstrong, 1999, s. 296).

„Dospělý člověk, který je správně motivován, se chce stále učit a zdokonalovat, neboť pociťuje rozdíl mezi tím, čím si přeje být a tím, čím v současnosti je.“ (Mužík, 2004, s. 24–25) Zde je důležité si uvědomit, že v průběhu života, spolu se zvyšujícím se věkem člověka, se mění jeho hodnoty, potřeby, motivy a osobní touhy. Tyto osobní hodnoty, potřeby, a motivy ovlivňují také již výše zmíněné faktory: biologické, psychické a sociální (kapitola 1.2). Proto je zřejmé, že jinak bude motivován jedinec, který je dospívající, bez zdravotních komplikací oproti seniornímu jedinci například se zdravotním omezením atd.

Specifika práce se seniory v oblasti motivace uvádí ve své publikaci *„Motivační prvky při práci se seniory“*. Klevetová (2017, s. 36) Autorka Klevetová (2017, s. 36) zmiňuje tři hlavní klíče k motivaci seniorů. Prvním bodem je **„Touha dosáhnout cíle“**. Zda jedinec má dostatečně velkou touhu dosáhnout cíle, která mu pomůže naplánovat si dílčí a reálné kroky pro jeho splnění. Druhým bodem je **„Důvěra ve vlastní schopnosti“**, kdy senior věří, že má pro daný cíl předpoklady, věří ve své schopnosti. Případně má oporu v okolí, které mu pomůže. Třetím bodem je **„Vlastní představa dosažené změny“**. Jedinec by měl mít představu, jak bude vypadat jeho život po dosažení cíle, bude doopravdy spokojen? Dělá změnu ze svého vlastního přesvědčení?

Výše zmíněné fáze odrážejí zejména prvky vnitřní motivace. Právě vnitřní motivace vychází z vlastního a jedinečného přesvědčení či osobnostního nastavení jedince, které dále ovlivňují jeho osobnostní rozhodnutí a tím i jeho život. Prvky vnitřní motivace ovlivňují také momentální či dlouhodobě neuspokojené potřeby a odráží předchozí pozitivní, ale i negativní zkušenosti. Beneš (2008, s. 90) ve své publikaci uvádí čtyři hlavní motivy, které seniora podněcují k účasti na vzdělávání. Motivory jsou ovlivněny faktory jako je věk, dosažené vzdělání, zájmy, umění se učit, kulturním i sociálním životě. Mezi tyto čtyři motivy autora Beneše (2008, s. 90) se řadí:

- touha po nových sociálních kontaktech;

- znovunalezení životního smyslu;
- potřeba pro zvládnání fyzických, psychických a sociálních změn, které přichází se stárnutím;
- udržení nebo obnovování vlastních sil. (Beneš, 2008, s. 90)

Mezi další motivy nebo důvody, jak je označuje Žumárová (2012, s. 71), které ovlivňují vstup seniora do dalšího vzdělávání se řadí potřeba být aktivní, seberealizovat se, získávat nové poznatky a rozvíjet dosavadní vědomosti, zájmy či svou specializaci. Mezi další důvody uvádí i potřebu zachovat si stávající vědomosti, dovednosti po stránce fyzické, psychické a sociální. Častým důvodem také bývá potřeba si udržet samostatnost, soběstačnost. Jako poslední dva důvody autorka uvádí znovunalezení smyslu života a touhu vytvářet nové sociální kontakty, díky kterým dojde k celkovému přijetí ve společnosti (Žumárová, 2012, s. 71).

2.2.3 Možnosti vzdělávání seniorů

Smysluplná aktivita je prospěšná ve všech fázích života, neboť jak je uvedeno: „Aktivita, a to nejen ve stáří, mobilizuje psychickou i fyzickou stránku osobnosti člověka.“ (Šimíčková-Čížková, 2008, s. 147) Z toho důvodu je nutné nabízet seniorům stejně rozmanitou nabídku aktivit, činností a vzdělávání jako tomu je u každé jiné věkové skupiny. Pokud je senior navíc správně motivován a rozhodne se aktivně vzdělávat a seberealizovat je nutné vybrat vhodnou edukační aktivitu, která bude reflektovat hlavní požadavky, zájmu a bude uzpůsobena uchazeči, jeho kvalitám, dosaženému vzdělání a zkušenostem.

Špaténková a Smékalová (2015, s. 27) rozlišují tři kategorie aktivit zaměřené na edukaci:

- „Edukace školského typu“;
- „Edukačně preventivní programy“, které si kladou za cíl předcházet předčasnému stárnutí;
- „Sociálně edukační aktivity“ realizované v pobytových institucích zaměřených na seniory.

Do první kategorie spadají institucionalizované edukační aktivity, které mají specifické zaměření, vymezené cíle i témata a využívají metodické postupy, které jsou předávány vysoce kvalifikovanými odborníky. Do základního výčtu nabídky edukačních aktivit se řadí: univerzity třetího věku (U3V), virtuální univerzity

třetího věku (VU3V), akademie třetího věku (A3V), dále veřejné knihovny či kluby seniorů.

Univerzity třetího věku jsou realizované v rámci celoživotního vzdělávání na vysokých školách po celém světě. Nabídka programů a jednotlivých kurzů je vyučována formou semestrální výuky v rozsahu 2 až 4 semestrů. Výsledkem není akademický titul, ale pouze diplom či certifikát o absolvování studia. Studium je zaměřeno na vědecké poznatky, získávání nových informací, rozvoj dosavadních znalostí, rozvoj osobnosti seniora, ale zaměřeno je i na rozvoj duševního zdraví. Forma výuky je nejčastěji prezenční, kdy uchazeč v dopoledních hodinách, pár dní v týdnu navštěvuje danou instituci. Specifická forma výuky, která kombinuje prezenční a distanční výuku je realizovaná na **VU3V**. Systém výuky vyžaduje samostatnou práci s počítačem a informačními technologiemi. Materiál k výuce je k dispozici online a uchazeč se pod svým přístupem dostane k online video přednáškám a potřebnému materiálu. Vedle svého domácího prostředí mohou seniori využívat konzultační střediska (knihovny, úřady, místní školy, informační centra atd.), které s univerzitou spolupracují (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 96).

Akademie třetího věku mají volnější formu výuky a mohou fungovat samostatně bez nutnosti vazby na vysoké školy. Organizátorem mohou být například městské knihovny, neziskové organizace a seniorské kluby. Výuka je zajišťována formou přednášek, workshopů, ale i výletů, pohybových seminářů či různých exkurzí a jednorázových akcí. Obdobně fungují i **kluby seniorů či seniorská centra**, které mají více zájmový charakter. Pozitivně působí na rozvoj osobnosti, vědomostí, sociálních kontaktů i fyzická daného účastníka (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 99).

Poslední dvě uvedené kategorie „*Edukačně preventivní programy*“ a „*Sociálně edukační aktivity*“ se často svou podstatou i nabídkou prolínají a jejich zastoupení je skrze státní, neziskový sektor – pobytová zařízení pro seniory, pečovatelské domy, rehabilitační a nemocniční zařízení a nestátní sektor – agentury domácí péče, denní centra pro seniory, soukromé kliniky (Špatenková a Smékalová, 2015, s. 27).

Nabídka volnočasových a vzdělávací aktivit v domovech pro seniory musí navíc splňovat určitý standart, který zohlední veškerá specifika práce s touto věkovou skupinou. Dokument s názvem „*Doporučený standard kvality pro domovy pro seniory ČR*“, který v roce 2015 vydala Asociace poskytovatelů sociálních služeb

České republiky (APSS ČR, 2015, s. 11–14) vymezuje ve své části dokumentu základní přehled těchto činností.

Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky (2015, s. 11–14) dělí tyto činnosti na čtyři základní skupiny: „*činnosti výchovné, vzdělávací a aktivizační nebo sociálně terapeutické*“. Nabídka aktivit v zařízení je dále rozdělena do sekcí: „*kultura, sport a pohyb, vzdělávání a duchovní programy*“.

- V rámci sekce kultury by mělo zařízení nabízet nejen společenské akce odpovídající cílové skupině v daném zařízení, ale také zajistit prostory pro vlastní kulturní a společenské akce v prostředí zařízení. „*Výběr z nabídky kulturních a společenských aktivizačních programů podle svých potřeb a zaměření nabízí poskytovatel minimálně 2× v měsíci.*“ (APSS ČR, 2015, s. 11–14) Zajištěna by měla být také případná doprava a doprovod na kulturní akce konané mimo zařízení (APSS ČR, 2015, s. 11–14).
- Sportovní a pohybové aktivity (kondiční či relaxační) musí zařízení realizovat spolu s odborným personálem na danu problematiku alespoň 3x týdně s různým zaměřením (APSS ČR, 2015, s. 11–14).
- Vzdělávání zahrnuje aktivity se zaměřením na trénink paměti, rozvoj vědomostí a znalostí v určitém oboru až po výuku jazyků. Aktivity mohou mít formu přednášek, diskusních pořadů, besed či pravidelných kurzů. Četnost těchto hodin je stanovena minimálně na dvě v měsíci (APSS ČR, 2015, s. 11–14).
- Poslední sekce obsahuje duchovní aktivity, které jsou důležité pro věřící klienty zařízení. Zařízení by měl zprostředkovat možnost účasti na pravidelných bohoslužbách či mají možnost využít kontakt na duchovní či pastorčí péči (APSS ČR, 2015, s. 11–14).

Všechny výše zmíněné činnosti mají svá specifika a využívají různé aktivizační metody a techniky. Z toho důvodu je nutná organizace ze strany odborných pracovníků, kteří působí v konkrétním zařízení. Zároveň je, ale zákonem č. 198/2002 Sb., *o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů* a v zákoně č. 108/2006 Sb., *o sociálních službách*, legislativně ukotvena účast a spolupráce dobrovolníků, kteří se podílejí na realizaci volnočasových a vzdělávacích aktivit (Česko, 2002, nestránkováno).

Aktivity, které jsou nejčastěji realizovány s pomocí dobrovolníků se zaměřují na tvůrčí a zájmové aktivity. Mezi takové se řadí malování, práce se dřevem, s hlinou, s přírodními materiály, klasické ruční práce (háčkování, vyšívání), sochařství. Dále umělecko-kulturní aktivity, různá vystoupení hudebních, divadelních či tanečních spolků, přednášky odborníků na různá témata – víno, cestování, historie. Vzhledem k tomu, že se jedná o aktivity pořádané dobrovolníky není doporučený měsíční rozpis aktivit. Vždy záleží na zájmu osob z daného zařízení a časových možnostech dobrovolníka.

V kapitolách níže budou uveřejněny informace o tom, zda doporučený standart splňují dva vybrané domovy na maloměstě a zda jsou klienti spokojeni s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit.

2.2.4 Vzdělávání seniorů v číslech

Dlouhodobým problémem napříč celým vzdělávacím systémem je absence statistických dat, které by přehledně vyobrazovaly aktuální situaci nejen v oblasti zájmového vzdělávání seniorů. V návaznosti na chybějící data, neexistující systém vzdělávání a jednotnou metodiku je obtížné reagovat na požadavky společnosti v oblasti edukace seniorů. Zároveň je odborníky poukazováno na to, že: *„Dlouhodobé sledování trendů účasti populace na dalším vzdělávání a komparace získaných dat je přitom jedním z výchozích předpokladů efektivní tvorby relevantních a účinných veřejných politik.“* (Šerák, Vidovičová a Wija, 2019, s. 11)

Jedno z aktuálních šetření, které se mimo jiné zabývalo šetřením v oblasti volnočasové edukace, je šetření již zmiňované agentury MindBridge Consulting ve spolupráci s MPSV (2020, s. 14-15). Z výsledků v oblasti vzdělávání seniorů vyplývá, že vzdělávacím aktivitám ve volném čase se občas věnuje 14 procent respondentů, ale pouze 7 procent se vzdělávání věnuje pravidelně. Téměř 77 procent dotazovaných uvedlo, že se ve svém volném čase edukačním aktivitám vůbec nevěnuje. Patrné rozdíly v procentech jsou zaznamenány i mezi jednotlivými věkovými skupinami. Nejlépe je na tom skupina seniorů ve věku 55–64 let ve které se vzdělává 27 % dotazovaných o 7 % méně je to v kategorii od 65 let. V kategorii nad 75 let je to již pouze 15 % seniorů a nad 80 let se vzdělává pouze 10 % z dotazovaných (MPVS, 2020, s. 14-15).

Výzkum byl dále zaměřen na souvislost seniorské edukace a již dosaženého stupně vzdělání, které je uváděno jako další důležitý aspekt ovlivňující trávení volného času. Respondenti, kteří mají vystudovanou vysokou školu mají tendence se pravidelně vzdělávat po celý život. Výjimkou tedy není ani období senia v rámci kterého se vzdělává 49 procent dotazovaných. Respondenti s maturitou se věnují vzdělávání v 28 procentech, o 11 procent méně je to u středoškolsky vzdělaných bez maturity. Senioři pouze s dosaženým základním stupněm vzdělání jsou nejméně početnou skupinou (8 procent), která se věnuje edukačním aktivitám. (MPSV, 2020, 15–16)

Oblasti, ve kterých se senioři vzdělávají mají široké zastoupení od výuky jazyků, kdy nejsilnější zastoupení má anglický jazyk (uvedlo 13 % seniorů) přes četbu (uvedlo 12 %) až po internet (uvedlo 9 %) či počítačové technologie. U3V v rámci tohoto šetření zmínilo 7 % dotazovaných, kurzy a přednášky byly uvedeny u 10 % respondentů (MPSV, 2020 s. 17).

Mezi další významný výzkum se řadí šetření Adult Education Survey (AES) z roku 2016, kterého se účastnilo 12 272 respondentů (ČSÚ, 2016, s. 3). Výzkum je zaměřen na informace a statistická data prezentující účast dospělých jedinců ve věku 25–64 let na celoživotním učení. V rámci výzkumu, byla pro potřeby České republiky rozšířena věková skupina i na osoby ve věku 18 až 69 let, která však do dat v rámci srovnání EU není zahrnuta. Výzkum reflektuje žalostnou situaci ve věkové skupině seniorů v účasti na formálním i neformálním vzdělávání.

V oblasti formálního vzdělávání je u osob ve věku 60-69 účast velmi mizivá a nedosahuje ani 1 %. V Oblast neformálního vzdělávání je účast osob ve věku 55–64 let zaznamenána u 29,1 % z toho celých 23 % uchazečů uvedlo pouze zaměření na pracovní vzdělávání nikoliv na mimopracovní vzdělávání. Ve věkové struktuře 65-69 let je účast již pouze u 9 % z čehož oblast zaměřenou na mimopracovní vzdělávání uvedlo 6 % respondentů (ČSÚ, 2016, s. 17).

Výzkum mimo jiné potvrdil vliv jednotlivých faktorů, které ovlivňují zaměření věkových skupin na vzdělávání. V rámci pohlaví je patrná převaha mužů v orientaci na pracovní neformální vzdělávání, zatímco u žen je převaha v oblasti mimopracovně orientovaném vzdělávání (ve skupině 55-64 let tvoří 8 % ženy a 4% muži, ve skupině 65-69 let tvoří ženy 9 % a muži 3 %). Zároveň stejně jako v předchozím zmiňovaném výzkumu byla potvrzena skutečnost, že čím vyšší je

dosažené vzdělání, tím se zvyšuje účast dané skupiny na dalším vzdělávání. V oblasti zájmu mimopracovního vzdělávání je na prvních místech studium cizích jazyků, následuje kombinace aktivit od sportu přes kuchařské aktivity až po řidičská oprávnění. Dále respondenti zmiňují oblast umění a humanitních věd či zdravotní a sociální péči (ČSÚ, 2016, s. 17).

3 Maloměsto a pobytová zařízení pro seniory

Třetí kapitola obsahuje definice maloměsta včetně důležitých informací ohledně fungování a stereotypů maloměsta, ale i možného vlivu na místní obyvatele. Níže uvedené informace jsou nutné pro celkový přehled a orientaci v tématu této diplomové práce.

3.1 Obecná definice maloměsta

„*Slovník spisovné češtiny*“ (Academia, 1994, s. 386) definuje pojem „Maloměsto“ jako menší město s nevýrazným kulturním a společenským životem. Obdobnou definici prezentuje také online slovník (Lingea, 2021, nestránkováno), který popisuje pojem „maloměsto“ jako malé, menší město (s menším společenským ruchem). Obě definice mají společné označení, co se týče velikosti města, které se v zásadě pojí s počtem obyvatel na rozlohu daného města. Z definic výše lze tedy usuzovat, že maloměsto bude mít ve většině případech spíše menší počet obyvatel, což dále může mít za následek menší společenský a kulturní rozvoj v daném maloměstě. Problematika, která popisuje kulturní rozvoj, společenský rozvoj a stereotypy spolu s názorem autorky práce bude detailněji rozebrána v následující podkapitole číslo 3.2.

Z lingvistického pohledu, řadíme slovo „Maloměsto“ do skupiny složenin. „*Slovo významově vyjadřuje bližší určení části druhé povahy souřadně přívlastkové, tj. má asi takový význam jako souřadný přívlastek; tedy maloměsto znamená zhruba totéž co malé město.*“ (Trávníček, 1936, s. 21) Z této definice lze také usuzovat, že města, která jsou obecně označena jako malá, se mohou zařadit do kategorie „maloměsta“. Kdy je obec definována jako město, maloměsto či pouze jako obec, je možné vymezit z pohledu platné legislativy České republiky, která definuje konkrétní počet obyvatel v obci.

Definice samostatného pojmu „maloměsta“ bohužel není předmětem v administrativně-správních dokumentech České republiky. Dokumenty definují obecný pojem „města“, který je v těchto dokumentech konkrétně popsán a vymezen. Město z legislativního pohledu popisuje *Zákon o obcích (obecní zřízení)*, neboli zákon č. 128/2000 Sb., který v § 3 vymezuje zákonitosti, která určují, v jakém případě se obec stává městem. V odstavci č. 1 je jasně ustanoveno, kdy se obec stává městem. Tato hranice je vymezena počtem obyvatel, kdy obec musí mít

minimálně tři tisíce obyvatel a zároveň musí být podmínka podpořena předsedou Poslanecké sněmovny po vyjádření vlády. K objektivnímu posuzování žádostí pro změnu statusu obce na město využívá vláda České republiky usnesení ze dne 2. května 2001 č. 418 + P. Do kritérií zákona č. 128/2000 Sb. je zařazen již zmiňovaný celkový počet obyvatel. Dále musí být splněna podmínka přizpůsobení zástavby obce. Do těchto úprav se řadí výstavba chodníků, oficiální pojmenování ulic včetně prostranství náměstí, veřejné zeleně, parků atd. Vedle zástavby musí být splněna podmínka fungující infrastruktury. Obec, která žádá o status města musí disponovat občanskou vybaveností (základní školou, zdravotním zařízením, společenským sálem...). Po splnění těchto podmínek, které jsou blíže specifikovány ve výše uvedeném zákoně č. 128/2000 Sb. se může obec považovat za město (Česko, 2000, § 3).

Pro tuto diplomovou práci je určujícím faktorem splnění podmínky maloměsta, tedy malého města. Do výběru výzkumného proto budou zařazeny města s alespoň minimálním počtem obyvatel, které musí přesahovat, dle výše zmíněného zákona 3000 obyvatel a je již schváleno předsedou Poslanecké sněmovny s vyjádřením vlády. Města, která mají titul z historického původu (Zákon č. 128/2000 Sb., 3 §, odst. č.3), ale zároveň nesplňují podmínku 3000 obyvatel nebudou v práci považovány za maloměsto.

Demografické rozložení obyvatelstva v legislativně uznaných městech a dat Českého statistického úřadu (ČSÚ, 2020a, nestránkováno) zveřejněných na jejich webových stránkách, měla Česká republika měla ke dni 1. 1. 2020 celkově 607 měst, tj. měst s uděleným statusem města, a z toho v 207 z nich bydlelo méně než 3 000 obyvatel. Mezi velká města nad 100 000 obyvatel bylo zařazeno 5 měst (Praha, Brno, Ostrava, Plzeň a Olomouc). Dále v České republice nalezneme 18 měst s více než 50 000 obyvateli. Mezi středně veliká města se řadí města, které mají od 15 000 obyvatel do již zmíněných 50 000, těch je v České republice celkem 71. Města, která spadají do vymezené kategorie maloměsta mají počet obyvatel od 3 000 do 15 000 a v České republice jich je 311 (ČSÚ, 2020a, nestránkováno).

Z toho vyplývá, že vrchní určující hranice pro maloměsto je v rámci této diplomové práce, s ohledem na velikost měst v České republice, 15 000 obyvatel. Tato horní hranice také vyhází z publikované studie: „*Between Urban and Rural: Sustainability of Small Towns in the Czech republic*“ autorů Vaishara, Zapletalové

a Novákové (2016, s. 355), která analyzuje postavení malých měst v českém systému osídlení a využívá výše zmíněné 15 000 hranice.

Posledním kritériem pro tuto práci je, aby na území maloměsta bylo zřízeno pobytové zařízení pro seniory.

3.2 Sociologický pohled na maloměsto a stereotypy

Informace a definice maloměsta, uvedené v předchozí kapitole, přesahují svým vymezením do administrativně správních dokumentů, tyto informace lze také podložit historickými souvislostmi a statistickými daty ohledně počtu obyvatel. Oproti tomu, podkapitola číslo 3.2 je zaměřena na definici maloměsta z pohledu sociologie, vlivu na místní obyvatele a stereotypů se kterými se v rámci pojmu maloměsta můžeme setkat.

Jeden z českých sociologů, který se věnoval fenoménu malého města je autor Inocenc Arnošt Bláha. Počátek jeho badatelské kariéry se datuje do roku 1908 a váže se k jeho nedochované disertaci s názvem „*Duše malého města*“. Bláha se aktivně věnuje, i v jeho dalších publikacích, tématům opírající o maloměsto, život kolem něj, psychologii, morálku či problémy ohledně výchovy lidí. Jeho obsah byl také často publikován v periodikách a novinách a tím byla prohloubena popularita děl u širší veřejnosti. Přínosem byla také jím využívaná metodologie, neboť se jedná o jeden z prvních českých sociologických výzkumů prováděných pomocí dotazníkové metody. Myšlenky a poznatky, autora Bláhy aktivně využívají současní autoři a badatelé z oblasti sociologie, mezi tyto autory se řadí sociolog Dušan Janák (Janák, 2006, s. 14).

Janák rozvádí myšlenku maloměsta v návaznosti na analýzu textů Bláhy z pohledu tradic spojené s rychlostí pokroku a modernizace. „*Malé město je pojednáno jako jev, v němž se stýká tradice s pokrokem, sociální statika s dynamikou, konzervativní s moderním. Prvkem statickým, tradičním, konzervativním je v celku národní společnosti venkov. Na opačném konci vývojové metafory stojí město s atributy pokrokovosti, dynamiky, modernosti. Malé město je ohniskem přechodu.*“ (Janák, 2006, s. 16) Z pohledu této myšlenky vyplývá, že maloměsto uchovává v základu klidné prostředí, ve kterém je možné snadněji podporovat a rozvíjet tradice a současné zvyky místních obyvatel, ale zároveň do něho proniká vlivem modernizace světa i určitý pokrok. Nedochází tedy ke stagnaci prostředí a obyvatel,

ale dochází k dynamickému rozvoji společnosti, výstavby, infrastruktury a možností v různých oblastech. Současně, ale nedochází k takové anonymitě a odtažitosti jako k tomu může docházet ve velkých městech.

V návaznosti na výše uvedené, se řadí mezi další primární znaky maloměsta, silné společenské jevy a konvence, které odráží veřejné mínění obyvatel. Skrze tyto společenské jevy, úsudky a psychické ladění místních obyvatel se určuje společenské „maloměstské“ klima, které může být více či méně přívětivé pro osoby mimo komunitu, které se pokouší do tohoto společenství přidružit. Pokud spřízněná komunita narazí na osobu či skupinu osob, které tyto společenské konvence porušují, zpravidla vzniká konflikt, který přináší další problémy. Neboť stejně tak, jako na vesnicích, se i na maloměstě setkáme s větší blízkostí obyvatel, pospolitostí, kde se vytrácí určitá míra anonymity, kterou lze nalézt ve větších městech.

Dalším rysem, který ovlivňuje sociologické klima a společenský rozvoj maloměsta jsou prostorové struktury a umístění maloměst v rázu krajiny. Prostor maloměsta se zpravidla utváří pomaleji než celkové prostředí velkých měst, kde je více činitelů v jedné oblasti. V prostředí maloměsta je tedy snazší ovlivňovat důsledky změn v oblasti rozvoje osídlení, udržitelnosti či ekonomického využití (Sýkora, 2003 s. 218). Snáze tedy dochází k mapování potřeb obyvatel a samotní lidé mají blíže k ovlivňování těchto změn. V praxi to může vypadat tak, že se obyvatelé podílejí na tvorbě programu v jednotlivých organizacích, plánování výstavby dětského hřiště, možné cyklostezky, parku atd.

Stereotypy, které označují maloměsto jako prostředí s nevýrazným společenským ruchem, nedostatečné nabídky volnočasových příležitostí, nabídek práce, škol a vzdělávacích institucí, které jsou nejčastěji směrem k pojmu maloměsta vnímány, jsou po výše uvedené analýze vázané spíše na dobové zařazení těchto definic. Postupnou modernizací již ve většině malých městech nalezneme bohatou nabídku služeb a možností pro místní obyvatele. Atraktivitu malých měst a příměstských oblastí potvrzuje také současná situace reflektující vnitřní migraci obyvatel, kdy se zvedá popularita uchylování mladých lidí v oblasti malých měst či příměstských oblastí s dojezdovou vzdáleností k většímu městu. Faktem tedy je, že *„český venkov mimo metropolitní území velkých i středních měst s velikostí nad 10 tisíc obyvatel v současnosti migračně roste, v případě malých obcí dokonce výrazným tempem.“*, (Špačková, Ouředníček, a Feřtová, 2011, s. 787)

Toto tvrzení je dále podloženo šetřením Českého statistického úřadu publikované v publikaci s názvem „*Demografie, revue pro výzkum populačního vývoje*“, kde byl sledován pohyb mladých dospělých ohledně vývojového trendu v důsledku rozvoje suburbanizace (ČSÚ, 2022 s. 34). Studie mapovala stěhování mladých dospělých zejména z oblasti Prahy do okrajových částí. „*jsme si vědomi, že stále větší počet mladých dospělých žije v suburbii, odkud cestuje do škol a zaměstnání do Prahy.*“ (ČSÚ, 2022 s. 34) V rámci studie bylo publikováno, že do suburbii se stěhují zejména dospělí ve věku 25–39 let a děti ve věku 0–4 let, často společně s jejich seniorními rodiči či prarodiči. Tato skutečnost je dána měnící se preferencí v důsledku založení rodiny a zachování její funkčnosti. V rámci migrace těchto obyvatel do menších měst či okrajových oblastí měst dochází k naplnění potřeby být v klidnějším prostředí, blízko přírody a tradicím ovšem spolu s komfortem města (dojezdová vzdálenosti či blízkost nákupního centra, zaměstnání, kulturního vyžití či městské hromadné dopravy). Významnou roli hraje také ekonomická stránka týkající se výše nájmu a cen nemovitostí, které bývají v malých městech či okrajových oblastech městských částí pro mladé rodiny s dětmi dostupnější.

Výše zmíněné definice a stereotypy jsou velmi zásadní a přináší možné pohledy jakým způsobem může být společnosti směrem k maloměstu nebo tedy k menšímu městu postavena. Maloměsto je stereotypně popisováno jako menší město, kde není tolik možností pro vzdělávání, zábavu, sportovní vyžití, kulturu či práci. To přináší dojem, že služby (nejen v domovech pro seniory) budou méně rozmanité a kvalitní. Osobně autorka vnímá tyto předsudky jako chybné, neboť i na maloměstě bývá nabídka aktivit různorodá a kvalitní. Služby jsou také často časově, cenově dostupnější a lépe funguje určitá propojenost města, místní komunity a společenských tradic či zvyků. Jsou upevňovány sociální vazby, prohlubuje se komunikace a spolupráce účastníků, instruktorů či lektorů. Právě blízkost účastníků a propojenost jednotlivých aktivit přináší také další možnosti pro rozvoj či vznik nových aktivit, které budou mít pevný základ pro dlouhodobé a stabilní fungování.

3.3 Pobyťová zařízení pro seniory a jejich členění

Obecným aspektem sociálních služeb v pobytových zařízeních je pomáhat zejména stárnoucím, handicapovaným či jinak znevýhodněným lidem. Zařízení se soustředí na podporu, rozvoj a zachování zdraví a soběstačnosti klientů. Dále pomáhá zachovat životní úroveň a zařazení jedince ve společnosti či komunitě v souladu s

respektem k základním lidským a občanským právům, které nijak neohrozí lidskou důstojnost adresátů sociálních služeb.

Zákon o sociálních službách č. 108/2006 Sb. v § 2 definuje základní zásady sociálních služeb. K těmto zásadám dle zákona č. 108/2006 Sb. v § 2 patří: „zachování individuálního přístupu, aktivizace k samostatnosti, rovnoprávnost a dobrovolnost.“ (Česko, 2006a, § 2) Na základě těchto zásad byly vypracovány standardy kvality poskytování sociálních služeb, které jsou publikovány v dokumentu s názvem „*Bílá kniha v sociálních službách*“ (APSS ČR, 2003) V dokumentu nalezneme formulaci principů, které tvoří základ pro sociální služby České republiky, a to nejen v pobytových zařízeních. Mezi základní principy uvedené v „*Bílé knize v sociálních službách*“ řadíme:

- „**Princip nezávislosti a autonomie uživatelů sociálních služeb**“ – jedná se zejména o prvotní, specifickou podporu jedince, která respektuje rozdíly, odlišnost, a jedincovu individualitu. Tato podpora následně vede k nezávislosti, díky které se jedinec může znovu osamostatnit bez jakékoli další pomoci;
- „**Princip začlenění a integrace do společnosti**“ – tento princip vnímám v kontextu této práce jako velmi důležitý. Chránit jedince před sociálním vyloučením a umožnit mu začlenění do společnosti od základních činností jako je například možnost nákupu až po možnost účastnit se vzdělávacích aktivit, aktivit volného času, seberochoje či být součástí nějaké komunity dalších osob se společným zájmem;
- „**Princip respektování potřeb a individuality uživatele**“ – reaguje na nutné respektování potřeb jedince v rámci jeho individuality, nálad a pocitů, které jsou vázané na jeho zdravotní a životní situace;
- „**Princip rovnosti bez diskriminace**“ – pro každého člověka, který je součástí sociálních služeb se musí dostat stejnému přístupu, péči bez ohledu na jeho původ, vzdělání, víru, věk, pohlaví či sexuální orientaci;
- „**Princip komunity, partnerství a spolupráce**“ – reflektuje potřebu kooperace jednotlivců vůči společnosti a samosprávných celků (stát, obce či kraje). Spolupráce je nutná pro správné a kvalitní fungování v oblasti sociální práce;
- „**Princip poskytování služeb v určité kvalitě**“ – profesionalita a odpovědnost sociálních pracovníků musí být v souladu s přijatými standardy. Díky tomu se

vytváří princip kvalitní a bezpečné péče pro osoby, které mají zájem či potřebu sociální péče a přináší jistotu pro jejich rodiny a blízké;

- **„Princip národní standardy, rozhodování v místě“** – je princip, který má zajistit vhodné služby, pro jednotlivce i komunity v konkrétním místě či lokalitě. Služby musí dodržet určitý národní rámec, ale do jisté míry se mohou přizpůsobit nutným potřebám (APSS ČR, 2003, s. 9).

Z výše zmíněných sociálních principů a cílů vychází hlavní zásady sociálních služeb, které se promítají skrze jednotlivé formy těchto služeb.

Zákon o sociálních službách č. 108/2006 Sb. definuje v § 33 tři základní formy sociálních služeb, a to „*terénní, ambulantní a pobytové*“ (Česko, 2006a, § 33) Terénní služby jsou běžně poskytovány vybraným sociálním pracovníkem, který dochází či dojíždí do místa bydliště klienta. V tomto případě je zachováno přirozené prostředí a klient tak není vytržen z prostředí svého domova a blízké rodiny. Ambulantní služby jsou zprostředkovány v sociálním zařízení, které se zpravidla nachází v dojezdové vzdálenosti, jelikož klient využívá přímých služeb v daném zařízení. Tato služba je časově náročnější, jelikož klienti často potřebují do daného zařízení dopravit. Poslední forma sociální služby zahrnuje sociální služby spolu s ubytováním klienta v sociálním zařízení (Česko, 2006a, § 33).

Péče o seniory v pobytových zařízeních bývá zpravidla komplexní záležitost, která vyžaduje zdravotní, ale také sociální péči. Aby byla jedinci, který využívá služeb v pobytových zařízeních zajištěna potřebná a individuální péče, nalezneme v současnosti různé typy pobytových zařízení, které mohou sloužit pro seniory.

Mezi pobytová zařízení, které mohou využívat senioři patří dle zákona *O sociálních službách* č. 108/2006 Sb. následující:

- **Odlehčovací služby** – jedná se o zprostředkování pobytových služeb pro osoby se sníženou soběstačností, která je ovlivněna přibývajícím věkem, chronickým onemocněním nebo zdravotním omezením, které má vliv celkové fungování člověka. Hlavním cílem je zajistit odpočinek a kompenzaci pro zmírnění výše uvedených následků (Česko, 2006a, § 44).
- **Týdenní stacionáře** – navštěvují taktéž osoby se sníženou soběstačností na kterou mají vliv uvedené faktory z odstavce výše. Hlavním rozdílem je to, že

tyto osoby využívají pobytu a péče pouze během pracovních dní, kdy se o tyto osoby nemohou starat rodinní příslušníci (Česko, 2006a, § 47).

- **Domovy pro osoby se zdravotním postižením** – mohou využívat osoby, které mají zdravotní postižení, kvůli kterému je nutný nepřetržitý kontakt a pomoc jiné osoby. Není tedy primárně určen pro seniory (Česko, 2006a, § 48).
- **Domovy pro seniory** – je výhradně určen pro osoby v seniorském věku, které vyžadují pomoc a nemohou se o ně starat jejich rodinní příslušníci, či vyžadují odborný dohled, který je ve většině případech součástí daného zařízení (Česko, 2006a, § 49).
- **Domovy se zvláštním režimem** – se vyznačují možností specifického přizpůsobení režimu a celkového pobytu osobám, které mají chronické duševní onemocnění, různé typy demencí (Alzheimerovou, stařeckou atd.), či mají závislosti na návykových látkách (Česko, 2006a, § 50).
- **Chráněné bydlení** – je forma sociální služby, která umožňuje bydlení individuální, ale také skupinové. Zpravidla je určeno pro osoby: „*kteřé vyžadují pomoc druhé osoby z důvodu zdravotního postižení nebo chronického onemocnění, včetně duševního onemocnění.*“ (Česko, 2006a, § 51)
- **Sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče** – poslední možnost ubytování s lůžkovou péčí poskytují zdravotní zařízení, které jsou často součástí nemocničního zařízení. Zde jsou umístěni klienti, kteří nemají blízké osoby, které se mohou intenzivně věnovat jejich péči či klienti, kteří kvůli svému zdravotnímu stavu nemohou být ubytováni v zařízeních, které jsou uvedeny výše (Česko, 2006a, § 51).

Z výše zmíněných pobytových zařízení jsou v oblasti péči o seniory nejvíce využívané právě domovy pro seniory. Dle dat Českého statistického úřadu bylo ke dni 31.12. 2019 zaevidováno celkem 529 domovů s celkovou kapacitou 36 910 míst. Obsazenost těchto míst se dlouhodobě pohybuje kolem 95 % (ČSÚ, 2020b, nestránkováno).

4 Empirické šetření – Volný čas a vzdělávání v domovech pro seniory na maloměstě

Čtvrtá kapitola neboli empirické šetření diplomové práce s tématem volný čas a vzdělávání v domovech pro seniory na maloměstě se v úvodu zaměřuje na popis výzkumné metody, která je v práci využívána. Dále vymezuje cíle empirického šetření, formulaci výzkumného problému a výzkumných otázek, včetně charakteristiky výzkumného vzorku respondentů. V závěru práce jsou představeny výsledky daného empirického šetření.

4.1 Cíle, výzkumný problém a otázky empirického šetření

Hlavním cílem empirického kvalitativního šetření je zjistit konkrétní možnosti a míru spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory na maloměstě. Výzkumným problémem kvalitativního šetření je zmapovat možnosti, proces a samotnou kooperaci seniorů a aktivizačních pracovníků pro zjištění spokojenosti se vzdělávacími aktivitami na maloměstě. Pro naplnění výše zmiňovaného cíle, je stěžejní vymezit hlavní výzkumnou otázku, která přibližuje zkoumaný problém.

Hlavní výzkumná otázka zjišťuje:

1. Co ovlivňuje seniory k participaci na volnočasových a vzdělávacích aktivitách pro cílenou spokojenost v konkrétní nabídce domova?

Otázka je zaměřena na aktivní účast seniorů na konkrétních aktivitách, které jsou realizované ve vybraných domovech. Konkrétněji, co ovlivňuje seniorův výběr aktivity a zda je s nabídkou spokojený. Předem lze předpokládat rozmanitost odpovědí ohledně jednotlivých motivů seniorů, kteří se aktivit účastní z důvodu rozdílných individualit, ale také fyzických předpokladů a možností. Právě individualita seniora odráží psychologické, biologické a sociální aspekty, které mají dále vliv na prožívání volného času seniora a výběru aktivit.

Hlavní otázka je dále doplněna o vedlejší výzkumné otázky:

2. Kde a jakým způsobem senioři získávají informace o možnostech volnočasových a vzdělávacích aktivit?

Vedlejší výzkumná otázka je zaměřena na samotnou informovanost seniorů o konkrétních možnostech volnočasových a vzdělávacích aktivit. Zkušenost napovídá, že senioři tyto informace nezískávají příliš aktivně (výsledky výzkumu uveřejněné v kapitole 2.1.2 Prožívání volného času seniorů). Otázka proto specifikuje: jakým způsobem informace získávají, případně zda vůbec tyto informace o možnostech prožívání volného času v domově pro seniory na maloměstě mají k dispozici.

3. Jsou senioři spokojeni s nabídkou a možnostmi které jsou nabízeny v zařízení na maloměstě?

Ze zkušenosti je zřejmé, že pokud nabídka nereflektuje požadavky společnosti, snižuje se celková spokojenost a účast na jednotlivých aktivitách. Otázka je proto zaměřena na spokojenost seniorů s nabídkou aktivit domovů na maloměstě. Konkrétně, zda je nabídka dostatečná směrem k požadavkům seniora, možnostem prostředí maloměsta i odbornosti personálu.

4. Které funkce trávení volného času seniorů jsou v zařízení na maloměstě nejvíce podporovány a rozvíjeny?

Volnočasové aktivity pro seniory jsou specifické svou funkcí a zaměřením. Doplnující otázka je proto zaměřena na specifika jednotlivých aktivit, které jsou v domovech nejoblíbenější a podporují či rozvíjí důležité funkce.

5. Jak maloměsto ovlivňuje fungování domova?

Poslední doplňující otázka je zaměřena na spolupráci maloměsta a vybraných domovů pro seniory. V rámci této doplňující otázky lze očekávat detailnější informace o tom, zda prostředí maloměsta pozitivně či negativně ovlivňuje spokojenost seniorů v domově, sociální vztahy a současnou i budoucí spolupráci domova s komunitou města. Neboť právě jedna z charakteristik prostředí maloměsta je úzká vazba na komunitu a přirozenou spolupráci města a jednotlivých spolků či institucí.

4.2 Metodika zkoumání

Empirický výzkum v sociálních vědách přináší poznatky pomocí systematické analýzy dat, která vede k poznání metodologicky podloženým způsobem, které dále přispěje k lepšímu porozumění dané problematice.

Pro vlastní empirické šetření byl zvolen kvalitativní přístup. Podle významného metodologa Creswell (1998), kterého citoval Hendl (2016, s. 12), je kvalitativní metodologický výzkum definován jako: „*proces hledání a porozumění, který je založen na metodologických tradicích zkoumání. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz, analyzuje texty, interpretuje názory účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.*“ Švaříček a Šedřová, (2007, s. 17) dodávají, že proces kvalitativního výzkumu je založen na „*zkoumání jevů a problémů v autentickém prostředí s cílem získat komplexní obraz problematiky založený na hlubokých datech, ale také na specifickém vztahu mezi badatelem a účastníkem výzkumu.*“ Právě výše uvedené definice zmíněných autorů korespondují a přehledně popisují v práci využívaný přístup.

Metody sběru dat v kvalitativním výzkumu přináší dle Švaříčka a Šedřové (2007, s. 142) „*kulturně specifická a kontextově bohatá data*“. Vzhledem ke stanovenému cíli výzkumu a výzkumných otázkách jsou zvoleny jako technika sběru dat polostrukturované rozhovory spolu s analýzou dostupných dokumentů. Polostrukturované rozhovory využitě v práci vychází z předem připraveného seznamu otázek vázaných na cíl a téma diplomové práce (Příloha A a Příloha B – polostrukturované rozhovory).

Polostrukturované rozhovory (viz příloha A a B), které jsou v práci využity, byly rozděleny na dva typy. První typ rozhovoru byl používán pro získání informací od zaměstnanců a personálu příslušného domova (viz příloha A). Tento rozhovor se skládal ze tří částí a vzhledem k potřebné úpravě došlo k doplnění čtvrté části dotazníku. První část obsahuje obecné informace o domově, prostředí, klientech a personálu. Tato část byla spíše informativní pro přesnější zařazení dotazovaného člověka směrem k obecnému fungování domova a jeho osobnosti. Druhá část byla zaměřena na konkrétní činnosti dotazovaného člověka směrem k aktivitě a seniorům, kterým se v domově věnuje. Třetí částí byla analýza samotné hodiny, organizace aktivity a účastníků spolu s analýzou spokojenosti, motivace a komunikace směrem ke klientům. Třetí fáze rozhovoru se zaměstnanci byla po dobu výzkumu několikrát opakovaná, aby došlo k průběžnému mapování a k ucelněnějšímu pohledu na aktivizační činnost a vztahu k účastníkům na aktivitě. Poslední část byla doplněna dodatečně a týkala se prostředí maloměsta. Konkrétně toho, zda personál specificky vnímá prostředí maloměsta, zda mají zkušenosti a

porovnání s domovy mimo maloměsto či zda mají podněty pro fungování maloměsta směrem k domovu a opačně.

Druhým typem rozhovoru byl rozhovor pro klienty, účastníky aktivizačních hodin v daném domově (viz příloha B). Tento typ rozhovoru byl také rozdělen do tří částí a později doplněn čtvrtou částí. První část otázek se věnovala obecné rovině, tedy osobním otázkám o seniorovi a jeho pobytu v domově. Druhá část otázek zjišťovala povědomí o aktivizačních činnostech a možnostech které domov směrem k seniorům nabízí. Dále byla část zaměřena na preferenci aktivit, nabídky a možným úpravám. Třetí část otázek se věnovala spokojenosti seniora s nabídkou aktivizačních hodin a osobní zkušenosti na konkrétních aktivizačních hodinách. Poslední část otázek byla doplněna o pohled seniora na prostředí maloměsta, zda vnímá výhody či nevýhody umístění domova. Otázky byly také zaměřeny na prostředí, funkčnost domova, komunity z pohledu a zkušeností samotného seniora.

Jako způsob analýzy byl v práci využit design zakotvené teorie (grounded theory). Zakotvená teorie se řadí mezi klasické zástupce kvalitativního výzkumu a dle Švaříčka a Šed'ové (2007, s. 84) představuje „*sadu systematických induktivních postupů pro vedení kvalitativního výzkumu zaměřeného na vytváření teorie.*“ Švaříček a Šed'ová (2007, s. 86) dále uvádí, že v designu zakotvené teorie se používá několik metod logického uvažování. Přesněji uvádí pojem: „*indukce, abdukce a dedukce*“.

Indukce vychází z poznatku pozorování, kdy jsou odvozovány určité pravidelnosti zkoumaného jevu, které se následně mohou uplatnit v obecné rovině, tedy na podobném místě, události či situaci (Švaříček a Šed'ová, 2007, s. 86). V rámci tohoto výzkumu proběhlo pozorování taktéž v několika realizovaných návštěvách, pro docílení konzistentních podmínek pozorování a výzkumu.

Dedukce spočívá v logickém odvození závěru. Může být směřována od obecných poznatků směrem k jedinečným a naopak (Švaříček a Šed'ová, 2007, s. 86). V tomto případě dochází k aplikaci teorie na určitý případ či jev.

Posledním pojmem je koncept abdukce, kdy se pokoušíme jednotlivé poznatky spojit do jednoho celku (Švaříček a Šed'ová, 2007, s. 86). V rámci výzkumu bylo realizováno analytické zpracování materiálů s využitím techniky otevřeného kódování, které je typickým definičním znakem právě pro výše zmíněnou teorii.

Obecným cílem otevřeného kódování, které je v práci využito, je přistupovat k datovému materiálu rozhovorů s nepředpojatostí a přirozeně vymezit významné prvky a identifikovat relevantní proměnné. Tyto proměnné dále popisují vztahy a procesy mezi nimi. Samotná první fáze kódování probíhá pomocí komparace nasbíraného materiálu. Následně dochází k vymezení kategorií a dosbírání relevantních dat, které byly v práci použity.

4.3 Charakteristika výzkumného vzorku

Pro určení výzkumného vzorku respondentů byl definován základní soubor předpokladů pro zařazení do výzkumu. Prvním předpokladem byl výběr těch sociálních zařízení, které mají jako svou hlavní činnost ubytovávat klienty, kteří vyžadují neustálou péči, a to v různém rozsahu. Zařízení musela být zařazena mezi právní formu příspěvkové organizace a zároveň byl kladen důraz na dodržení podmínky umístění zařízení na „maloměstě“ (definice pojmu publikovaná v kapitole 3). Z 529 domovů, které nalezneme na území České republiky bylo poté náhodně vybráno 6 z nich, které splňují výše uvedené podmínky. Dalším společným znakem pro výběr bylo to, že vybrané domovy pocházely ze Středočeského kraje. Výběr tohoto kraje byl pouze v rámci subjektivního posouzení autorky, pro snazší dojezdovou vzdálenost.

V rámci nastalé situace spojené s pandemií Covid-19 a metodologií výzkumu souhlasila s výzkumem pouze dvě zařízení. Ze zařízení byli prvně osloveni vedoucí pracovníci, kteří byli seznámeni se zkoumanou problematikou a postupy empirického šetření. Následně byli osloveni respondenti z řad personálu. Vybraný personál se musel aktivně podílet na organizaci realizovaných aktivit, které jsou zaměřené na volnočasové aktivity, vzdělávání a aktivizaci klientů. V poslední fázi byl výzkum realizován s klienty domova. Dotazovaní respondenti v daném zařízení nebyli pro účely výzkumu oslovováni na základě věku, pohlaví ani nejvyššího dosaženého vzdělání. V rámci sdílení citlivých dat a situace spojené s pandemií Covid-19 vedení vybraných zařízení vyslovilo žádost o dodržení anonymity při účasti na výzkumu.

Charakteristika zařízení

Zařízení A – zajišťuje Sociální služby pro seniory s právní formou příspěvkové organizace od roku 2007. Zařízení poskytuje dle zákona 108/2006 tři sociální služby mezi které patří:

1. Domov pro seniory
2. Pečovatelská služba
3. Denní stacionář pro seniory

V rámci kvalitativního šetření využitého pro tuto práci bylo zaměření pouze na první typ sociální služby.

Domov pro seniory je umístěn v bezbariérové budově, která se nachází v klidné části města. Spolu s hlavní budovou mohou klienti využít přilehlého pozemku se zahradou. Vlastníkem budovy je město, které je také zřizovatelem. Celková kapacita Domova pro seniory A je sto lůžek. Klienti mají k dispozici různé druhy pokojů, ve kterých se mohou ubytovat. Největší zájem je o jednolůžkové pokoje, kterých je v zařízení dvacet osm. Druhým nejčastěji žádaným pokojem jsou pokoje dvoulůžkové, kterých je v zařízení k dispozici dvacet jedna. Tyto pokoje disponují vlastním sociálním zařízením. Pokoje mohou být vybaveny vlastním nábytkem a osobními věcmi. Zbylé čtyřlůžkové pokoje, které mají zvýšenou péči a využívají je klienti, kteří jsou plně odkázaní na pomoc personálu a nemohou být z bezpečnostních důvodů vybaveny osobními věcmi. Každý pokoj má k dispozici telefon s přímým spojením na zdravotní personál.

Fungování domova zajišťuje 64 zaměstnanců. Z toho je 5 technickohospodářských pracovníků. Přímou péči o klienty domova zajišťuje 7 všeobecných sester, 2 fyzioterapeuti 25 pracovníků přímé obslužné péče, 2 sociální pracovníce, 3 pečovatelky a 22 manuálně pracujících osob. Do domova také pravidelně dochází lékař a psychiatr.

Cílovou skupinou zařízení A je věková struktura: mladší senioři (65–80 let) a starší senioři (nad 80 let). K 1.9.2021 bylo v Domově pro seniory A ubytováno 81 klientů. Z čehož jeden klient byl ve věku 55–65, ve věku 66–85 bylo ubytováno 46 klientů a ve věku nad 85 bylo 34 klientů. Průměrný věk klientů činí 83,8. V rámci pohlaví je v domově více žen (62) než mužů (19).

Mezi poskytované služby je zařazena nepřetržitá ošetrovatelská péče, která zahrnuje pomoc při zvládání standartních činností péče o vlastní osobu (vstávání, oblékání...), asistence při osobní hygieně, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, pomoc při obstarávání osobních záležitostí. Dále zařízení zajišťuje sociální funkci pomocí možností účasti na společných volnočasových aktivitách, vzdělávání, ale zároveň nabízí systém individuálního plánování služeb pro klienty. Spolupracuje s rodinami klientů. Podporuje klienty v jejich soběstačnosti, pocitu bezpečí, napomáhá adaptaci obyvatel na nové prostředí, a je zde snaha snižovat následky nepříznivé životní situace.

Zařízení B – zajišťuje Sociální služby pro seniory s právní formou příspěvkové organizace od roku 2005. Zařízení poskytuje dle zákona 108/2006 dvě sociální služby mezi které patří:

1. Domov pro seniory
2. Odlehčovací služba – pobytová, ambulantní, terénní

Z důvodu zachování stejných podmínek pro výzkumné šetření bylo zaměření i v tomto případě pouze na první typ služby.

Domov pro seniory je umístěn v bezbariérové budově v klidné části města dál od centra. Budova má vlastní uzavřený pozemek se zahradou a uzpůsobené prostranství s lavičkami kolem celé budovy. Zařízení B disponuje 47 místy a sociální služba je poskytována celoročně 24 hodin denně. Ubytování je možné v plně vybavených pěti jednolůžkových a v jednadvaceti dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením. Pokoje lze dovybavit či uzpůsobit dle přání klienta. Na vyžádání mohou klienti využívat zvýšenou péči a obsluhu pracovníků na pokoji.

Fungování domova zajišťuje 42 pracovníků. Rozdělení je následující: 3 technickohospodářští pracovníci, 7 všeobecných sester, 1 ošetrovatel, 1 nutriční terapeut, 14 pracovníků přímé obslužné péče, 2 sociální pracovnice, 1 pečovatelka a 13 manuálně pracujících osob (jídlna, úklid, prádelna a údržba). Zároveň domov spolupracuje s místním zdravotním střediskem a do domova tak pravidelně dochází obvodní lékař, psychiatr a geriatr.

Mezi cílovou skupinu v zařízení B se řadí zejména senioři ve věku šedesát pět až osmdesát let, kteří spadají do kategorie mladších seniorů. K 1.9.2021 bylo v Domově pro seniory B ubytováno třicet sedm klientů, z toho dvacet osm žen a

devět mužů. Ve věku šedesát šest až osmdesát pět let bylo ubytováno třináct klientů a ve věku nad osmdesát pět let bylo ubytováno dvacet čtyři klientů. Průměrný věk klientů činí osmdesát šest celých čtyři desetiny let.

Mezi poskytované služby spadá nepřetržitá ošetrovatelská péče, která zahrnuje asistenci při zvládnání běžných činností péče, ale zároveň je snaha nevytvářet nadměrnou závislost na sociální službě. V zařízení je kladen důraz na individuální potřeby uživatelů (potřeby sociální, psychické, biologické i duchovní) v souladu s přirozeností místního společenství a komunity.

4.4 Sběr dat

Sběr dat empirického kvalitativního šetření probíhal v dlouhodobém horizontu. Stanovení výzkumného problému, formulování cílů a stanovení výzkumných metod probíhalo již v období jara 2020. Samotný sběr dat a údajů v terénu probíhal v období září 2020 až září 2021. Poté byl výzkum doplněn daty z období března roku 2022. Dlouhé rozmezí sběru dat v terénu bylo způsobeno vlivem pandemie Covid-19, kdy byl ve velké míře omezen přístup do zařízení, případně byl nařízen celkový lockdown. Vzhledem k metodologii výzkumu a nutnosti přímého kontaktu se zařízením byl výzkum přizpůsobován potřebám a ochotě zařízení, personálu i klientů, aby nebyl nikdo v přímém ohrožení. Od září 2021 do listopadu 2021 probíhalo zpracování, analýza dat spolu s interpretací a vyhocením výzkumných předpokladů. Došlo také ke zpracování formulace závěrů výzkumu, možných limitů a doporučení pro navazující výzkum. V rámci sběru dat z jara 2022 došlo k doplnění poznatků z oblasti maloměsta, které jsou klíčové pro tuto práci.

Během kvalitativního empirického šetření bylo zpracováno celkem 16 polostrukturovaných rozhovorů. U obou zařízení byl nejprve realizován rozhovor s vedením domova, který trval přibližně 60 minut. Rozhovor s vybraným personálem byl v rozsahu 70 minut. S klienty zařízení trval jeden rozhovor přibližně 30 minut. Dalších 15 minut trvaly doplňující rozhovory, které byly realizovány během března 2022. K záznamu všech rozhovorů byl využíván digitální diktafon a následně došlo k doslovné transkripci.

V rámci etických zásad výzkumu a požadavku dodržení anonymity byl s každým respondentem předem podepsán Informovaný souhlas účastníka výzkumu (viz příloha C). Respondenti výzkumu jsou dále ve výzkumu označováni obecnými

názvy (Pracovník zařízení = PZ a Klient zařízení = KZ) s pracovním číslem (1-16) a příznakem (A nebo B) dle zařazení k příslušnému domovu. K lepší orientaci je v práci uvedena tabulka s přehledem respondentů (viz příloha D).

Název, Zařízení A	Základní informace
PZ 1A	Ředitel/ka příslušného domova
PZ 2A	Rehabilitační pracovnice (zároveň ergoterapeutka)
PZ 3A	Pracovník přímé obslužné péče (asistentka volnočasových aktivit)
KZ 4A	Žena, 74 let, povolání: vyučená prodavačka, v zařízení 2 rokem
KZ 5A	Muž, 81 let, povolání: dopravní inspektor, v zařízení 3 rokem
KZ 6A	Muž, 77 let, povolání: instalatér, v zařízení 2 rokem
KZ 7A	Žena, 82 let, povolání: vyučená kuchařka, v zařízení 4 rokem
KZ 8A	Žena, 81 let, povolání: učitelka ZŠ, v zařízení 3 rokem

Tabulka č. 1 – respondenti zařízení A, vlastní zpracování

Název, Zařízení B	Základní informace
PZ 9B	Ředitel/ka příslušného domova
PZ 10B	Aktivizační pracovnice
PZ 11B	Pracovník přímé obslužné péče
KZ 12B	Žena, 81 let, povolání: vyučená prodavačka, v zařízení 4 rokem
KZ 13B	Žena, 88 let, povolání: vyučená švadlena, v zařízení 4 rokem
KZ 14B	Žena, 76 let, povolání: pracovnice v zemědělském družstvu, v zařízení 1 rokem
KZ 15B	Muž, 83 let, povolání: truhlář, v zařízení 2 rokem
KZ 16B	Žena, 79 let, povolání: poštovní manipulát, v zařízení 3 rokem

Tabulka č. 2 – respondenti zařízení B, vlastní zpracování

Rozhovor s pracovníky domova probíhal vždy před plánovanou účastí na hodinách. Po realizované aktivitě následovalo doptání na jednotlivé podněty a otázky, které vycházely z osobního pozorování. S klienty zařízení byl rozhovor realizován po aktivitě v průběhu jejich osobního volna. Doplnění dat z března 2022 proběhlo formou individuálních rozhovorů během osobního volna jednotlivých respondentů.

4.5 Interpretace získaných dat

Po uskutečnění a přepisu rozhovorů s výše uvedenými respondenty došlo k vyhodnocení nasbíraného materiálu. V první fázi vyhodnocení byla provedena komparace jednotlivých rozhovorů. Poté došlo na základě předem definovaných otázek k vymezení základních kategorií a kódů, které byly dále identifikovány jako stěžejní informace v přepsaných rozhovorech.

Jednotlivé kategorie kódů jsou:

1. **Obecné pojmy** (představa a vysvětlení – volný čas a vzdělávání)
2. **Nabídka a rozložení** (rozložení jednotlivých aktivit a volného času)
3. **Účast** (účast jednotlivců na aktivitách – dobrovolná/nedobrovolná)
4. **Vliv a funkce** (vliv aktivit na klienty z pohledu psychiky a fyzická)
5. **Spokojenost** (spokojenost s volným časem, náplní aktivit, kooperací kolektivu)
6. **Změna** (podněty, zpětná vazba, co je nutné změnit)
7. **Maloměsto** (prostředí, specifické znaky, vlivy směrem k seniorům, personálu a domovu)

Následný systematický rozbor toho, co kategorizované kódy znamenají, jejich významy, souvislosti, odkazy na skutečnosti a praxi budou prezentovány v následujících podkapitolách. Autorka si je vědoma, že neexistuje striktní hranice mezi analýzou a interpretací, proto při vysvětlování významu dat využívá také odbornou teoretickou literaturu. Grafickou úpravou jsou vyznačeny doslovné citace respondentů, vždy s označením k příslušnému domovu.

4.5.1 Obecné pojmy (představa a vysvětlení – Volný čas, vzdělávání)

První téma, které bylo v rozhovorech kódováno, spadá do kategorie obecných pojmů – volný čas a vzdělávání. Zjišťováno bylo především z důvodu toho, zda dotazovaní respondenti rozumí dané problematice a na jaké úrovni. V případě, že byly zjištěny nedostatky v orientaci těchto pojmů, došlo ze strany výzkumníka k vysvětlení.

Dotazovaní pracovníci domova dokázali zcela bez problému odpovědět na otázky ohledně volného času a vzdělávání. „*definovat volný čas, no tak hlavně je to čas mimo práci a povinnosti. Zkrátka je to doba, kterou věnujete sobě a svým koníčkům;*

Co já bych za to dala, poslední dobou klientům závidím jejich volný čas a chvilku klidu“ (PZ 1A). Pracovnice správně vymezila, že volný čas je doba, která je mimo práci, naše povinnosti a je dobrovolná. „Najít si volný čas je hrozně těžké, tím myslím volný čas u sebe. Klienti mají volného času dostatek, řekla bych, že někteří klienti ho u nás vnímají až negativně. Podle některých ho mají příliš. Nejvíce je to znát v odpoledních hodinách, kdy se realizuje více zájmových aktivity a volba aktivity je tedy pouze na klientech.“ (PZ 10B.) Z výpovědi druhé pracovnice bylo patrné, že ne všichni klienti si budou uvědomovat rozdíly, mezi volným časem, a časem, který definujeme jako mimopracovní čas – vázaný (kapitola č.2.).

Tato informace byla částečně potvrzena výpovědí klientů, kdy pět dotazovaných uvedlo, že jejich volný čas je vlastně veškerý jejich čas, protože již nejsou v pracovním procesu. „*Od té doby, co nenavštěvuji zaměstnání, mám vlastně volný čas pořád.*“ (KZ 13B) Tři respondenti uvedli, že vnímají volný čas jako dobu po probuzení, dokončení osobní hygieny a povinných zdravotních prohlídek či rehabilitací. Zde byla již představa o pojmu volný čas interpretována laicky, ale přesně.

Pojem vzdělávání dotazovaní klienti chápou nejvíce na úrovni formálního vzdělávání. Pokud mají vztáhnout vzdělávání ke své věkové kategorii, tak nejčastěji uvádí formu univerzity třetího věku (U3V).

U3V uvedlo osm respondentů, z toho tři senioři ze zařízení A pravidelně tyto kurzy navštěvují. V zařízení A je kurz realizován ve spolupráci města jako virtuální U3V již 6 rokem. Přednášky probíhají ve čtrnáctidenních intervalech v prostorách městské knihovny a za každý nový školní rok jsou vypsány 2 kurzy. Od roku 2020 z důvodu pandemie je možné studovat nejen prezenčně, ale také distančně online. Téma pro rok 2020/2021 bylo: Rituály evropských královských rodů a Dějiny oděvní kultury II. Zároveň zařízení A realizuje obdobu U3V, která je součástí kurzů ergoterapie. Tento kurz je pouze pro klienty domova a má zpravidla méně náročná témata. Na konci školního roku jsou udělovány pamětní listy. V roce 2020 bylo téma: Všeobecný rozhled – Kulturní památky ČR. „*Univerzitu třetího roku od nás navštěvují 3 klienti, ti jsou, ale hodně aktivní a témata jim nedělají problémy. Pro méně náročné klienty pořádáme i vlastní kurzy U3V v prostorách domova.*“ (PZ 3A)

4.5.2 Nabídka a rozložení (nabídka a rozložení jednotlivých aktivit a volného času)

Režim v zařízení A i v zařízení B je až na malé detaily téměř totožný. Během pracovních dní je den rozdělen do jednotlivých bloků, které jsou zaměřené na různé aktivity. Klientům jsou nabízeny kulturní, sportovní či vzdělávací aktivity, které jsou realizované ve skupinách či individuálně. O víkendu jsou realizovány pouze speciální volnočasové akce.

Základní režim během pracovního týdne je pro většinu klientů stejný. Den začíná ranní hygienou, po které následuje snídaneň. Po snídani je pro klienty připraven dopolední blok s aktivitami. Tyto aktivity jsou dobrovolné a je pouze na klientech, zda se budou programu účastnit. *„pracovnice dohlíží na hygienu, stravu a moje zdraví, ale většinou mě nenutí do těch dalších aktivit, ty si můžu vybrat sama.“* (KZ 4A)

Poté je připraven od 11:30 oběd. Po obědě následují další dobrovolné aktivity. V zařízení A začínají již od 13:00, kdežto v zařízení B jsou aktivity realizovány po odpoledním klidu, tj od 14:00. V obou zařízeních je od 17:00 klidový režim, připravená večeře, po které následuje večerní hygiena a spánek. V zařízení A i B jsou dopoledním bloku realizovány spíše náročnější, fyzické aktivity a v odpoledních hodinách mohou klienti využít nabídku pasivnějších a klidnějších aktivit.

Jak již bylo uvedeno výše, jednotlivé dopolední a odpolední bloky jsou realizovány pouze v pracovním týdnu a mají pravidelný řád, který je uvedený v harmonogramu. Tento řád se mění jen ve výjimečných případech. *„Harmonogram těchto aktivit je velmi důležitý, snažíme s ho dodržovat, co jen to jde. Seniori už takhle zapomínají a změny pro ně nejsou dobré.“* (PZ 2A). *„Každé a pondělí a pátek chodím na cvičení na židlích. Už si ani nevzpomínám, kdy tahle hodina nebyla. Člověk se u toho protáhne, jak se patří.“* (KZ 7A)

Harmonogram Zařízení A je k dispozici na veřejných nástěnkách všude po budově a je také k dispozici vytištěný u seniorů na bytech. Velkou výhodou je dostupnost harmonogramu na webových stránkách ubytování. Harmonogram je na webu pravidelně aktualizován pro rodinné příslušníky, kteří si plánují návštěvy. *„Navštěvuje mě dcera, které hodně pracuje a má v týdnu různě volno. Bud' teda*

zavolá nebo najde program někde na internetu, abych měla čas.“ (KZ 8A)
 Pozitivní zpětnou vazbu potvrdila i pracovnice zařízení A *„příbuzní jsou za aktualizaci webových stránek opravdu rádi. Vedle základních informací doplňujeme i fotografie z hodin a aktivit. Mají si pak o čem povídat, když přijdou na osobní návštěvu.“ (PZ 1A)*

Pro přesnější představu harmonogramu přikládám ukázkou ze zařízení A:

Pondělí	9:00–10:00 hod.	Skupinové cvičení na židlích s relaxací
	10:00–11:00 hod.	Pečení/Kreativní tvorba
	13:30–14:30 hod.	Zpívání s harmonikou/Promítání filmu
Úterý	9:00–10:00 hod.	Individuální rehabilitační cvičení
	13:00–14:30 hod.	Univerzita 3. věku/Trénink paměti
	13:00–16:00 hod.	Keramika
Středa	9:00–10:00 hod.	Sportovní/Společenské hry
	13:00–14:30 hod.	Kavárnička s posezením a zákusky
Čtvrtek	9:00–10:00 hod.	Individuální rehabilitační cvičení
	10:00–11:00 hod.	Aktivizace na pokojích
	10:00–11:00 hod.	Evangelická bohoslužba
	13:00–13.30 hod.	Jóga pro seniory s meditací
	13:30–15:00 hod.	Výtvarná dílna
Pátek	9:00–10:00 hod.	Skupinové cvičení na židlích
	10:00–10:30 hod.	Katolické bohoslužby
	13:00–14:00 hod.	Výtvarná dílna – lehké techniky

Tabulka č. 3 – Harmonogram aktivit zařízení A (vlastní zpracování)

Harmonogram zařízení B je dle výpovědí klientů i pracovníků taktéž pravidelný, je zveřejněný na nástěnkách a klienti získávají informace pravidelně od personálu, nicméně již není dostupný online pro rodinné příslušníky. *„nevím kde bych rychle našla program aktivit. Pečovatelky by mi to určitě řekly, kdy, jaká aktivita je“ (KZ 12B)*

Zařízení A i B nabízí klientům pravidelné aktivizační činnosti v rámci fungování domova, které zajišťuje interní personál. Z toho důvodu mohla být část aktivit ponechána i přes pandemii Covid-19. *„klienti mají k dispozici stálou nabídku aktivit. Mezi nejoblíbenější stálice patří: bingo, pétanque, jóga, četba denního tisku*

nebo promítání filmů.“ (PZ 11B) V zařízení B, vzhledem k menšímu počtu klientů i personálu, je o něco méně rozmanitá nabídka, než uvádělo zařízení A.

Aktivity, které pravidelně organizuje zařízení B spadá: bingo, trénink paměti, četba denního tisku, rehabilitační cvičení, promítání filmů, rukodělné činnosti, individuální předčítání. Mezi nejvíce pravidelně realizované aktivity v zařízení A je oblíbené cvičení na židlích, dále různé činnosti ergoterapie, které se věnují výrobě keramiky v keramické a výtvarné dílně (výtvarná dílnička). Pro klienty, kteří upřednostňují práci v kuchyni a vaření je připravena „Prima vařečka“. Klienti, kteří si rádi povídají navštěvují oblíbenou „kavárničku“ (posezení s hudbou a občerstvením), Mezi aktivity pro trénování paměti se řadí například reminiscence (vzpomínání). Mezi pohybové aktivity se řadí rehabilitační kruhový trénink a jóga. Z hudební oblasti je v nabídce muzikoterapie (relaxace s hudbou).

Téměř totožná je v obou zařízeních nabídka aktivit, kterou zajišťují externí pracovníci a dobrovolníci. Nejčastěji je realizována: canisterapie, jóga pro seniory, zpívání s harmonikou/zpívání s kytarou, bohoslužby (Katolické a Evangelické), dílničky (setkávání s dětmi) a cestopisné přednášky klubu turistů. Tyto aktivity byly bohužel během roku 2020/2021 omezovány dle nařízených opatření. *„pravidelně se organizuje jóga pro seniory, kterou nám zajišťuje paní z místního spolku. Ta bohužel musela být na dlouhou dobu omezena a spustili jsme ji znovu pro klienty až toto léto.*“ (PZ 9B)

V rámci rozhovorů bylo také zjišťováno, zda právě umístění domova pro seniory na maloměstě přináší rozšířenou nabídku a možnosti aktivit. K tomu tématu se účastníci vyjadřovali velmi pozitivně. Většina interních pracovníků, včetně 6 dotazovaných, pochází přímo z města či jeho blízkého okolí. Stejně tak klienti zařízení mají v okolí rodiny, děti a vnoučata.

Právě komunita malého města přispívá k přirozenému fungování a participaci domova s městem. *„Často dostáváme nabídky přednášek z řad osobností města. Například místní zaměstnanci muzea, gymnázia či oddílu skautů“* (PZ 1A) Klienti i pracovníci zařízení A dále potvrdili úzkou spolupráci s městem ohledně vzdělávání seniorů na U3V, které společně realizují. Pracovnice zařízení B si pochvalovala i angažovanost spolupráce s místními spolky a soukromými institucemi. *„vedle domova pro seniory se nachází fitness centrum, které nabízí své služby pro klienty domova zdarma, mohou je navštěvovat od 8:00 do 15:00 a*

personál se o klienty vždy hezky postará, doporučí, co a jak používat. Od nás tedy fitness centrum navštěvuje pouze jeden klient, který využívá místní rotopedy“ (PZ 9B)

V rámci spokojenosti klientů s fungováním domova na maloměstě byla nejčastěji zmiňovaná práce s dětmi, konkrétně s místní základní školou, speciální školou a gymnáziem. *„někdy pořádáme výstavu společně s dětmi ze základní školy. Oni i my vytvoříme výrobky, které pak společně na výstavě prodáváme“ (KZ 14B)* Čtyři klienti také zdůraznili jednorázové akce, které jsou v domovech realizovány zejména o víkendech či letních prázdninách. *„můj vnuk nastoupil k městské policii a v létě nám udělal ukázkou výzbroje a vyprávěl příběhy z praxe“ (KZ 6A)* V rámci oblíbených aktivit, které zařízení realizuje se zaměřují také na soutěže a výstavy, kterých se účastní další sociální zařízení z okolí.

4.5.3 Účast (participace jednotlivců a personálu na aktivitách)

Další klíčovou kategorií tvoří kód, díky kterému analyzujeme účast a participaci jednotlivců a personálu volnočasových aktivit. Z výpovědí personálu i klientu vyplývá, že většina respondentů si je plně vědoma dobrovolnosti jednotlivých aktivit. Výjimku potvrdili dva dotazovaní klienti, oba ze zařízení B.

První klient vypověděl *„většina těch aktivit není pro mě, to máte rehabilitace, trénink paměti nebo cvičení. Všechno je to náročný. Jenže to pak furt slyším, že se nemám divit, že mě všechno bolí.“ (KZ 5A)* Občas tedy zajde na skupinové cvičení, protože mu to doporučila lékařka. Stejný problém měla i dotazovaná klientka, která preferuje klidné, individuální hodiny, ale vzhledem k nedostatku společného času s pravnučkou lehce nedobrovolně navštěvuje i společenské hodiny *„mám ráda individuální, klidné a relaxační hodiny. Na ty společenské chodím jen kvůli pravnučce, která nás občas navštěvuje na veřejných dílničkách.“ (KZ 12B)* V tomto případě by bylo dobré se seniory více komunikovat ohledně zpětné vazby, vysvětlit podstatu těchto aktivit a najít případný kompromis a řešení.

Z výpovědí jednotlivých respondentů bylo dále zjištěno, že nejraději se klienti zúčastňují aktivit, které jsou realizovány spíše v odpoledních hodinách. Obecně nejoblíbenější volnočasovou aktivitou ze zařízení A je „Kavárnička“. Aktivita je realizována personálem domova, který zajišťuje prostory ve společenské hale, vždy ve středu v odpoledních hodinách. Pokud situace dovolí je zajištěna živá hudba, v

druhém případě je hudba přehrávaná z místního gramofonu. Personál připraví pro klienty kávu nebo čaj a předem na objednání zajistí zákusky a chlebičky z místní cukrárny. Společně s klienty poté konverzují na různorodá témata. „*Této aktivity se v našem domově účastní velká většina seniorů, zpravidla jich na aktivitu dorazí až 35. Někdo chodí pravidelně, někdo třeba jednou měsíčně*“ (PZ 2A). Druhá pracovnice 2A dodává: „*kolektivní hodiny jako kavárnička, cvičení na židlích nebo kolektivní sportovní hry jsou u nás hodně oblíbené, pro nás sice bývají náročnější, protože aktivitu musíte zkoordinovat, vysvětlit i tak trochu moderovat.*“ (PZ 3A)

Mezi tyto oblíbené společenské hry, kdy je nutná větší koordinace ze strany personálu, patří kuželky, které jsou realizované v rámci sportovních her. Kuželky mají upravená pravidla a klienti se trefují do kuželek rozestavených na podestě pomocí koule na řetízku. Ten, kdo je fyzicky zdatný trefuje kuželky ze stoje, kdo je méně zdatný nebo využívá vozík, hází v sedě. Senior s největším počtem bodů je vítěz a vyhrává soutěžní cenu. „*kuželky jsou moje oblíbená aktivita, vždycky jsem měl soutěživého ducha, a proto nevynechám žádný kuželkový turnaj*“ (KZ 6A). Turnaje v těchto aktivitách jsou většinou realizované během víkendu, nejčastěji v letních měsících. Aktivnější senioři hrají a ostatní mohou fandit.

V zařízení B je nejoblíbenější odpolední aktivita Bingo, které je realizované v podobném stylu jak výše zmiňovaná kavárnička. Klienti se sejdou ve společenské místnosti, dostanou malé občerstvení a formou moderované hry hrají nebo pouze konverzují a baví se s ostatními účastníky. „*já mám ráda společenskou hru (Bingo), vždy se pobavím a není to náročné*“ (KZ 16B) Vedle této aktivity klienti zařízení B pozitivně hodnotili hodiny jógy. Jóga je realizovaná každé pondělí v ranních hodinách a je vedená formou sportovně relaxačních pozic na židlích.

4.5.4 Vliv a funkce (vliv aktivit na klienty z pohledu psychického a fyzického stavu)

To, jaký bude mít aktivita vliv na klienty je jedna z nejdůležitějších otázek při tvorbě harmonogramu vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory. „*Aktivita musí být navržena tak, aby činily život smysluplnější, aby udržovaly a maximálně stimulovaly fyzické, mentální, společenské a emoční schopnosti obyvatel; nemusí nutně léčit neschopnost.*“ (Rheinwaldová, 1999, s. 22) Důležitá je rozmanitost, která zároveň odráží požadavky skupiny obyvatel zařízení.

Tuto skutečnost potvrdilo všech šest pracovníků vybraných zařízení, že výběr jednotlivých aktivit probíhá kolektivně za spolupráce odpovědných pracovníků a klientů domova. „*Vždy se snažíme tvořit program aktivit, tak aby byl atraktivní pro, co největší skupinu seniorů.*“ (PZ 9B). V rámci rozklíčovaných odpovědí klientů domova bylo patrné, že ten, kdo je v rámci domova aktivní, má možnost se do určité míry podílet na tvorbě harmonogramu. „*pravidelně navštěvuji keramiku a výtvarnou dílnu a když paní XXX připravuje plány na další dny, ráda jí sdělím nápady.*“ (KZ 8A). Druhý klient reflektoval, že pokud je aktivita příliš náročná, špatně zvolená a klienti nejsou motivováni se jí účastnit je zde snaha aktivitu zaměnit či upravit, aby splňovala představu klientů. „*pokud pečovatelky zjistí, že nás aktivita nebaví, je moc náročná a nechceme na ní chodit, tak se jí snaží změnit nebo udělat trochu jinak.*“ (KZ 15B).

Odpovědný personál při plánování aktivity zohledňuje zejména zdravotní stav, mobilitu, motoriku, kognitivní funkce a individuální zvláštnosti seniorů. „*To, jestli seniori na aktivitě vzhledem ke zdravotnímu stavu vydrží a nebude to pro ně nad jejich možnosti, je pro nás prioritou. To můžeme lehce ovlivnit, ale takovou náladu, která je u starších lidí proměnlivá jen tak neovlivníme.*“ (PZ 2A).

Příkladem aktivity, která respektuje fyzický stav a individuální naladění seniorů jsou sportovní/společenské hry. Aktivita je označena obecným pojmem, protože personál aktivity střídá dle nálady a momentálního stavu seniorů. Také záleží na počtu účastníků. Aktivity jsou realizovány jako kombinace zábavy, cvičení a protahování svalstva. Hodina začíná rozcvičkou, následuje 10-15 minut aktivity jako je házení kroužků na terč, trefování cíle, šipky, pétanque, kuželky, zkoušeli jsme i tanec s malou choreografií. Závěr hodiny je vždy více relaxační s opětovným protažením.

Z aktivit, které jsou zaměřené na kognitivní funkce byla zmiňováno následující: „*pozitivní ohlasy máme na aktivitu „vzpomínání“ odborně to je reminiscenční terapie. Klienti jsou po ní takový klidnější, mají lepší náladu, většinu to na ně působí pozitivně.*“ (PZ 2A). Zmiňovaná reminiscenční terapie pracuje se vzpomínkami formou rozhovoru terapeuta a klienta. Rozhovor bývá o jeho životě, pozitivních zkušenostech. Terapeut k nim využívá staré předměty, obrázky, fotografie, hudbu (Janečková a Vacková, 2010, s. 21).

Právě díky tomu, že paměť, má: „*schopnost přijímat, držet a znovu oživovat minulé vjemy, s funkcí uchovávat informace o podnětu, který už nepůsobí.*“ (Hartl, Hartlová a Nepraš, 2010, s. 383) má tato aktivita „vzpomínání“ pozitivní vliv na celkové fungování člověka. Senior si vybaví a znovu prožije příjemné a šťastné zážitky, díky nim se uvolní dosavadní stres, zlepšuje se nálada a přirozeně si připomene kvalitu prožitého života

Pokud má realizovaná aktivita v domově odpovídající funkci a je správně zvolená pro potřeby konkrétního seniora, má na něho zcela jistě také pozitivní účinky.

4.5.5 Spokojenost (spokojenost s volným časem, náplní aktivit, kooperací kolektivu)

Činnosti, které nám přinášejí radost, uspokojují naše potřeby, podporují fyzický i psychický stav nebo slouží k odpočinku, mají někdy velmi tenké hranice s činnostmi, které děláme z povinnosti. Někdy se tyto činnosti dokonce vzájemně prolínají a doplňují (Šauerová a Vadíková, 2013, s. 57). Rozlišit proto volný čas, dobu odpočinku a povinnosti je důležité pro spokojený a plnohodnotný život nejen ve stáří.

Pracovníci zařízení v rozhovorech několikrát zmínili, že dbají na aktivitu každého seniora a snaží se každého zapojit do života v domově jiným způsobem. „*pokud chceme, aby klienti byli v domově šťastní, musí mít od všeho trochu. Víte trochu povinností, trochu zábavy, o něco více odpočinku, samostatnosti i společných chvil.*“ (PZ 10B) Právě aktivní přístup k životu dává prostor pro nové vztahy a pomáhá překonat pocit osamění, který bývá jako negativní aspekt stárnutí velmi častý.

V otázce, zda jsou ve vybraném zařízení A i B klienti spokojeni s prožíváním volného času, odpovídala větší část respondentů velmi kladně. Šest klientů je velmi spokojeno s tím, že mají příležitost se stýkat se svými vrstevníky. „*v domově se necítím osaměle, protože s ženskými jsem si padla do noty. S XXX chodíme společně na keramiku, cvičení paměti i na kavárničku.*“ (KZ 7A)

Sociální kontakty spolu se smysluplnou aktivitou přináší pocit užitečnosti a uznání. „*výrobky, které vyrobíme na dílničkách se vždy všechny prodají na jarmarku. Jsem ráda, že se naše práce líbí.*“ (KZ 7A) Ergoterapie má proto v domově A i B

nezastupitelnou roli, jelikož se jedná o činnosti, které pozitivně ovlivňují klienta po psychické, ale také po fyzické stránce aktivitami, které jsou mu známé ze života.

Spolupráce mezi klienty a personálem byla hodnocena kladně ze strany klientů více než ze strany personálu. Personál se pokouší v realizovaných aktivitách nechávat část odpovědnosti na klientech. Chtějí, aby byli v hodinách aktivní, ale ne vždy se setkávají s pozitivní odezvou ze strany klientů. Negativní odezva, dle výpovědi personálu je spíše situační a klienti si jí zpětně neuvědomují. *„práce se seniory je náročná, některé aktivity, jsou v rámci momentálního rozpoložení klienta mimo jeho náladu a pak je těžké ho přimět ke spolupráci a je třeba i trochu nepříjemný. V rámci aktivity se mu pak nálada zlepší a odchází jako jiný člověk, ale to nemění nic na tom, že zprvu ta spolupráce nebyla lehká. Ve finále si to vlastně ani neuvědomuje.“* (PZ 10B).

Klienti se také často shodovali v odpovědích, že do určitých aktivit potřebují trochu popostrčit, ukázat, jak danou věc dělat či jak začít. Pozitivně na ně funguje i slovní podpora ze strany personálu, že dělají danou aktivitu dobře. *„já se hodně aktivit tady obávala, ale pečovatelky a sestry mi ukázaly, že se dají docela dobře zvládnout. Když se ztratím při cvičení nebo zapomenu co mám zrovna dělat, tak mi vždy někdo poradí.“* (KZ 4A)

Pozitivně je mezi klienty vnímána také spolupráce v rámci skupiny, která se seje na konkrétní aktivitě. Spolupráce je na dobré úrovni z důvodu profesionálního vedení personálu, který má bohaté zkušenosti. *„Personál na aktivitách vystupuje velmi přátelsky, otevřeně s lidským přístupem a dobrou náladou.“* (KZ 8A) Aktivity mají předem naplánovaný program, ale personál vždy aktivitu upraví podle momentálních požadavků skupiny. Tento fakt vnáší do všech aktivit zmíněnou profesionalitu, ale zároveň přirozenost a pohodu

4.5.6 Změna (podněty, zpětná vazba, co je nutné změnit)

Předposlední kategorií, která byla v rámci kvalitativního šetření analyzována byla změna a zpětná vazba. Všech šest pracovníků uvedlo, že aktivně zjišťují názory klientů domova na fungování aktivit. *„názor na realizované hodiny zjišťujeme pravidelně, většinou se snažíme zjišťovat informace přímo na hodině nebo těsně po ní, kdy bývá zážitek a emoce nejsilnější.“* (PZ 11B).

Přímá zpětná vazba je v zařízení A zjišťována pouze ústní formou. V zařízení B je zpětná vazba zjišťována také ústně, ale zároveň jsou v domově tzv. Schránky na stížnosti. Tyto schránky na stížnosti se nacházejí na každém patře a slouží především k zachování anonymity stěžovatele. Pro ústní podání stížnosti se mohou obrátit na svého klíčového pracovníka nebo sociálního pracovníka. *„Během roku 2020 jsme obdrželi jednu jedinou stížnost do schránky, a ta byla na soužití ve společném pokoji. Nic ohledně aktivit se zatím ve schránce neobjevilo.“* (PZ 9B) Vedle klientů domova je přijímána zpětná vazba či stížnosti do schránek také od rodinných příslušníků. *„často si klienti nechtějí stěžovat přímo nám, jako personálu, ale postěžují si svým rodinám.“* (PZ 2A) Zařízení se proto snaží pravidelně komunikovat nejen s klienty, ale také i s rodinnými příslušníky. Spíše, než samostatně komunikují a hodnotí veškeré služby společně. *„Dcera se mě hodně ptá, co jsem tu dnes dělala, co jsem jedla a jaké jsem měla aktivity. Často se k nám přidá i pečovatelka a dcera se jí může zeptat a všechno probrat.“* (KZ 7A)

V zařízení A i B byla patrná snaha o zlepšení komunikace a zpětné vazby. Pracovníci si uvědomují komunikační bariéry, jelikož klienti na zpětnou vazbu reagují často velmi stroze. Personál se proto snaží konstruktivně hodnotit každou realizovanou aktivitu, pozorují reakce klientů na různé situace, jejich nadšení či zklamání. Při analýze zpětné vazby je personál seznámen, že na klienty působí vnější vlivy, pandemická situace, ale také aspekty stáří (viz kapitola č.2), a proto je těžké okamžitě rozeznat momentální stav oproti vlivu aktivity. Z toho důvodu jsou aktivity vyhodnocovány spíše v dlouhodobějším horizontu, poté co mají klienti čas si na danou aktivitu zvyknout, seznámit se s ní a zjistit, zda jim forma a organizace vyhovuje. Tento fakt potvrdila ve výpovědi klientka zařízení A: *„Máme možnost si aktivity vyzkoušet, navštívit pár hodin a když nám nevyhovuje nemusíme jí dál navštěvovat. Případně pečovatelky aktivitu upraví, pokud nevyhovuje více lidem“*. (KZ 8A) Vzhledem k situačním problémům v posledních letech zařízení A i B zvažuje i jiné formy pro získání zpětné vazby, a to zejména pravidelné dotazníkové šetření. Nicméně tato varianta je zatím pouze v řešení, jelikož velmi často zdravotní stav klientů neumožňuje samostatnou práci s textem.

Vedle zpětné vazby a nápadů od samotného personálu, klientů a jejich rodinných příslušníků, sbírá zařízení také inspiraci od dobrovolníků, kteří do domova přicházejí. Právě neotřelý pohled někoho nového přináší do zařízení A i B nové

nápady na aktivity. V zařízení A se například takto v letních měsících mohli klienti domova účastnit aktivity s živým terapeutickým koněm. Dobrovolnice připravila celý program od přednášky po zážitkový kontakt seniorů a zvířete. *„pro seniory to byla zajímavá změna a zkušenost. Většina klientů se v zařízení setkala pouze s oblíbenou canisterapií, ale živého koně jen tak v domově nemáte. Všichni byli příjemně překvapeni“*. (PZ 2A) Stejně nadšení ohledně dobrovolnictví mají i klienti domova, pozitivně na toto téma reagovalo všech 10 dotazovaných respondentů z řad klientů. Ti vnímají nové příchozí jako příležitost k něčemu novému, novým zážitkům, zkušenostem, možnostem, ale také k informacím a podmínkám pro spokojené žití v zařízení.

V rámci rozhovorů bylo také cíleno na informace ohledně konkrétních aktuálních požadavků klientů. Nejčastějším předmětem této zpětné vazby nebo žádostí na požadované změny, bylo v rámci rozhovorů nejvíce odkazováno na vnější podmínky a současnou situaci, které ale personál nemůže ovlivnit. Osm klientů zmínilo pandemii Covid-19 a nemožnost se stýkat na aktivitách s rodinnými příslušníky tolik jako dříve, zejména v období zimy a jara, kdy byl nejpřísnější lockdown. *„společný čas je tu často vzácný, bojíme se, kdy zase zakážou všechny návštěvy a společné aktivity, to mě pak nebaví ani ty individuální. Člověk je takovej ochrnutej nebo vyčerpanej z toho“* (KZ 6A). Právě pravidelnost setkávání na společných aktivitách by vzhledem výpovědím klientů měla být do budoucna velká priorita. *„u nás to bylo hodně přísné, ani přes plot na zahradě se nešlo vidět, vlastně člověk byl pořád na pokoji sám“*. (KZ 5A).

Vedle absence společných aktivit s rodinnými příslušníky zmínili čtyři klienti domova potřebu aktivit vzdělávání v oblasti IT techniky a internetu. Tato potřeba vznikla také jako reakce na současný stav, kdy je nutné pro častější komunikaci využívat různé platformy a zařízení. Uživatelé domova zvládají zejména práci s mobilem, který využívají k volání s rodinným příslušníky. Pokud chtějí využít komplexní možnost videohovoru, který je uživatelsky náročnější, musí zpravidla požádat o pomoc personál, který je ovšem v rámci kapacity zařízení pracovní vyčerpán. S výše uvedenou aktivitou se také pojí chybějící výuka bezpečnosti práce na PC, ochrany uživatele internetu a absence výuky cizích jazyků v zařízení B i A. Zajímavou aktivitu, kterou postrádá klientka ze zařízení A, je kurz na zaměření zdravé výživy. Sama trpí celiakií a má speciální bezlepkové stravování, které dle

výpovědi není příliš rozmanité. Proto by uvítala kurz nebo poradenství v tomto směru.

4.5.7 Maloměsto (prostředí, specifické znaky, vlivy směrem k seniorům, personálu a domovu)

Poslední kategorie mapuje prostředí maloměsta, specifické znaky směrem k domovu a opačně. Z pohledu personálu je u většiny respondentů ze zařízení A i B zřejmá vysoká spokojenost s prostředím, ve kterém se nachází domov pro seniory. Mezi hlavní poznatky a výhody je hodnocena dobrá dostupnost rozmanitých služeb a osobní spolupráce. Pracovník zařízení PZ 1A uvádí: *„nejvíce si cením osobního kontaktu, například s vedením místní nemocnice odkud k nám dochází lékaři, s ředitelem místního gymnázia či s vedoucí v cukrárně od které bereme lahůdky na naše akce. Fungujeme často pouze na dobrém slově. Vždy si navzájem přizpůsobíme své požadavky a snažíme si vyhovět z obou stran.“*

Prostředí, ve kterém se domov nachází je obecně celkově klidné, maloměstský život není tolik uspěchaný, hodně se klade důraz na osobní vztahy a udržování těchto vztahů. *„Je výhodou mít dobré vztahy s okolím pro spolupráci, to se nám, jako domovu, poměrně daří. Určitě by byl problém, pokud bychom se s někým nepohodli. Sehnat například novou paní na angličtinu pro seniory byl opravdu oříšek.“* (PZ 10B) Co se týče prostředí z pohledu klientů domova byl kladně hodnocen i vzhled prostředí, konkrétně historické městské zástavby, přírody a okolí. V okolí obou domovů se vyskytuje v dochozí vzdálenosti mnoho parků, na které navazují přírodní stezky, vyhlídky i lesy. Klidné prostředí je jedna z klíčových věcí při výběru domova. *„Dříve jsem žila ve větším městě a bylo to spíše chaotické. Jsem stále dost samostatná, ale přesto jsem se ztrácela v tom, kdo jak má otevřeno, kde se co změnilo, kde a co najdu nebo kdy, co jezdí a kam. Tady kousek od domova je obchod, který má otevřeno pravidelně, menší výběr, ale vždy tam seženu všechno nebo mi to paní XX objedná. Cestou se projdu přes park, kde si hrají děti a není tu takový provoz, ale spíš klid. I ostatní mě přijali jako kdybych byla odjakživa místní.“* (KZ 4A). Podobnou zkušenost má i klient z domova B. Klient (KZ 16B) *„Město je malé, ale máme tady všechno, co potřebujeme. Jsem spokojená s nabídkou služeb, které tu máme k dispozici, nic mi tu nechybí. Navíc se tu cítím bezpečně, znám tu spoustu lidí jak z domova, tak i z okolí. Většina pozdraví, zeptá se, jak se mám. Prostě cítím se tu jako doma.“* Prostředí maloměsta u většiny klientů

naplňuje jejich požadavky, které kopírují jejich současný životní styl. To má za následek obecně vyšší spokojenost. U klienta z domova A bylo zaznamenáno, že pokud by maloměsto či samotný domov neumožňoval určité aktivity na který je celý život zvyklý, byl by ochotný hledat možnosti jinde i za předpokladu změny zařízení. „*Celý život jsem život jsem žila blízko divadlu, občas i hrála nebo jen vypomáhala. Kdyby by mi to teď v domově neumožnili, je stále navštěvovat, tak by to bylo velmi těžké, neumím si to představit. Musela bych to řešit jinak, dojíždět nebo změnit místo.*“ (KZ 8A)

Jako nevýhodu maloměstského prostředí uvádějí zaměstnanci domova nutnost plánování směrem k potřebám, službám a akcím. Spolupráce je na přátelské úrovni, nicméně je potřeba dobře plánovat, aby se udržela spokojenost ve spolupráci směrem k městu a k domovu. „*Pokud nečekaně zrušíme nějakou akci či spolupráci je problematické najít ihned náhradu. Z toho důvodu musíme často dohodnout akci na úplně jiný den a původní program jsme ten den nuceni rušit, protože třeba není, kdo by zaskočil.*“ (PZ 9B). Klient zařízení B (KZ 15B) uvedl jako nevýhodu nerovné povrchy chodníků, které mu neumožňují se samostatně pohybovat po městě. Osobně tedy využívá spíše zahrady v domově, kde je prostředí pro pohyb upravené a je přítomen personál, který může v případě problému poskytnout pomoc.

V otázkách, zda ovlivňuje prostředí maloměsta klienty a personál po stránce psychické, fyzické či sociální bylo nejčastěji zmiňováno to, že jsou klienti ovlivněni komunitou města zejména po psychické a sociální stránce. Pozitivní vztahy, častější komunikace a pohyb na čistém vzduchu a v přírodě přináší pozitivní naladění klientů, kteří jsou dále motivováni do dalších aktivit. Tři pracovníci domova uvádí, že preferují venkovní aktivity a pobyt na čerstvém vzduchu i z důvodu vlastní pohody. „*Za pěkného počasí preferuji venkovní aktivity, protože i na mě to má dobrý vliv a lépe si to užiju. V rámci ergoterapie chodíme často tvořit výrobky do venkovních prostor či na zahradu. Práce s přírodním materiálem je velmi oblíbená u klientů.*“ (PZ 2A). Klidné prostředí maloměsta umožňuje snáze navodit příjemnou atmosféru při venkovních činnostech, ať už se jedná o rukodělné, estetické činnosti tak i o pohyb. Po fyzické stránce nebylo klienty domova ani personálem nic uvedeno, co by mohlo pozitivně či negativně ovlivňovat jedince. Jako další pozitivní vliv byla zaměstnanci uváděna finanční stránka. Kdy místní

spolky (zmiňované hlavně divadlo) nabízí klientům zvýhodněné ceny na představení. Ceny se nepohybují na takové cenové úrovni jako ve větších městech a po započtení výhodné ceny pro domov a seniory jsme na velmi nízké částce, kterou může pravidelně uhradit většina klientů. Dochází tak ke kulturnímu zážitku a začlenění seniorů do centra dění.

V rámci odlišnosti domova na maloměstě oproti domovům ve větších městech byla personálem zmiňována zejména kapacita domova, počet zaměstnanců a úzké vztahy s okolím. Klienti nejčastěji zmiňovali osobní přístup, kolektiv a přátelské prostředí. Z toho dva zaměstnanci domova B mají zkušenost s klienty a prací v hlavním městě a jeden zaměstnanec domova A v dřívějších letech pracoval ve větším městě. Výpovědi těchto zaměstnanců se shodují zejména ve zkušenosti s tím, že vztahy na pracovišti jsou na maloměstě více propojené a stálé. „*V Praze jsem pracovala v mnohem větším kolektivu, který se často měnil. Častěji se stávalo, že zaměstnancům práce nesvědčila, změnilo názor nebo prostě odešli.*“ (PZ 11B) Vysoká míra fluktuace má na spolupracovníky negativní vztah, kteří se díky tomu necítí v práci komfortně, to může následně ovlivňovat prostředí domova a vztahy mezi personálem a klienty. Zaměstnankyně (PZ 11B) dodává: „*mit kolektiv dobrých lidí, kteří znají prostředí a klienty je k nezaplacení. Spolupráce na aktivitách, akcích je díky tomu mnohem otevřenější i ze strany klientů. Některým trvá měsíce, než se svěří s tím, co vlastně chtějí nebo potřebují.*“ Zároveň dotazovaní uvádí, že ve větších městech je často větší koncentrace zařízení a je tedy kladen tlak na konkurenceschopnost v rychle se měnícím prostředí. Tím je zvyšován tlak na pracovníky zařízení, kteří se díky tomu mohou cítit přetěžovaní či nedostatečně podporováni. Ostatní zaměstnanci pracují dlouhodobě pouze v tomto zařízení na maloměstě a nemají tedy osobní zkušenost. Přímou zkušenost s jiným domovem nemá ani většina klientů. Pouze jeden klient z domova B odpovídal, že za celou dobu všech jeho pobytu v domovech pro seniory byl pouze jednou umístěn v domově, který byl součástí většího města. Poté, co byla uvolněna kapacita v jeho současném zařízení došlo k jeho přemístění. Momentálně se jeho domov nachází v místě jeho bydliště. „*tento domov je příjemnější, znám okolí i místní spolky a zároveň tu mám svoji rodinu. Za to jsem velmi ráda.*“ (KZ 12B) Z toho je zároveň možné usuzovat, že většina klientů je spokojena v domově pro seniory, který je spíše vázaný na místo jeho původního bydliště.

Podněty pro lepší fungování domova směrem k maloměstu či opačně byly vysloveny zejména vedoucími pracovníky domovů, kteří by rádi domov více propagovali mezi širokou veřejností. *„Do budoucna chceme zapracovat na dobrém jménu našeho domova, který se v rámci pandemie stáhnul do pozadí města. Rádi bychom měli zase více veřejných akcí, vernisáží, dětských dnů či jarmarků.“* (PZ 1A) Domovy chtějí zacílit pomocí města na obyvatele a blízké okolí, které přináší do domova jinou perspektivu, sociální kontakt a samozřejmě také různé dary. Co se týče hodnocené spolupráce ze strany města a jednotlivých spolků tak nebylo vedoucími pracovníky nic negativního vysloveno. Organizace a domluva je směrem ven více než uspokojivá a předpokládá se v následující měsících zvýšená aktivita. *„Dochází k rozvolňování opatření, zlepšuje se počasí a tím se otvírá prostor pro plánování“* (PZ 9B)

Klienti hodnotí fungování domova s městem také kladně. Mezi podněty pro zlepšení byla uváděna žádost pro více společných akcí s rodinou, který byl v posledních letech více utlumen. Klienti by uvítali více komunálních akcí, které by město finančně podpořilo. *„akce, které město realizovalo se mi líbí, je tam veselo s rodinou, bývá malé občerstvení, hudba. Takové akce nám teď chybí, vlastně nejsou vůbec.“* (KZ 13B) Zároveň bylo dodáno: *„Lidé se bojí domov využívat pro setkávání, jako tomu bylo dříve. Většinou si klienta vyzvednou a poté přivezou.“* (PZ 10B) Pracovník domova svou výpověď doplnil fakt, že se lidé nesetkávají v prostředí domova, tak jak tomu bylo dříve, ale preferují setkávání mimo domov. Vyslovena byla domněnka, že je to kvůli podmínce nošení respirátoru, který ovlivňuje komfort při komunikaci a trávení společných chvil. V plánované, budoucí spolupráci domova s maloměstem půjde zejména o znovu propojení jednotlivých organizací a spolků formou společenských akcí. Zacílení na eliminaci strachu se setkávání ve větší skupině i v prostředí maloměsta.

4.6 Diskuse

Cílem kvalitativního empirického šetření byla analýza konkrétních možností a míry spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory na maloměstě. Pro sběr dat byla zvolena metoda polostrukturovaných rozhovorů a analýzy dostupných materiálů. Rozhovory byly realizovány jak s klienty daného zařízení, tak s personálem, který volnočasové a vzdělávací aktivity v zařízení realizuje. Tato metoda sběru dat byla zachována i přes nepříznivé

podmínky, které vznikly v rámci pandemie Covid-19. Prezenční způsob sběru dat byl zachován také z důvodu možností realizovat rozhovory v přirozeném prostředí a zároveň byla možnost rozhovory plánovat před či krátce po realizované aktivitě, kdy bývají vjemy nejsilnější.

V návaznosti na cíl kvalitativního empirického šetření byl zformulován výzkumný problém, který zmapovat možnosti, proces a samotnou kooperaci seniorů a aktivizačních pracovníků pro zjištění spokojenosti se vzdělávacími aktivitami. Z toho důvodu byla vytvořena hlavní výzkumná otázka, která konkretizuje zkoumaný problém. Hlavní otázka byla dále doplněna o vedlejší výzkumné otázky.

Hlavní výzkumná otázka zjišťuje:

1. Co ovlivňuje seniory k participaci na volnočasových a vzdělávacích aktivitách pro cílenou spokojenost?

Otázka byla zaměřena na aktivní účast seniorů na konkrétních aktivitách, které jsou realizované ve vybraných domovech. Konkrétněji, co ovlivňuje seniorův výběr aktivity a zda je s výběrem v daném domově spokojený.

Z výpovědí respondentů vyplynulo, že k vysoké účasti na jednotlivých hodinách je nejdůležitější správné zacílení a zaměření aktivity dle požadavků, individuality a životního stylu seniorů. Je tedy nutné zprostředkovat nabídku, která reflektuje požadavky seniorů v daném zařízení a najít určitý kompromis pro většinovou spokojenost. Tuto teorii potvrdil i samotný personál zařízení, který se při sestavování aktivit snaží držet ověřeného postupu a vždy zjišťuje konkrétní požadavky na potřeby klientů. Postup pro vytvoření programu uvádí například Prášilová (2006, s. 32), která v publikaci zmiňuje jednotlivé kroky od zjištění vzdělávacích potřeb a analýzy účastníků přes vytyčení a rozpracování konkrétního cíle až po prostředky a postupy, které budeme v daném programu či aktivitě využívat. S tím souvisí i požadavky na personál, který aktivity vede. Z výpovědí odpovědných vedoucích pracovníků bylo zřejmé, že personál je neustále vzděláván ve svých specializacích, což má za následek kvalitně zpracované a vedené programy. Tento fakt také přispívá k vysoké účasti a celkové spokojenosti klientů na aktivitách.

Z výpovědí dále vychází, že pro klienty je důležitá individuální motivace, která ovlivňuje, zda se budou účastnit některé z aktivit. Celkem 6 klientů uvedlo potřebu nových sociálních kontaktů a motivaci být součástí sociální skupiny, kam mohou patřit a dále se realizovat. Tato informace byla potvrzena také dle výpovědi personálu, že v menších zařízeních na maloměstě fungují velmi pevné sociální vazby. Skupinové aktivity mají užší okruh účastníků pro vzájemné poznání. Personál má také možnost se s klienty lépe poznat a tím je pro ně snazší namotivovat každého jedince, tak jak je nutné. Vnitřní motivační prvky při práci se seniory uvádí také výše zmiňovaná Klevetová (2017, s. 36).

Dále bylo ve výpovědích poukazováno na motiv být užitečný či potřebný v komunitě. Personál se proto u klientů zaměřuje na aktivity ohledně posílení sebedůvěry ve vlastní schopnosti. K tomu slouží aktivity zaměřené na manuální a kreativní činnosti. Právě v těchto aktivitách byla účast a míra spokojenosti klientů s aktivitou nejvyšší. Lze také předpokládat, že míra účasti a spokojenosti na těchto aktivitách je ovlivněná možnostmi tyto výrobky dále prezentovat na různých soutěžích a výstavách či je mohou darovat rodinným příslušníkům nebo prodávat na místním jarmarku za účelem dobré věci (neziskové organizace či nákup materiálu pro jejich domov). Jednoduše, práce na těchto aktivitách je vidět, má hmatatelné produkty, a to většině klientům z domova připadá uspokojivé.

Menší míra participace i uspokojení se naopak objevuje v aktivitách, které jsou cíleně zaměřené na zlepšení fyzických sil či kognitivních aspektů. Uvědomění si, že fyzická aktivita je potřebná pro plnohodnotný život byla taktéž patrná u většiny klientů, nicméně již zde byla pozorovaná určitá otažitost klientů hovořit o jejich slabých stránkách a handicapech. Pokud jsou aktivity příliš fyzicky náročné, tak dochází k demotivaci seniorů a snižování účasti na dané aktivitě. Z výpovědi některých klientů byla pozorována určitá nechuť, která se zdála být až na hranici dobrovolnosti. Přitom dobrovolnost je jedna ze zásad a charakteristik zájmových volnočasových a vzdělávacích aktivit. Právě tyto charakteristiky zájmového vzdělávání publikuje ve své knize Šerák (2009, s. 52). Menší míru uspokojení v náročných fyzických aktivitách si uvědomuje i personál zařízení, který se proto pokouší zacílit na zlepšení zpětné vazby, aby aktivity mohly být plně přizpůsobeny požadavkům a možnostem seniorů.

Zpětná vazba je autorkou považována jako další důležitý krok pro úspěšné zapojení seniorů do aktivity, jelikož otvírá možnost pro další zlepšení. Je důležité zmínit, že z výpovědí seniorů byl zaznamenán pocit jakési komunikační bariéry, která způsobuje strohé výpovědi ohledně zpětné vazby. Tyto bariéry si autorka spojuje s psychickými aspekty stárnutí (kapitola 1.2.2), které mají za následek časté výkyvy nálad a pocitů, že daný člověk nechce být na obtíž. Nechce zbytečně vyvolávat konflikty negativní zpětnou vazbou, která je bohužel v zařízeních nejčastěji zjišťována ústní formou a je tedy vyloučená anonymita sdělení.

Posledním důležitým faktorem, který vyplývá z výzkumného šetření a váže se k participaci, která dále vede k uspokojení je pravidelnost realizovaných aktivit. Zde je nutné podotknout, že vzhledem k umístění domovů na maloměstě a menší kapacitě obou zařízení jsou harmonogramy dodržovány velmi přesně. Klienti vykazují vysokou míru uspokojení v tomto směru.

Vedlejší výzkumné otázky:

2. Kde a jakým způsobem senioři získávají informace o možnostech volnočasových a vzdělávacích aktivit?

Vedlejší výzkumná otázka je zaměřena na samotnou informovanost seniorů o konkrétních možnostech volnočasových a vzdělávacích aktivit.

Jak již bylo řečeno, aktivity jsou logicky rozvrženy a mají v jednotlivých zařízeních pevně stanovený harmonogram, který je ve většině případech neměnný. Z výpovědi většiny klientů bylo zřejmé, že jsou osobně dobře seznámeni s programem a povětšinou času si rozpis jednotlivých hodin a aktivit dokonce pamatují. Minimálně těch aktivit, na které aktivně dochází. Stálá nabídka aktivit je k dispozici na veřejných nástěnkách, které jsou rozmístěné po budovách zařízení a klientům jsou dobře dostupné. Personál také aktivně rozmlouvá se seniory o nabídce aktivit, které jsou v daném zařízení realizovány. Veškeré aktivity jsou seniorům pravidelně nabízeny, popisovány a doporučovány na základě odhadu preferencí a jejich fyzických a kognitivních schopností. V domově byl také pozitivní ohlas na vytištěnou nabídku, která je k dispozici na každém pokoji či bytové jednotce.

Pozitivním překvapením, v rámci realizovaného výzkumu, byl harmonogram aktivit, který je dostupný online pro rodinné příslušníky klientů. Podle výpovědí klientů i personálu vznikl tento online harmonogram v reakci na často se měnící situaci spojenou s pandemií Covid-19. Rodinní příslušníci mají díky aktuálním informacím základní přehled o organizaci všedních dnů, případně o tom, co se v domově děje, plánuje či již proběhlo. Díky tomu mohou o aktivitách se seniory dále mluvit a v neposlední řadě jim aktivity také doporučit.

3. Jsou senioři spokojeni s nabídkou a možnostmi které jsou nabízeny v zařízení na maloměstě?

Ze zkušenosti personálů i seniorů bylo potvrzeno, že pokud nabídka nereflktuje požadavky, snižuje se celková spokojenost a účast na jednotlivých aktivitách. Nicméně v rámci vysokých účastí (které jsou potvrzené nejen personálem, ale také klienty) na jednotlivých aktivitách vyplývá, že aktivity ve vybraných domovech pokrývají požadavky seniorů v rámci jejich životního stylu a potřebám. Dále bylo během kvalitativního šetření potvrzeno, že nabídka aktivit na maloměstě je velmi rozmanitá a splňuje doporučený standard kvality pro domovy pro seniory ČR, který se stejným názvem vydala v roce 2015 Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky (APSS, 2015) - kapitola 3.2. Klientů jsou nabízeny rozmanité volnočasové i vzdělávací aktivity, které jsou realizované pravidelně či i jako jednorázové, zejména víkendové akce.

Z oblasti kulturních akcí jsou v zařízeních pořádané aktivity se zaměřením na hudbu, tanec, divadlo a film. Do zařízení dochází umělci, hudebníci jak z blízkého okolí, tak z větších měst v okolí. Mezi nejoblíbenější aktivity, dle výpovědí respondentů patří: „kavárničky“ s živou hudbou, promítání filmů, koncerty (zmiňovaná byla cimbálová muzika, lidové písničky od místních umělců nebo vystoupení pěveckého sboru z místní umělecké školy). Klienti dále zmiňovali jednorázové výlety po okolí, do místních muzeí a přírodních památek.

Sportovní aktivity jsou realizované spíše jako pravidelné činnosti. Mezi nejoblíbenější se řadí cvičení na židlích a kolektivní sportovní hry – kuželky, pétanque, šipky a bingo. Dále z výpovědí byla velmi oblíbená jóga, která je zařizována dobrovolníky mimo zaměstnance zařízení.

Mezi vzdělávací aktivity, které jsou nejvíce navštěvované spadá trénink paměti, reminiscence, dále přednášky, které jsou realizované dobrovolníky na různá témata (nejoblíbenější jsou cestovatelské deníky s promítáním fotek či přírodopisné dokumenty). V poslední řadě byla zmiňována verze „A3V“, kterou mohou klienti navštěvovat ve spolupráci s městem či odlehčenou variantu přímo v domově pro seniory.

Duchovní aktivity jsou v zařízeních taktéž nabízené na pravidelné bázi, nicméně zde účast není tak vysoká jako v jiných aktivitách. S vyšší účastí je počítáno vždy během významných svátků (Velikonoce, Vánoce, Dušičky). Nicméně i zde byla v rámci nabídky potvrzena spokojenost se samotnou nabídkou a realizací.

Prostor pro zlepšení a určitá míra nespokojenosti klientů byla zaznamenána zejména v oblasti specifického vzdělávání. Zařízení na maloměstě nereagují, tak rychle na situační podmínky a klientům chybí vzdělávání v oblasti IT, internetu, ale také jazyků. Potřeba vzdělávání v těchto směrech byla posílena pandemií Covid-19 spolu s nedostatečnou kapacitou personálu, kteří v tomto ohledu nestíhali obsloužit všechny klienty v požadovaný čas. Spojení s rodinnými příslušníky bylo pak pro některé klienty velmi problematické. Tato uvedená charakteristika taktéž potvrzuje charakteristiky maloměsta (kapitola č. 3.2).

4. Které funkce u volného času seniorů jsou v zařízení na maloměstě nejvíce podporovány a rozvíjeny?

Již bylo řečeno, že volnočasové aktivity pro seniory jsou specifické svou funkcí a zaměřením. Zároveň je zřejmé, že tyto aktivity musí být realizovány dle potřeb klientů domova, možnostem prostředí a personálu. V rámci kvalitativního výzkumu, výpovědí všech respondentů, samotné analýzy dokumentů, harmonogramu a plánů jednotlivých zařízení bylo vyhodnoceno, že v rámci nabídky jsou rovnoměrně zastoupeny aktivity podporující všechny funkce, které se uplatňují v práci se seniory. Podrobněji popsané funkce volného času jsou definovány výše v kapitole 2.1.

V rámci rozdělení aktivit podle jejich funkcí a následného seřazení podle oblíbenosti se na první příčky dostávají aktivity, které jsou zaměřené na rozvoj osobnosti a plní funkci seberealizační neboli enkulturační. Při těchto aktivitách dochází k rozvoji pomocí kulturních zážitků, tvorby, umění, tance, sportu atd.

Klienti označovali tyto aktivity jako jedny z nejvíce navštěvovaných a oblíbených. Patří sem již zmiňovaná „kavárnička“, sportovní aktivity, hudební vystoupení, divadlo, promítání, tvořivé dílničky. Tyto nejoblíbenější aktivity zcela jistě plní také funkci socializační, jelikož to jsou kolektivní aktivity, které rozvíjí sociální kontakty a vazby.

Z výpovědí personálu je vnímána jako jedna z nejdůležitějších funkce zdravotní, která je zaměřena na všestranný rozvoj v oblasti zdraví. Do těchto aktivit, co se týče oblíbenosti, se prolínají již zmiňované sportovní hry, aktivity zaměřené na kognitivní funkce jako je reminiscence nebo trénink paměti. Dle výpovědí personálu a klientů jsou oblíbené z důvodu odbourání stresu, zvýšení psychické pohody a vyrovnanosti.

5. Jak maloměsto ovlivňuje fungování domova?

Jakým způsobem spolupracuje maloměsto, vybrané domovy pro seniory a zda má prostředí vliv na klienty domova, spokojenost a jejich zapojení do realizovaných aktivit, bylo předmětem poslední otázky tohoto šetření.

Z šetření a výpovědí vyplynula a byla potvrzena další významná charakteristika maloměsta, kterou je právě úzká vazba na komunitu, která ovlivňuje spolupráci domova s maloměstem. Domov na maloměstě funguje zejména na základě osobní spolupráce a dobré komunikace mezi domovem a jednotlivými spolky, organizacemi a firmami maloměsta. Spolupráce je ovlivněna dobrými společenskými vztahy, které jsou upevňovány zejména vedením domova a klíčovými pracovníky v osobní rovině. Významný podíl mají také rodiny a přátelé klientů z domova, kteří přináší nové podněty pro organizované akce, udržují tradice a již fungující zvyky. Díky komunikaci a začlenění těchto blízkých osob do chodu domova, přináší nové, konkrétní kontakty pro aktuálně hledanou a potřebnou spolupráci v domově. Zároveň zapojením blízkých osob do chodu domova, jednotlivých aktivit, ale i akcí realizovaných městem, otvírá pro seniory snadnější a přátelštější možnost se zapojit a pravidelně se účastnit těchto aktivit. Zároveň pokud se mohou klienti stýkat ve svém přirozeném prostředí, jsou mnohem optimističtější, co se týče realizace a spokojenosti s danou nabídkou a programem.

Zajímavým zjištěním bylo, že v rámci útluhu, který byl zapříčiněn omezením společenských akcí z důvodu ochrany veřejného zdraví a zdraví obyvatel domova,

je v budoucích rozvojových plánech domovů zacíleno na prohlubování těchto vztahů v rámci komunit maloměsta a rodinných příslušníků vázaných na klienty v domově. Vedení domova se do budoucna bude zaměřovat na zvýšení frekvence organizovaných akcí napříč celým domovem, které budou pozitivně odrážet postavení domova v rázu maloměsta. Tímto se potvrzuje jeden z hlavních rysů fungování maloměsta, kterým je úzká vazba na komunitu a pospolitost společnosti.

Vedle dodržování tradic a zvyků je dalším znakem maloměsta pozvolné pronikání pokroku, které je blíže popsáno v kapitole č. 3.2. Maloměsto je zcela jistě ovlivněno modernizací a pokrokem, který je nevyhnutelný a žádoucí. Nicméně tento pokrok a modernizace se do fungování města dostává postupně a dává tak obyvatelům, spolkům, organizacím, institucím, personálu a klientům domova prostor pro seznámení se s novým a možnost adaptace. Díky tomu je i prostředí konstantně klidné a přátelské, což má dále za následek pozitivní fungování společnosti směrem k domovu a opačně. V rámci toho je snazší pro nově příchozího jedince se do chodu domova zapojit a využívat těch výhod, které mu jsou blízké a prostředí maloměsta je nabízí. Tento fakt byl několikrát opakovan personálem i klienty. Naopak negativním faktem, který souvisí se zmiňovaným maloměstským pokrokem, je složité zajištění odborníků v oblasti specifického vzdělávání. Z výpovědí bylo patrné, že rychlý vývoj IT technologií je finančně i personálně problematický, neboť obecně je těchto osob na trhu nedostatek a zároveň většina domovů na maloměste nemůže v rámci svého rozpočtu nabídnout atraktivní finanční ohodnocení.

Mezi další pozitivní vliv maloměsta, bylo v rámci výzkumu potvrzeno stálé a atraktivní prostředí, které respondenti intenzivně vnímají. Maloměsto je charakteristické pro svou zástavbu a snadno dostupné přírodní prvky, které mají pozitivní vliv na lidskou psychiku.

Jako další rys, který ovlivňuje vnímání seniorů směrem k maloměstu je nízká anonymita, stálost a blízkost jednotlivců. Ve většině případech byl tento rys vnímán pozitivně. Negativní asociace byla zaznamenána minimálně, a to spíše ve výpovědích personálu. Ti uvádí poznatek, že pokud vznikne v rámci malé komunity například patologický jev či problém, snadněji se tato informace rozšíří mezi větší okruh osob. To má dále za následky možnou paniku, vznik předsudků či negativní konotací (příkladem byla uváděna nákaza onemocněním COVID – 19).

V souhrnu tyto pozitivní, ale i negativní zkušenosti se řadí mezi nejčastěji uvedené v rámci doplňující otázky na prostředí maloměsta. Díky tomu lze potvrdit, že maloměsto, které se pokouší reflektovat životní styl a potřeby jedinců, má zcela jistě pozitivní vliv na dotazované respondenty po stránce sociální, psychické i fyzické. Rozvíjí komunikaci, spolupráci, sociální vztahy, ale také motivaci, fyzickou a psychickou aktivitu jedinců, což následně pozitivně ovlivňuje celou komunitu města.

4.6.1 Náměty a doporučení pro navazující výzkum

V práci byl kvalitativním šetřením analyzován volný čas a vzdělávání v domovech pro seniory na maloměstě. Vzhledem k této analýze, přináší výzkum konkrétní poznatky z oblasti volnočasových aktivit, vzdělávání a možností v kontextu spokojenosti klientů zařízení, ale i spokojenosti z pohledu personálu. To dále otvírá možnosti pro další výzkumy v této oblasti.

Zajímavý pohled na problematiku by zcela jistě přinesl výzkum, který by se více zaměřil na samotnou komunikaci a spolupráci mezi klienty domova a personálu. Jak je již uvedeno v práci výše, během výzkumu byly zaznamenány rozdílné zkušenosti na konkrétních aktivitách, které byly způsobeny nedostatečnou komunikací a zpětnou vazbou mezi klientem a personálem. Výzkum by mohl zmapovat bariéry, které mezi sebou mají klienti domova a personál, který se aktivně zapojuje do volnočasových aktivit, hodin vzdělávání a hodin aktivizace. Výsledky výzkumu by mohly rozšířit stávající výzkum a odhalit další možnosti pro rozvoj a zkvalitnění volnočasových či vzdělávacích aktivit nejen na maloměstě.

Jako další možnost pro navazující výzkum se nabízí oblast komparativní studie, která by porovnávala spolupráci v kontextu poskytovatelů, externích služeb a obyvatel, které nemají blízké osoby v domovech a nejsou ani zaměstnanci domova. Pohled těchto osob, tedy osob mimo instituci domova, by mohl přinést nové podněty pro další spolupráci a zefektivnění služeb v domově na maloměstě.

4.6.2 Limity šetření

V rámci realizace dlouhodobého výzkumného šetření, získávání a zpracovávání dat byly autorkou shledána určitá omezení, která jsou vnímaná jako možné limity. Tyto limity mohly určitým způsobem ovlivnit získaná data, jejich postupnou analýzu i výslednou interpretaci.

V rámci mimořádné epidemiologické situace byl výzkum realizován v delším časovém horizontu, než bylo autorkou plánováno. Časté omezení osobního kontaktu, které bylo pro sběr dat stěžejní, komplikovala vládní nařízení. Sběr dat v zařízení A a v zařízení B tedy mohl být ovlivněn momentální situací, která se měnila velmi rychle. Sběr dat byl realizován dle momentálních možností, náladou a situací konkrétního zařízení. S tím se pojí limity na straně výzkumného souboru, jelikož získaná data od respondentů mohla být ovlivněna jejich osobnostními rysy, zdravotním stavem spolu s působením vnějších i vnitřních vlivů (aktuální naladění, nervozita, únava, stres).

Mezi další možné limity se řadí limity na straně výzkumníka, které mohou ovlivnit zejména výsledky a následnou interpretaci dat. V rámci dlouhodobého výzkumu a úzké spolupráce se zařízením, personálem a klienty může dojít k navázání osobního vztahu, což by mohlo vést k subjektivnímu zkreslení dat při jejich interpretaci.

Problematicky byly v práci vnímány také limity na straně metodologie. Ke sběru dat byl zvolen polostrukturovaný rozhovor, který má pouze tematické otázky, které mohly být výzkumníkem i vypovídajícími během hovoru ovlivněny a opět mohlo dojít ke zkreslení či odklonění od zkoumaného tématu. Výzkumné šetření bylo provedeno pouze ve dvou zařízeních, které jsou lokalizovány na maloměstě, proto validita a specifika výsledků výzkumu by případně mohly být při větším výzkumném souboru odlišné.

5 Závěr

Problematika stáří a stárnutí jedinců se stává celospolečenským fenoménem v souvislosti se změnou demografického složení obyvatelstva všech vyspělých průmyslových zemí. V reakci na tento fenomén demografického stárnutí obyvatelstva se dostávají do popředí nové možnosti, státní i soukromé instituce, organizace a služby zaměřené právě na tuto stárnoucí část populace, jejich potřeby, požadavky a zájmy. Smysluplné trávení volného času a kvalitní vzdělávání se tak stává jednou z nejvýznamnějších oblastí osob v pokročilém věku a je nutné mu věnovat patřičný rozvoj a pozornost.

Cílem diplomové práce s názvem Volný čas a vzdělávací aktivity v domovech pro seniory na maloměstě, bylo poskytnut vhled do problematiky volnočasových a vzdělávací aktivit v domovech pro seniory a pomocí empirického šetření analyzovat konkrétní možnosti a míru spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory na maloměstě.

Vhled do problematiky diplomové práce vycházel z odborných titulů, publikací a článků o seniorech, stárnutí, volnočasových a vzdělávacích aktivitách a také systému sociální péče pro seniory. Pro kompletní orientaci v daném tématu bylo v první kapitole vymezeno stárnutí a stáří v kontextu periodizace stáří. Dále byly v kapitole rozepsány jednotlivé aspekty stáří od biologických, psychických až po sociální aspekty stáří, které mají vliv na osobnost stárnoucího člověka. Druhá kapitola byla zaměřena již na volný čas, jeho definice, funkce, ale také na aspekty ovlivňující prožívání volného času. Vzdělávání seniorů bylo v podkapitolách soustředěno zejména na volnočasovou edukaci, motivaci ke vzdělávání seniorů, možnostem, které nabízí domovy pro seniory. Vzdělávání a volný čas byl také rozebrán z pohledu statistických dat, které se týkají seniorů. Ve třetí kapitole bylo vzhledem k zaměření práce vymezen pojem maloměsta spolu s rozdělením pobytových zařízení pro seniory. Kapitola čtvrtá byla již zaměřena na empirický výzkum, který byl realizován pomocí kvalitativního šetření za pomoci strukturovaných rozhovorů se seniory, zaměstnanci i s vedením dvou různých domovů.

V rámci empirického šetření byla v práci detailně popsána metodika zkoumání, charakteristika výzkumného vzorku a sběr dat. Interpretace získaných dat byla analyzována v souladu se zásadami kvalitativního výzkumu. Pro dosažení

stanoveného cíle, tedy zjištění konkrétních možností a míry spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory na maloměstě, byla stanovena hlavní výzkumná otázka, která přiblížila zkoumaný problém. Výsledná data jsou zveřejněna v diskusi, na kterou v práci navazují náměty a doporučení pro další výzkum a možné limity empirického šetření.

Z výsledku empirického šetření bylo potvrzeno, že míra spokojenosti seniorů s nabídkou volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech na maloměstě je vzhledem k možnostem a zkušenostem konkrétních seniorů z těchto služeb velmi vysoká. V rámci realizované analýzy dále vyplývá, že míra spokojenosti seniora žijícího v domově na maloměstě, je ovlivňována více faktory, které mají vliv na celkové fungování seniora v prostředí domova. V rámci toho lze potvrdit myšlenku, že nic není černobílé a nelze proto jednohlasně určit, že právě prostředí maloměsta je nejvhodnějším prostředím pro všechny osoby, které se rozhodnou prožit život v pobytovém zařízení pro seniory.

Tuto myšlenku je možné podložit také v rámci dalších odborných výzkumů. Mezi tyto obdobná šetření se řadí například výzkum s názvem „*Vybrané rozdíly v kvalitě života českých seniorů ve městě a na venkově*“ od současné socioložky Vidovičové, která se dlouhodobě věnuje tématům spojeným se sociologií stárnutí (Vidovičová, 2018, s. 3). Autorka porovnávala v několika dimenzích kvalitu života seniorů v České republice. Konkrétně se zaměřila na prostředí města versus vesnice. Z výsledku došla k závěru, který potvrdil absenci významnějších rozdílů kvality života mezi venkovským a městským prostředím s ohledem na rodinné vztahy, seniorovo zdraví, jeho aktivní trávení volného času, ekonomické stránky žití, subjektivnímu pocitu přílnutí k lokální komunitě a osobního bezpečí (Vidovičová, 2018, s. 6). Největší rozdíly byly analyzovány v oblasti životního stylu, který je individuálně formován po celý život, a to je podle slov autorky: „*do značné míry příliš individualizovaná hodnota na to, aby ji bylo možné popsat jen jako binární diferenci mezi urbánním a rurálním.*“ (Vidovičová, 2018, s. 6) Autorčin výzkum potvrzuje, že spokojenost seniora v prostředí, ovlivňuje zejména jeho individualita vázaná na jeho životní styl.

Nepatrné rozdíly v rámci spokojenosti seniora s životem v konkrétním prostředí, nalezneme i v rámci celoevropského srovnání „*Eurobarometer 378*“ (Eurostat, 2012). V rámci těchto výsledků byla zaznamenána nejvyšší spokojenost reflektující

přátelské a uzpůsobené prostředí pro seniory u respondentů, kteří žijí v rurálních obcích a to v 67 %. Poté následovala spokojenost u 65 % respondentů žijících v malých a středních městech a u 63 % respondentů, kteří žijí ve velkých městech (Eurostat, 2012, s. 109). Více tedy záleží na uspokojení seniorských potřeb s ohledem na jeho životní styl, trávení volného času, vzdělání a soužití s místní komunitou. Pokud jsou tyto faktory v souladu a potřeby seniora uspokojeny, nejsou vykazovány velké rozdíly v žití na maloměstě, vesnici či větším městě. Lze tedy potvrdit, že respondenti, kteří byli součástí kvalitativního výzkumu, žijí v souladu se svým životním stylem a potřebami, které jsou domovem a prostředím maloměsta plně uspokojováni.

Výše uvedené informace zároveň potvrzují autorčinu domněnku, že stereotypy, které se často spojují s prostředím maloměsta jsou již přežitkem. Z výpovědí klientů i personálu byla potvrzena rozmanitost služeb, možností, pokroku v souladu s tradicemi a prostředím, které odráží lidské potřeby pro kvalitní a spokojený život.

Dále byl potvrzen fakt, že komunita malého města pozitivně ovlivňuje seniory k účasti na jednotlivých aktivitách a upevňuje sociální vazby. To potvrzují také výsledky z šetření, které byly realizovány v roce 2020 společností MindBridge Consulting a MPSV: „*Zájem o nabídky volnočasových aktivit je relativně nejvyšší v obcích / městech o velikosti 5 000-20 000 obyvatel, mezi sezdánými lidmi a ekonomicky aktivními seniory.*“ (MPSV, 2020, s. 10) Zároveň bylo v šetření potvrzeno, že až 40 % seniorů, kteří žijí v obcích od 5000 – 20 000 obyvatel se pravidelně zapojují do veřejných aktivit, jako jsou místní oslavy svátků, Velikonoce, jarmarky, MDŽ, pálení čarodějnic, den seniorů (MPSV, 2020, s. 18). Právě menší města ovlivňují seniory k trávení volného času nejsnadněji, dokáží lépe zprostředkovat informace skrze komunitu města a díky tomu nabídka lépe reflektuje požadavky jednotlivých osob a zvyšuje zájem a podíl aktivních seniorů. To dále pozitivně ovlivňuje zapojování seniora do společenských akcí pořádaných místní komunitou. Tyto informace byly taktéž potvrzeny realizovaným šetřením a výpověďmi respondentů této diplomové práce.

Přirozená participace vybraných zařízení s městem a jednotlivými spolky je v rámci výzkumu diplomové práce pozitivně vnímána také ze strany rodinných příslušníků seniorů a zaměstnanců, kteří v domově pracují. Prostředí maloměsta je z tohoto

důvodu v souvislosti s volnočasovými a vzdělávacími aktivitami v domovech pro seniory vnímáno velmi pozitivně.

V rámci šetření byly dále odhaleny některé nedostatky, které mohou po eliminaci zvyšovat danou míru spokojenosti. Nedostatky jsou vnímány zejména v oblasti komunikace a zpětné vazby na jednotlivé aktivity ze strany klientů pobytových sociálních služeb. Zároveň vzhledem k nečekané situaci spojené s pandemií Covid-19 se objevily nové podněty pro budoucí práci a možné nabídky volnočasových a vzdělávacích aktivit. Vývoj v rámci pandemie byl na prostředí maloměsta a maloměstského domova, které nereaguje na změny tak rychle jako větší města, velmi náročný. Klienti pobytových služeb umístěných na maloměstě proto postrádají aktivity a vzdělávání, které by reflektovaly moderní a rychle se měnící požadavky na úrovni digitalizace, IT techniky a mobilní komunikace. Neboť v rámci nastalé situace, která se již stala součástí našich životů, vyplynula potřeba rychle reagovat a přizpůsobovat aktivity, aby nedocházelo k pouhému omezování aktivit, ale aby došlo k nahrazení vhodnou alternativou. V rámci výzkumu bylo také pozitivně reflektováno, že ideální je kombinace prezenčních aktivit spolu s možnostmi či doplněním realizace online. Tato kombinace je vhodná pro klienty zařízení, kteří prodělávají nemoc nebo jsou momentálně indisponováni, ale zároveň je pro ně aktivita, sociální kontakt a komunikace s okolím hlavním smyslem a naplní všedních dní. Právě díky tomu je možné aktivně udržet chod domova i jednotlivců, kteří díky tomu mají stále přehled o aktuálním dění a mohou být v kontaktu s rodinou a přáteli.

Potvrzeno bylo také to, že široká nabídka aktivit a možností vytváří prostor pro kvalitní trávení volného času seniorů v souladu s jeho osobními zájmy. To má za následek spokojeného seniora, který je součástí dobře fungující společnosti domova a utváří tak zdravé klima pro příchod nových klientů, ale i pro personál, který zajišťuje veškeré služby v zařízení. Smyslem volnočasových a vzdělávacích aktivit je rozvoj seniora po všech stránkách (biologických, psychických a sociálních), který jde proti involučním změnám spojeným se stárnutím. Potvrzuje se tím také fakt, který publikují autoři odborné literatury a odborníci z praxe, že *„člověk je starý pouze tak, jak se cítí a prožívaný věk nemusí odpovídat chronologickému a biologickému stáří.“* (Simonová a Gruss, 2009, s. 30)

Na závěr lze podotknout, že přínos práce spočívá v možnostech zlepšení služeb, volnočasových a vzdělávacích aktivit v domovech pro seniory nejen na maloměstě. Výstupy předkládané diplomové práce budou poskytnuty vedoucím pracovníkům v zařízeních, ve kterých se výzkum realizoval. Již během výzkumu pracovníci vykazovali zvýšený zájem o výsledky, které plánují využít pro zlepšení služeb, aktivit, organizace a komunikace s klienty. Dále může práce posloužit jako podklad pro další možné výzkumy, které se budou zabývat danou problematikou.

Vzhledem k výše uvedenému autorka shledává, že cíl práce se podařilo splnit. Výzkumné šetření bylo realizováno v souladu s tématem diplomové práce, výsledky byly následně analyzovány a vyhodnoceny.

6 Soupis bibliografických citací

ACADEMIA. *Slovník spisovné češtiny pro školu a veřejnost*. Praha: Academia, 1994. ISBN 80-200-0493-9.

AES. *Vzdělávání dospělých v České republice*. Praha: Český statistický úřad, 2018. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/vzdelavani-dospelych-vceske-republice-2016>.

APSS ČR. *Bílá kniha v sociálních službách: Konzultační dokument* [online]. Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky, 2003 [cit. 2021-8-9]. Dostupné z: https://www.apsscr.cz/files/bila_kniha.pdf.

APSS ČR. *Doporučený standard kvality pro domovy pro seniory ČR* [online]. Tábor: Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky, 2015 [cit. 2021-8-9]. ISBN 978-80-904668-8-3. Dostupný z: [https://www.apsscr.cz/files/files/Doporu%C4%8Den%C3%BD%20standard_FINAL\(2\).pdf](https://www.apsscr.cz/files/files/Doporu%C4%8Den%C3%BD%20standard_FINAL(2).pdf).

ARMSTRONG, Michael. *Personální management*. Praha: Grada, 1999, ISBN 80-7169-614-5.

BENEŠ, Milan. *Andragogika*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-6851-9.

BRYANT, Christina et al. The relationship between attitudes to aging and physical and mental health in older adults. *International psychogeriatrics* [online]. UK: Cambridge University Press, 2012, 24(10) s. 1674-1683, [cit. 2021-01-27]. ISSN 1674-1683. Dostupné z: <https://www.cambridge.org/core/journals/international-psychogeriatrics/article/abs/relationship-between-attitudes-to-aging-and-physical-and-mental-health-in-older-adults/5824A4FC3E98C7DD65F6A4BC0E68E98F#access-block>.

ČESKO. *Zákon č. 128/2000 Sb., Zákon o obcích (obecní zřízení)* [online]. Praha, 2000. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-128>.

ČESKO. *Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické službě)* [online]. Praha, 2002. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-198>.

ČESKO. *Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách* [online]. Praha, 2006a. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-505>.

ČESKO. *Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění* [online]. Praha, 2006b. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1995-155>.

ČSÚ. *Účast v neformálním vzdělávání celkem a dle orientace vzdělávání (18–69 let)* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2016 [cit. 2020-02-11]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/76208655/2300531804.pdf/dc905f82-e997-40af-aa89-92f58a783e8d?version=1.3>.

ČSÚ. *Projekce obyvatelstva České republiky do roku 2100* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2018 [cit. 2019-12-02]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/projekce-obyvatelstva-ceske-republiky-do-roku-2100-n-fu4s64b8h4>.

ČSÚ. *Počet obyvatel v obcích – k 1.1.2020* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2020a [cit. 2021-02-11]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/pocet-obyvatel-v-obcich-k-112019>.

ČSÚ. *Uživatelé (klienti) zařízení sociálních služeb v roce 2019* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2020b [cit. 2021-12-06]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/122363204/19002920603.pdf/b8c0d03f-6e5d-48f9-bfed-c244fc84f6a6?version=1.1>.

ČSÚ. *Procentuální zastoupení populace ve věku 65 a více let v jednotlivých státech Evropy v letech 2000 a 2018* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2021 [cit. 2021-07-11]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/seniori>.

ČSÚ. *Demografie, revue pro výzkum populačního vývoje* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2022 [cit. 2022-02-04]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/167607723/13005322q1.pdf/42e045cb-e376-4895-bb65-af7c365e1f1a?version=1.1> ISSN 1805-2991

DUFFKOVÁ, Jana, Lukáš URBAN a Josef DUBSKÝ. *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2008. ISBN 978-80-7380-123-6.

EUROSTAT STATISTIC EXPLAINED. *Population and population change statistics* [online]. Eurostat, 2021 [cit. 30.03.2022]. ISSN 2443-8219. Dostupné

[z:https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_and_population_change_statistics](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_and_population_change_statistics).

EUROSTAT STATISTIC EXPLAINED. *Special Eurobarometer 378: Active Aging* [online]. Eurostat, 2012 [cit. 2021-11-22]. Dostupné z: ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/archives/ebs/ebs_378_en.pdf.

EVROPSKÁ KOMISE. *Zelená kniha o stárnutí, Podpora mezigenerační solidarity a odpovědnosti* [online]. Evropská komise, 2021 [vid. 2021-01-27]. Dostupné z: https://ec.europa.eu/info/sites/default/files/com_2021_50_fl_green_paper_cs.pdf.

FINDSEN, Brian a Marvin FORMOSA. *Lifelong Learning in Later Life: A Handbook on Older Adult Learning*. Rotterdam: Sense Publishers, 2011. ISBN 978-94-609-1649-6.

GARRIDO, Faílde José María, María Dolores Dapía CONDE, Miguel Ángel Vázquez VÁZQUEZ a Lucía Vazquez RODRÍGUEZ. Are Older Adults' Leisure Patterns Consistent with the Active Ageing Model? The Influence of the Ageist Stereotypes. *Social policy and society: a journal of the Social Policy Association* [online]. 2021, 6(2) 1-22 [cit. 2022-06-03]. ISSN 1474-7464. Dostupné z: [doi:10.1017/S1474746421000221](https://doi.org/10.1017/S1474746421000221).

HARTL, Pavel, Helena HARTLOVÁ a Karel NEPRAŠ. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-686-5.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.

HLOUŠKOVÁ, Lenka a Milan POL. Občanské vzdělávání dospělých. In: RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC eds. *Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice*. Brno: Masarykova univerzita, 2008, s. 189–204. ISBN 978-80-210-4779-2.

JANÁK, Dušan. *I. A. Bláha a počátky sociologie města u nás. Sociální studia* [online]. Masarykova Univerzita, Fakulta Sociálních studií, 2016, [cit. 2022-07-18]. ISSN 1214-813X. Dostupné z: https://journals.muni.cz/socialni_studia/article/viewFile/5532/4630.

JANEČKOVÁ, Hana a Marie VACKOVÁ. *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-581-3.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5535-9.

JAROŠOVÁ, Darja. *Péče o seniory*. Ostrava: Ostravská univerzita, 2006. ISBN 80-7368-110-2.

KALVACH, Zdeněk. *Úvod do gerontologie a geriatrie: integrovaný text pro interdisciplinární studium. Díl 1, Gerontologie obecná a aplikovaná*. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0.

KLEVETOVÁ, Dana. *Motivační prvky při práci se seniory 2*. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-271-9567-1.

KNOTOVÁ, Dana. Zájmové vzdělávání dospělých. In: RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC eds. *Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice*. Brno: Masarykova univerzita, 2008, s.169–187. ISBN 978-80-210-4779-2.

KRATOCHVÍLOVÁ, Emília. *Pedagogika vol'ného času: výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a v praxi*. Trnava: Typi Universitatis Tyrnaviensis, 2010. ISBN 978-80-8082-330-6.

KREBS, Vojtěch. *Sociální politika*. Praha: Wolters Kluwer, 2015. ISBN 978-80-7478-921-2.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie* [online]. Jablonec nad Nisou: Psyché, 2006 [cit. 2020-07-30]. Dostupné z: <http://195.113.37.40/handi/184/index.html>.

LINGEA. Maloměsto. In: Lingea: *Česko-anglický slovník* [online]. Lingea, 2021 [cit. 2021-08-06]. Dostupné z: <https://slovniky.lingea.cz/anglicko-cesky/malom%C4%9Bsto>.

LIVEČKA, Emil. *Úvod do gerontopedagogiky*. Praha: ÚŠI při MŠ ČSR, 1979. ISBN neuvedeno.

MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3.

MAREŠ, Jiří, Eliška WALTEROVÁ a Jan PRŮCHA. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-579-2.

- MPSV. *Vnitrostátní dokumenty*. [online]. Praha: MPSV, 2022 [cit. 19-3-2022]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/web/cz/vnitrostatni-dokumenty>.
- MPSV. *Analytická zpráva výzkumu Realizace kvantitativního výzkumu – životní postoje a preference seniorů* [online]. Praha: MPSV, 2020 [cit. 18-3-2022]. Dostupné z: https://www.mpsv.cz/documents/20142/372809/Studie_Mindbridge_MPSV.pdf/b23b7fc3-8c55-1d72-70c6-b3180106659b
- MPSV. *Strategie přípravy na stárnutí společnosti 2019-2025* [online]. Praha: MPSV, 2019 [cit. 18-3-2022]. Dostupné z: <https://www.komora.cz/legislation/72-19-strategie-pripravyna-starnuti-spolecnosti-2019-2025-t-6-6-2019/>.
- MŠMT. *Strategie celoživotního učení ČR*. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2007. ISBN 978-80-254-2218-2.
- MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-5029-7.
- MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2004. ISBN 80-210-3345-2.
- MUŽÍK, Jaroslav. *Androdidaktika*. Praha: ASPI, 2004. ISBN 80-7357-045-9.
- PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.
- PALÁN, Zdeněk. *Lidské zdroje: výkladový slovník: výchova, vzdělávání, péče, řízení*. Praha: Academia, 2002. ISBN 978-80-200-0950-0.
- PAVLÍK, Oldřich, Luboš CHALOUPKA a Karel KOHOUT. *Vzdělávání dospělých: výtah z dokumentů a publikací*. Praha: Ústav pro informace ve vzdělávání, 1997. ISBN neuvedeno.
- PRÁŠILOVÁ, Michaela. *Tvorba vzdělávacího programu*. Praha: Triton, 2006. ISBN 80-7254-712-7.
- RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*. Brno: Masarykova universita, 1995. ISBN 80-210-1155-6.

RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC. *Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4779-2.

REMR Jiří a Otakar ĎURĎA. *Preference seniorů a realita jejich ekonomické situace v komparaci s činnostmi municipalit v rámci programu aktivního stárnutí – manuál pro sociální odbory vybraných municipalit. Závěrečná zpráva z empirického výzkumu realizovaného v rámci projektu TD03000156* [online]. Praha: INESAN, 2016. DOI:10.13140/RG.2.2.32573.20969. Dostupné z: <https://1url.cz/qztUJ>.

RHEINWALDOVÁ, Eva. *Novodobá péče o seniory*. Praha: Grada Publishing, 1999. ISBN 978-80-716-9828-9.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.

SIMONOVÁ, Lucie a Peter GRUSS. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-605-6.

SMĚKAL, Vladimír a Mojmír VÁŽANSKÝ. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. ISBN 80-901737-9-9.

SMĚKALOVÁ, Lucie. *Didaktika vzdělávání dospělých: distanční text*. Týn nad Vltavou: Nová Forma, 2016. ISBN 978-80-7453-675-5.

SOCIOLOGICKÝ ÚSTAV AV ČR. *Jak Češi tráví čas? Výsledky 1. ročníku výzkumu proměny české společnosti* [online]. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2016 [cit. 2021-02-09]. ISSN nevedeno. Dostupné z: <https://1url.cz/Az9nZ>.

SÝKORA, Luděk. Suburbanizace a její společenské důsledky / Suburbanisation and Its Social Consequences. *Sociologický časopis* [online]. Sociologický ústav Akademie Věd České republiky, 2003, 39(2), 217-233 [cit. 2022-04-27]. ISSN 0038-0288.

ŠAUEROVÁ, Markéta a Katarína VADÍKOVÁ. *Specifika edukace seniorů*. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra, 2013. ISBN 978-80- 87723-09-8.

ŠERÁK, Michal, Lucie VIDOVIČOVÁ a Petr WIJA. *Komparativní analýza přístupu veřejné správy ve vybraných státech EU k participaci seniorů na*

- veřejném rozhodování* [online]. Praha: Institut pro sociální politiku a výzkum, 2019 [cit. 2020-10-2] Dostupné z:
https://www.researchgate.net/publication/336211127_Komparativni_analyza_pris_tupu_veřejne_spravy_ve_vybranych_statech_EU_k_participaci_senioru_na_veřejnem_rozhodovani.
- ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. ISBN 978-80-244-2141-4.
- ŠPAČKOVÁ, Petra, Martin OUŘEDNÍČEK a Marie FEŘTROVÁ. Změny sociálního prostředí a kvality života v depopulačních regionech České republiky. *Sociologický časopis* [online]. Institute of Sociology of the Czech Academy of Sciences, 2011, 47(4), s. 777–803 [cit. 2022-05-01]. ISSN 0038-0288. Dostupné z: https://sreview.soc.cas.cz/artkey/csr-201104-0007_changes-in-social-milieu-and-quality-of-life-in-depopulating-areas-of-the-czech-republic.php.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5446-8.
- ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.
- TOPINKOVÁ, Eva a Jiří NEUWIRTH. *Geriatric pro praktického lékaře* [online]. Praha: Grada, 1995 [cit. 2020-07-30]. ISBN 80-7169-099-6. Dostupné z: <http://alephuk.cuni.cz/CKIS-28.html>
- TRÁVNÍČEK, František. Maloměsto a malé město. *Slovo a slovesnost* [online]. 1936, 1(1), s. 21–25. [cit. 2021-08-06]. ISSN nevedeno. Dostupné z: <http://sas.ujc.cas.cz/archiv.php?lang=en&art=122>.
- TVAROH, František. *Všichni stárneme*. Praha: Avicenum, 1971. ISBN nevedeno.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
- VAISHAR, Antonín, Jana ZAPLETALOVÁ a Eva NOVÁKOVÁ. *Between Urban and Rural: Sustainability of Small Towns in the Czech Republic*. *European*

countryside [online]. De Gruyter Open, 2016. [cit. 2021-11-22]. ISSN 1803-8417. Dostupné z: doi:10.1515/euco-2016-0025.

VEBER, Jaromír. *Management: základy, moderní manažerské přístupy, výkonnost a prosperita*. Praha: Management Press, 2009. ISBN 978-80-7261-200-0.

VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Problematické situace v péči o seniory. Příručka pro zdravotní a sociální pracovníky*. Praha: Grada Publishing, 2007. ISBN 978-80-247-2170-5.

VESELÁ, Jana. *Základy sociologie volného času*. Pardubice: Univerzita Pardubice, 1999. ISBN 80-7194-187-5.

VETEŠKA, Jaroslav. *Kompetence ve vzdělávání dospělých: pedagogické, andragogické a sociální aspekty*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-86723-98-3.

VETEŠKA, Jaroslav. *Přehled andragogiky: úvod do studia vzdělávání a učení se dospělých*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1026-9.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. Vybrané rozdíly v kvalitě života českých seniorů ve městě a na venkově. *Fórum sociální politiky* [online]. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2018, 12(3), s. 2–8. ISSN 1802-5854. Dostupné z: https://www.vupsv.cz/wp-content/uploads/2021/05/Vidovicova-Lucie-Vybrane-rozdily-v-kvalite-zivota-ceskych-senioru-ve-meste-a-na-venkove.-FSP_c.-3-2018.pdf.

WEBER, Pavel. *Minimum z klinické gerontologie pro lékaře a sestru v ambulanci*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2000. ISBN 80-7013-314-7.

WHO. *Decade of Healthy Ageing 2020-2030* [online]. WHO, 2021 [cit. 2022-06-01]. Dostupné z: https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB146/B146_23-en.pdf.

WHO. *Health statistics and information systems: Proposed working definition of an older person in Africa for the MDS Project* [online]. WHO, 2002 [cit. 2021-04-01]. Dostupné z: <https://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/>.

WHO. *Strategy and action plan for healthy ageing in Europe, 2012–2020* [online]. Regional Committee for Europe, 2012 [cit. 2020-07-13]. ISBN neuvedeno.

Dostupné z:
https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/175544/RC62wd10Rev1-Eng.pdf.

ZORMANOVÁ, Lucie. *Didaktika dospělých*. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-271-0051-4.

ŽÁČKOVÁ, Karolína. *Dobrovolnictví seniorů a vliv této činnosti na kvalitu jejich života* [online]. Zlín: Univerzita Tomáše Bati, Fakulta humanitních studií, 2014 [cit. 2021-12-31]. ISBN neuvedeno. Dostupné z:
https://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/28545/%c5%be%c3%a1%c4%8dkov%c3%a1_2014_dp.pdf?isAllowed=y&sequence=1.

ŽUMÁROVÁ, Monika. *Subjektivní pohoda a kvalita života seniorů*. Prešov: Akcent print, 2012. ISBN 978-80-89295-43-2.

7 Přílohy

7.1 Příloha A – Polostrukturovaný rozhovor – personál

Polostrukturovaný rozhovor – personál

Část první, obecné informace:

- Oslovení:
- Pohlaví:
- Datum narození/věk:
- Dosažené vzdělání:
- Pracovní zařazení v zařízení:

Část druhá, činnosti dotazovaného člověka směrem k aktivitě a zařízení:

- Jakým způsobem, podle Vás, vnímají senioři volný čas?
 - Co si pod pojmem volný čas všechno představíte?
- Myslíte, že je zájem o vzdělávání ve vašem zařízení?
 - Popište konkrétní aktivitu, o kterou je v zařízení největší zájem.
- Kdo a jakým způsobem se podílí na realizaci volnočasových a vzdělávacích aktivitách?
- Jakým způsobem jsou klienti informováni o volnočasových a vzdělávacích aktivitách a činnostech v zařízení?
- Myslíte, že klientům vyhovuje časové rozložení aktivit?
 - Je nabídka aktivit stálá, či se mění?

Část třetí, analýza nabídky volnočasových a vzdělávacích hodin a spokojenosti:

- Myslíte si, že vzhledem k umístění domova na maloměstě, je nabídka aktivit dostatečná?
 - Jaké konkrétní aktivity v zařízení nabízíte?
 - Jaké aktivity klienti preferují?
 - Chybí klientům nějaká aktivita či činnost?

- Jak hodnotíte organizaci volnočasových a vzdělávacích aktivit?
 - Mohou se klienti aktivně zapojit do organizace aktivit?
 - Je pravidelně zjišťováno, jaký vliv mají aktivity na klienty?

- Myslíte si, že jsou klienti spokojeni/a s nabídkou aktivit?
 - Máte konkrétní příklad nespokojeného klienta?
 - Snažíte se klienty nějakým způsobem motivovat do aktivity?

- Jakým způsobem je zjišťována zpětná vazba od klientů?
 - Jak hodnotíte komunikaci s klienty?

Část čtvrtá, prostředí maloměsta:

- Můžete popsat výhody/nevýhody prostředí ve kterém se nachází domov pro seniory ve kterém působíte?

- Ovlivňuje Vás či Vaše klienty prostředí maloměsta?
 - Můžete specifikovat jak (psychicky, fyzicky, sociálně), případně co vnímáte jako rozdíl?

- Myslíte si, že se odlišuje Váš domov seniorů na maloměstě například s domovy ve větších městech?
 - Máte osobní zkušenost s prací a s klienty u jiného domova?
 - Chtěl/a byste pracovat v jiném domově, který by byl umístěný ve velkém městě?

- Máte nějaké podněty, jak vylepšit fungování domova směrem k maloměstu či opačně?

7.2 Příloha B – Polostrukturovaný rozhovor – klient

Strukturovaný rozhovor – klient

Část první, obecné informace:

- Oslovení:
- Pohlaví:
- Datum narození/věk:
- Dosažené vzdělání:
- Bývalá profese:
- Zdravotní omezení: ANO/NE (případně jaké)
- Délka pobytu v zařízení:
- Navštěvují vás příbuzní?:

Část druhá, aktivizační činnosti a možnosti které domov nabízí:

- Máte během vašeho pobytu dostatek volného času?
 - Co si pod pojmem volný čas všechno představíte?
- Máte během vašeho pobytu možnost nějakého vzdělávání?
 - Co si pod pojmem vzdělávání představíte?
- Jakým způsobem jste informován/a o volnočasových a vzdělávacích aktivitách a činnostech?
- Vyhovuje Vám časové rozložení aktivit?
 - Preferujete spíše odpolední či dopolední aktivity?
- Myslíte si, že vzhledem k umístění domova, je nabídka aktivit dostatečná?
 - Chybí vám nějaká aktivita či činnost?

Část třetí, spokojenost a osobní zkušenost s nabídkou volnočasových a vzdělávacích hodin:

- Vyhovuje Vám, jak personál zajišťuje a organizuje volnočasové a vzdělávací aktivity?
 - Setkáváte se při denních aktivitách ve skupince nebo jej raději provádíte samostatně?
 - Jak na Vás působí společenské prostory, ve kterých se provádí aktivizační činnosti?
 - Vyhovuje vám délka aktivit?

- Jaké volnočasové a vzdělávací aktivity momentálně navštěvujete?
 - Máte konkrétní důvod proč aktivity navštěvujete?
 - Jste spokojen/a s nabídkou aktivit?

- Můžete ovlivnit aktivity, pokud Vám nevyhovují?
 - Zjišťuje personál zpětnou vazbu a vaše názory na aktivity?
 - Je něco, co byste chtěl/a v nabídce činností změnit či doplnit?

Část čtvrtá, prostředí maloměsta:

- Můžete popsat výhody/nevýhody prostředí ve kterém se nachází domov pro seniory ve kterém žijete?

- Ovlivňuje Vás toto prostředí (prostředí maloměsta)?
 - Můžete specifikovat jak (psychicky, fyzicky, sociálně), případně popište pouze to, co vnímáte jako rozdíl?

- Myslíte si, že se odlišuje Váš domov seniorů na maloměstě například s domovy ve větších městech?
 - Máte osobní zkušenost s pobytem v jiném domově?
 - Znáte někoho, kdo má jinou zkušenost?

- Máte nějaké podněty, jak vylepšit fungování domova směrem k maloměstu či opačně?

7.3 Příloha C – Informovaný souhlas účastníka výzkumu

Informovaný souhlas účastníka výzkumu

Výzkum: **Volný čas a vzdělávací aktivity v domovech pro seniory na maloměstě**

Řešitel: **Bc. Michaela Svobodová**

Informovaný souhlas

Rozhovor je anonymní, což znamená, že nikde nebude uvedeno mé jméno. Moje účast na rozhovoru je zcela dobrovolná a kdykoli během rozhovoru můžu odmítnout odpovědět na otázky, na které nechci odpovědět. Mám také právo rozhovor kdykoli ukončit. Jsem si vědoma toho, že rozhovor bude zaznamenáván na diktafon a přepsán do písemné formy. Po přepisu bude nahraný rozhovor smazán. Přepis rozhovoru bude důvěrný a v diplomové práci, ani v případných dalších výstupech z tohoto výzkumu, nebudou uvedeny údaje, podle kterých by bylo možné mě identifikovat.

Souhlasím s účastí ve výzkumu a provedením rozhovoru. ANO
NE

Přeji si být informována o výsledcích výzkumu. ANO
NE

Dne: Podpis:

7.4 Příloha D – Tabulka dotazovaných respondentů

Název, Zařízení A	Základní informace
PZ 1A	Ředitel/ka příslušného domova
PZ 2A	Rehabilitační pracovnice (zároveň ergoterapeutka)
PZ 3A	Pracovník přímé obslužné péče (asistentka volnočasových aktivit)
KZ 4A	Žena, 74 let, povolání: vyučená prodavačka, v zařízení 2 rokem
KZ 5A	Muž, 81 let, povolání: dopravní inspektor, v zařízení 3 rokem
KZ 6A	Muž, 77 let, povolání: instalatér, v zařízení 2 rokem
KZ 7A	Žena, 82 let, povolání: vyučená kuchařka, v zařízení 4 rokem
KZ 8A	Žena, 81 let, povolání: učitelka ZŠ, v zařízení 3 rokem

Tabulka č. 1 – respondenti zařízení A, vlastní zpracování

Název, Zařízení B	Základní informace
PZ 9B	Ředitel/ka příslušného domova
PZ 10B	Aktivizační pracovnice
PZ 11B	Pracovník přímé obslužné péče
KZ 12B	Žena, 81 let, povolání: vyučená prodavačka, v zařízení 4 rokem
KZ 13B	Žena, 88 let, povolání: vyučená švadlena, v zařízení 4 rokem
KZ 14B	Žena, 76 let, povolání: pracovnice v zemědělském družstvu, v zařízení 1 rokem
KZ 15B	Muž, 83 let, povolání: truhlář, v zařízení 2 rokem
KZ 16B	Žena, 79 let, povolání: poštovní manipulátka, v zařízení 3 rokem

Tabulka č. 2 – respondenti zařízení B, vlastní zpracování