

Masarykova univerzita

Lenka Gulová (ed.)

Studentské profesní praxe

SENIORŮ AKTIVIZACE

Výukové materiály

Brno
2015



Masarykova univerzita
Pedagogická fakulta
Katedra sociální pedagogiky

STUDENTSKÉ PROFESNÍ PRAXE – AKTIVIZACE SENIORŮ

Výukové materiály

Lenka Gulová (ed.)

Brno 2015



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Část lekcí byla vytvořena v rámci projektu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR – Tvorba a inovace vzdělávacích programů a profesních praxí (CZ.1.07/2.2.00/28.0040) realizovaného Katedrou sociální pedagogiky Pedagogické fakulty Masarykovy univerzity.

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této elektronické knihy nesmí být reprodukována nebo šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu vykonavatele majetkových práv k dílu, kterého je možno kontaktovat na adrese – Nakladatelství Masarykovy univerzity, Žerotínovo náměstí 9, 601 77 Brno.

© 2015 Lenka Gulová (ed.)

© 2015 Masarykova univerzita

ISBN 978-80-210-8148-2 (online : pdf)

ISBN 978-80-210-8147-5 (brož. vaz.)

Obsah

Aktivizace seniorů v praxi sociálních pedagogů	7
Lenka Gulová	
Přehled profesních praxí	15
Divadlo Playback pro seniory	17
Veronika Nýdrlová, Štěpánka Spáčilová, Michaela Zapletalová, Jan Buchta	
Aktivizace seniorů formou individuálních rozhovorů	31
Klára Helusová, Markéta Olšiaková	
S chutí do toho!	47
Petra Havlíková, Iveta Freibergová, Veronika Kadlečková	
LDN-ka má smysl	73
Jana Hladíková	
Společně k příjemnějšímu dni	93
Lenka Kohnová, Kateřina Lazecká	
Individuální a skupinová aktivizace seniorů v Domově seniorů Stříbrné Terasy	105
Hana Nečadová	
Aktivizace Domova pokojného stáří	109
Veronika Partiková	
Politictí vězni	117
Petr Pijáček	
Seniři se učí a baví	129
Tereza Sebeniová	
Zkušenost jako klíč	137
Petra Mádlová, Markéta Sedláková, Tereza Skládalová	
Člověk člověku	147
Michaela Zapletalová, Jana Šašínková	

Nikdo není sám	153
Klára Tesaříková	
Práce s příběhem v prostředí domova pro seniory	163
Dagmar Weisbauerová	
Kreativita věkem nechradne	171
Michaela Koláčková	
Zpíváme, cvičíme a hrajeme si k aktivnějšímu životu	177
Zuzana Dubová	
Hudbou a hrami k radosti v domově seniorů	185
Pavína Hlaváčová, Petra Zlatušková	
Domov seniorů Jindřichův Hradec	195
Zdeněk Malý	
Aktivizace seniorů v praxi Žabčice	203
Erika Matyášová	
Kociánka – místo pro aktivní stáří	213
Jana Böhmová, Barbora Němcová	
Malými krůčky k aktivnějšímu životu	219
Jitka Tesařová	
Domov u zámku, o.s., Ivanovice na Hané	227
Tereza Vargová	
Reminiscenční terapie	239
Tereza Kašparcová	
Obyčejné příběhy	245
Lukáš Linha	
Aktivizace seniorů.	251
Martina Doušová	
Ať každý den stojí za to	257
Markéta Banková, Monika Chalupníková	
Aktivizace seniorů / Senioři se baví.	273
Kristýna Beránková	

Aktivizace seniorů v DPS Foltýnova	279
Lucie Janásová	
Individuální práce se seniorem v domácnosti	295
Iva Londínová	
Pomoc, péče a aktivizace v Domově seniorů POHODA	301
Adriana Slámová	
Deník praxe – DPS Podpěrova	309
Ivana Greplová, Aleš Gothard	
Vaření v praxi.	317
Barbora Kiliánová, Martina Kvochová, Tereza Málková	
Deník praxe aktivizace seniorů	321
Kateřina Ševčíková	
Kde jste vy, byli jsme i my. Kde jsme my, budete i vy.	329
Gabriela Davidová, Tomáš Komínek	
Aktivizace Domova pro seniory Vychodilova	341
Pavla Kmošková	
Kufr plný vzpomínek	347
Lukáš Musil, Michael Schmidt	
Praxe v rámci aktivizace seniorů.	351
Kateřina Husáková	
Deník aktivizace	359
Terezie Součková, Lenka Ďulíková, Gabriela Troppová	
Seznam autorů	371

Aktivizace seniorů v praxi sociálních pedagogů

Lenka Gulová

Česká společnost stárne, přibývá seniorů, kteří chtějí žít aktivním způsobem, vzdělávat se, angažovat se v nejrůznějších sférách, a tento trend je významnou výzvou pro oblast sociální pedagogiky, zejména pak pro nynější studenty a absolventy tohoto oboru. Současně se mnozí senioři nacházejí ve složité sociální situaci, objevují se mezigenerační problémy, stárnutí populace, nedostatečná kapacita institucí zaměřených na seniory a nízká prestiž starých lidí ve společnosti. Tato problematika souvisí rovněž s oblastmi sociální práce a sociální pedagogiky; prostřednictvím terénní praxe a analýzou výzkumných šetření lze nalézat neefektivnější způsoby aktivizace seniorů.

STUDENTSKÁ PRAXE

V rámci studia oboru sociální pedagogika studenti magisterského studia absolvují během celého semestru předmět aktivizace seniorů. Jedná se o studentskou praxi, kdy studenti pracují v terénu v prostředí nejrůznějších skupin seniorů, ale i v jejich domácím prostředí. Praxi lze realizovat v domech seniorů, v klubových zařízeních, v nemocnicích, v léčebnách dlouhodobě nemocných, v hospicích, v prostředích, kde se senioři vzdělávají a setkávají, na univerzitách třetího věku, v domácím prostředí seniorů, v nejrůznějších oblastech sociální práce, které mají spojitost se sociální situací seniorů. Studenti v těchto prostředích aktivizují jednotlivce a skupiny nejrůznějšími přístupy, metodami a formami.

Pokud se jedná o ústavní zařízení, tak spolupracují s aktivizačními nebo sociálními pracovníky. V průběhu praxe studenti poznatky analyzují a vzájemně reflektují na pravidelných společných setkáváních. Lze pracovat v týmech studentů, ale mnozí z nich využívají možnosti řídit si a vést aktivizaci sami pouze za garance odborných pracovníků zařízení. Součástí předmětu aktivizace seniorů je výzkumné šetření, kdy se studenti zabývají situací a potřebami seniorů, měří efektivitu vybraných metod, sbírají životní příběhy seniorů, vedou rozhovory s pracovníky zařízení atd. Výsledkem jsou drobné analýzy výzkumu, kdy studenti pracují zejména s kvalitativními výzkumnými metodami. V některých případech student ve výzkumu pokračuje a výsledkem jsou velmi přínosné diplomové práce. V průběhu semestru si studenti vzájemně předávají zkušenosti a diskutují o problematických situacích, které tato praxe přináší. K dispozici mají předmět supervize pod vedením a garancí odborníka. Důležitou součástí je oblast teorie a seminárních cvičení, která se studentům nabízí v předmětu gerontagogika. Všechny tyto předměty – aktivizace seniorů, gerontagogika a supervize – na sebe navazují a studenti je mají povinnost absolvovat v rámci jednoho semestru.

Aktivizace seniorů

Psychologický slovník (Hartl, 2004, s. 9) definuje aktivizaci jako „*nespecifické označení úrovně aktivity, vybuzení, založené na smyslové, žlázoové, hormonální a svalové připravenosti k činnosti*“. Tento pojem souvisí i s aktivační úrovní jako stupněm „*pohotovosti, připravenosti organismu k činnosti*“ (Hartl, 2004, s. 9). Blízkým pojmem je i aktivace ve smyslu uvedení v činnost, většího zapojení centrálního nervového systému v důsledku patřičného stimulu.

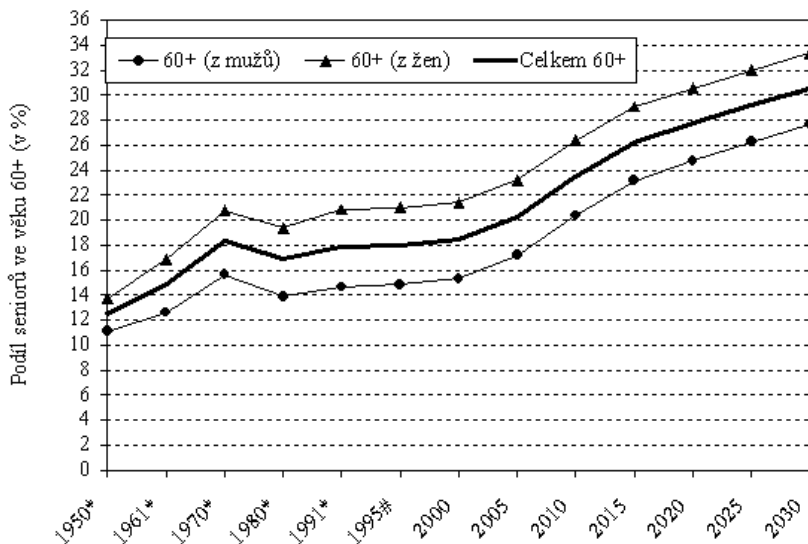
Aktivizací seniorů může být podle Müllera (2006) například:

- **podpora rovnosti příležitostí na trhu práce**, podpora zaměstnávání seniorů (uplatnění na trhu práce je přínosem pro kvalitu života seniora i celé společnosti, pracovní život je zdrojem identity, sociálního statusu, spokojenosti, uznání, sociálních vztahů aj.);
- **dostatečná nabídka různých forem vzdělávání** (kurzy, přednášky, univerzity třetího věku, akademie třetího věku, sociálněpedagogické intervence ad.);
- **rehabilitační péče**, fyzioterapeutické postupy;
- **dostatečná nabídka zájmových aktivit** (čtení, turistika, ruční práce, křížovky, jízda na kole atd.);
- **dostatečná nabídka možností společenského života** (kluby důchodců, centra pro seniory, denní stacionáře, knihovny, divadla, spolky atd.);
- **rovnost příležitostí k zapojení do veřejného života** (možnost podílet se na chodu komunity, dobrovolnická práce v neziskovém sektoru aj.).

Čtyři roviny přípravy na stáří

- **Dlouhodobá příprava**, probíhá po celý život, zahrnuje nejenom přípravu na zdravý způsob života, ale i výchovu ke kladným postojům ke stáří.
- **Střednědobá (přeladovací) příprava** probíhá ve věku 40–60 let a soustřeďuje se na tři okruhy: zdravotnická příprava (ve smyslu zdravého životního stylu a preventivních opatření), psychologická příprava (zaměřit se na prevenci předčasného stárnutí a osvojit si zásady duševní hygieny) a oblast sociální (udržování sociálních kontaktů a rozvíjení zájmů).
- **Krátkodobá (akutní) příprava** na stárnutí začíná přibližně pět let před odchodem do důchodu a zaměřuje se především na hmotné zabezpečení a na optimální vstup do důchodu.
- **Aktuální příprava**, výchova k optimálnímu a smysluplnému využití volného času ve stáří a k patřičné aktivitě.

Vývoj podílu seniorské populace (v %)



Tabulka: zdroj Stuart-Hamilton lan., 1999

Dosáhnutí přiměřené aktivizace u seniorů je velkým multidisciplinárním tématem. Člověk je tvor přirozeně aktivní a aktivita je základem veškerého chování, **nečinnost se tedy stává něčím nepříznivým**, případně i patologickým. Podle Kalvacha (1997) může být nečinnost spojena s prázdnotou, nízkou kvalitou života, nebo dokonce s řadou zdravotních komplikací. Proto je nezbytné seniory aktivizovat, podněcovat k určité míře aktivity tělesné i psychické. Při aktivizaci je nutné vycházet z potřeb a přání konkrétního klienta, uplatňovat individualizovaný osobní přístup. „Každá aktivita je podmíněna tím, aby člověk **chtěl, uměl a mohl** danou činnost provádět“ (Kalvach, 1997. s. 82).

Cílem je vytvořit základ pro úspěšné stárnutí, změnit negativní, až ageistický přístup ke stáří a starým lidem a přijmout vlastní odpovědnost za kvalitu svého života jako vědomé přípravy na stáří. *Rozeznáváme tři úrovně aktivizace.*

Primární aktivizace

Primární aktivizace aneb výchova ke stáří: tato oblast je zaměřena na podporu zdravého životního stylu, dalšího vzdělávání (U3V, A3V), zapojení seniorů do občanské společnosti (dobrovolnictví, neziskový sektor), prostor pro budování mezigeneračních vztahů, zájmových aktivit aj.

Sekundární aktivizace

Má zachovat a upevnit dosavadní schopnosti, týká se osob v tíživé životní situaci (ztráta soběstačnosti, následky mozkové mrtvice aj.), osob s diagnostikovanou kognitivní poruchou, zkrátka všech seniorů, u kterých by nečinnost měla výrazně destruktivní dopad.

Terciární aktivizace

Pracuje s klienty ohroženými sociálním vyloučením a naprostou ztrátou autonomie (např. klienti rezidenčních zařízení postižení demencí). V tomto případě jde především o udržení kvality života. Tyto úrovně aktivizace nemají jasnou hranici, vzájemně se volně prolínají.

Ageismus

V souvislosti s aktuálním stárnutím populace v našem prostředí se stále více hovoří o různých formách ageismu, a to zejména v souvislosti s určitým negativním vnímáním seniorské populace částí obyvatelstva. Pojem ageismus nemá český ekvivalent, je odvozen z anglického slova *age* (stáří, věk). Termín byl poprvé použit v šedesátých letech 20. století R. Butlerem pro definování znevýhodňování na základě věku. **Dnes tento pojem zahrnuje širší okruh problémů, nejde jen o diskriminaci starých lidí, ale i o předsudky a negativní představy o stáří.** *Stáří je spojováno se stereotypy, které ztotožňují vyšší věk s negativními charakteristikami a nepřipouštějí jeho pozitivní charakteristiky, prezentují staré lidi jako homogenní skupinu nemocných, nesoběstačných, málo výkonných a často problematických jedinců.*

Vidovičová (2008, s. 113) formulovala tuto definici: „*Ageismus je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovaná skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité kohortě/generaci.*“ Tato definice nás nutí k zamyšlení, vytvořili jsme si opravdu novou ideologii, nový sociálněpatologický jev? Tošnerová (2002, s. 7) uvádí odlišnost ageismu „... od jiných „ismů“; jako je rasismus, sexismus atd. Věková klasifikace není statická, jednotlivec postupuje přes jednotlivé životní cykly, klasifikace je charakterizována neustálou změnou, zatímco ostatní systémy jsou konstantní, např. rod, rasa“. Ageismus se může stát pro společnost velkým problémem, jeho prohlubování může narušovat mezigenerační vztahy a dehonestovat seniorskou populaci. Právě aktivizace seniorů může přispět ke zmírňování a odstraňování ageismu, obzvláště se na ní podílí mladá generace.

VÝBĚR MOŽNÝCH AKTIVIZAČNÍCH ČINNOSTÍ A TERAPIÍ

Arteterapie

Tvorba je chápána jako zájmová tvůrčí činnost, která významně obohacuje naše životy. Výtvarné tvoření zajímá různé věkové skupiny, a proto je často nabízeno v rámci vzdělávání dospělých. Svoji roli má i v pečovatelských a léčebných zařízeních, kde tvůrčí proces pomáhá klientům ve zvládnání psychických obtíží. Základem ovšem zůstává vytváření spontánních obrazů jako základ arteterapie. Arteterapie může být individuální nebo skupinová. Výtvarné techniky využívané při terapeutických sezeních umožňují sebevyjádření, usnadňují komunikaci, pomáhají při odražení emocí a mohou být prostředkem psychického uvolnění. Spontánní výtvarná tvorba je podle Campbellové (2000) vhodná pro skupinovou práci, protože obohacuje naši tvořivost, podporuje sebeuzdravující procesy a může nám pomoci pochopit, že můžeme změnit sami sebe i vztahy ve svém okolí.

Ergoterapie

Hlavním terapeutickým prostředkem v ergoterapii je smysluplná činnost či zaměstnání, které pomáhají k obnově postižených funkcí. Prostřednictvím smysluplného zaměstnávání se ergoterapie snaží o zachování a využití schopností klienta jakéhokoliv věku a s jakýmkoliv postižením potřebných pro zvládnutí běžných denních, pracovních, rekreačních a zájmových činností. Cílem ergoterapie je zachování maximální soběstačnosti v každodenních činnostech jak pracovních, tak zájmových (Česká asociace ergoterapeutů, 2008). Pracovní terapie je záměrná a cílevědomá manipulace s materiálním okolím (manipulace s předměty, surovinami, materiály) užitá za účelem pomoci jedincům změnit jejich chování, myšlení, emoce či osobnostní strukturu žádoucím směrem. Pracovně-terapeutických cílů se u seniorů dosahuje především rukodělnou činností (např. s textilem, papírem, kovem, přírodními materiály, se dřevem) a výcvikem v oblasti praktického života (Müller, 2006).

Muzikoterapie

Terapeutické a výchovné metody, ve kterých je dominantní hudba, a to buď formou receptivní (vnímání hudby), nebo formou aktivní (hra na hudební nástroj). Při muzikoterapii využíváme melodie, harmonie, rytmu, tempa, dynamiky, zvukové barvy, zkrátka všech součástí hudebního umění.

Při práci se seniory je tato technika velmi vhodná, nevyžaduje intelektuální práci a logiku a mohou se jí zúčastnit i klienti, kteří mají problém „přijmout“ mluvené slovo. Můžeme jí využívat denně, a to nejrůznějších formách. Pokud pracujeme se seniory, vhodná délka setkání je 30 minut, skupina je otevřená a vede ji muzikoterapeut nebo aktivizační (rehabilitační) pracovník. Nejvhodnější aktivitou pro seniory je kolektivní zpěv lidových, národních nebo psychodynamicky významných písní, se kterými se vzpomínající člověk setkal (Baštecký, Vojtěchovský, 1994).

Preterapie

Autorem této metody je G. Prouty, žák C. Rogerse. Je s úspěchem užívána u osob se specifickými potřebami, u osob, jež obtížně komunikují nebo nekomunikují vůbec a jež žijí ve svém vnitřním světě (např. dementní klienti). Tato technika slouží k navázání kontaktu a následně umožňuje spolupráci, dává klientovi pocit společného prožitku. Snažíme se reflektovat to, co u klienta vnímáme. Reflexe slov a zvuků (verbální reflexe), které klient použije, reflexe prostředí a situací, v nichž se nachází (situační reflexe), reflexe výrazů, pohybů (tělové reflexe) i reflexe toho, co se opakuje (opakování slov po nemocném) jsou prostředky k navázání kontaktu a porozumění tomu, co se děje v klientově nitru (Janečková, 2005; Klevelandová, Dlabalová, 2008).

Petterapie (animoterapie, zooterapie)

Jde o léčbu kontaktem se živými zvířaty, který vede k psychické stimulaci, rozvíjí schopnost sociální komunikace a zvyšuje kvalitu života seniorů. Nejčastěji jde o psy (canisterapie), kočky (felinoterapie) a jiná domácí zvířata. Mnozí klienti s demencí vyhledávají kontakt se zvířaty a evidentně jim tento kontakt (dotek) je příjemný.

Reminiscenční terapie

Využití vzpomínek pro práci se seniory rozšířila v Evropě Angličanka Pam Sweizer. Reminiscence je definována jako vyvolání vzpomínek ze života člověka, které probíhá buď o samotě, nebo spolu s jinou osobou či skupinou lidí. Jako reminiscenční terapie je „*označován rozhovor terapeuta se starším člověkem (nebo skupinou seniorů) o jeho dosavadním životě a dřívějších aktivitách, o prožitcích, událostech a získaných zkušenostech, často s využitím vhodných podnětů (staré fotografie, předměty, nástroje a pomůcky dříve užívané v domácnosti)*“ (Janečková, Holmerová, 2008, s. 18).

Tato terapie vychází ze skutečnosti, že v mozku jsou nejdéle zachovány vzpomínky, vědomosti a návyky, které jsou uloženy v dlouhodobé paměti. Vzpomínky umožní seniorům znovu prožít své úspěchy (vzpomínáme na silné stránky člověka), pocít vlastní důležitosti, hodnoty a díky tomu mají pozitivní vliv na psychický a fyzický stav seniorů. *Reminiscenční terapie má uplatnění i u klientů postižených poruchou krátkodobé paměti či demencí a výrazně zvyšuje kvalitu jejich života.*

Rezoluční terapie

Tato metoda předpokládá, že cokoliv klient řekne, je pro něj právě teď skutečností a nemá smysl to měnit, nesnažíme se řešit minulé traumata. Využívá se u klientů trpících demencí, a to ve fázi, kdy obnova reality je naprosto nemožná. Při práci s klientem neopravujeme slyšené, ale snažíme se o naprosté přijetí. Klient musí cítit, že je přijímán, že má zachovánu svoji důstojnost.

Skupinová práce

Prostřednictvím smysluplné a zábavné činnosti upevňujeme skupinovou soudržnost a pocit, že někam patříme. Práce se skupinou může podle Walshe (2005) působit v následujících směrech: umožní vzájemnou podporu lidí stejného věku; zprostředkuje výměnu informací; zvýší sebevědomí a nezávislost účastníků; dává příležitost sdílet potíže a radosti; pomáhá objevovat nové strategie; poskytuje bezpečný prostor pro nácvik, riskování, zdokonalování se a při tom všem se skupina dobře pobaví a užije legraci.

Validace

Pro práci s klientem je důležité vybudování pocitu důvěry a bezpečí. Validaci sezení může trvat 5–10 minut zpočátku až 3× denně, později při fungujícím vztahu alespoň jednou za týden. Validaci techniky využívají: jednoduchých otázek (kdo, co, kde, kdy, jak?), parafrázování (zopakování vlastními slovy), užívání polarit (Jak to bolelo?), snahy představit si opačný pocit (Stane se někdy, že je na vás milá?), popisování pocitů pomocí smyslu (Je to ostrá bolest? Jaký to byl zvuk?) a vzpomínání (reminiscence). Validace vede ke zlepšení psychického i fyzického stavu klienta (uvolnění svalů, klidné oči, stejnoměrný dech) a především podstatně zvyšuje kvalitu jeho života (Janečková, 2005).

Biblioterapie

Kniha se stane prostředníkem a průvodcem po krajinách lidské duše, umožní nám cestovat v čase, prostoru a hlavně můžeme pracovat v rámci společné komunikace. Seniori nemusí knihy pouze číst, nemusí jim pouze naslouchat, ale mohou literární texty i sami vytvářet.

Tréninky paměti

Existuje mnoho technik, kterými lze trénovat paměť. Významnou pomůckou pro lepší zapamatování informací mohou být paměťové techniky (mnemotechniky), které jsou vhodné především u zdravých seniorů. *Mnemotechniky umožní přesun informací z krátkodobé do dlouhodobé paměti, odkud mohou být podle potřeby vyvolány.* Díky mnemotechnikám můžeme být schopni zapamatovat si opravdu enormní množství informací. Mezi nejpoužívanější mnemotechniky řadíme například techniku loci, techniku symbolů, kategorizaci, metodu klíčových slov a zapamatování pomocí příběhu (Suchá, 2013).

Příklady mnemotechnických pomůcek

Technika řetězení

Příběh si lépe zapamatujeme než jednotlivé pojmy, čísla nebo vzorce. Vytvořte ze slov v závorce (hruška, jízdenka, kočka, láska, jídelna, kniha) krátký příběh. Tento příběh, který může být i bláznivý, si запиšte a zapamatujte, lépe si tím zapamatujete i jednotlivé pojmy.

Metoda obrazových příběhů

Zapamatování čísel, například 569752147537. Čísla napište, zakryjte a zjistěte, kolik si jich pamatujete. Vezměte si číslice 0 až 9 a pro každou vymyslete symbol, který vám ji bude připomínat, například vejce pro 0, hůl pro 1, labuť pro 2, želízka pro 3, loď pro 4, těhotná žena pro 5, sloní chobot pro 6, kosa pro 7, přesýpací hodiny pro 8 a devět kuželek pro 9 atd.

Kombinaci čísel si tak dobře zapamatujete, například rok narození 1910 si lze zapamatovat pomocí těchto slov: hůl, kuželky, hůl, vejce. Na jejich základě si vytvořte příběh. Čím neobvyklejší, tím si ho lépe zapamatujete, stačí si ho vybavit a vybavíte si i rok narození.

Další příklady tréninku paměti (pro klienty s demencí)

Pracujeme s běžnými předměty za účasti skupinky účastníků. Na každého účastníka počítáme kolem pěti předmětů, které se vloží do sáčku a položí na stůl. Pro motivace je nutné vzbudit zvědavost, co tam může být. Pak si každý účastník sáhne do sáčku, popíše předmět a nechat kolovat. Lze hádat a pak se všechny předměty vyloží na stůl. Účastníci se snaží je zapamatovat. Zavřou oči, dva předměty se odstraní, snaží se hádat, které to byly. Lze vymýšlet různé varianty, příběhy k předmětům atd. Na závěr se všechny předměty znovu položí na stůl, pojmenují se a vloží do sáčku. Lze vytvářet i různé tematické celky (dílna, kuchyně, koupelna, oblečení...).

Smyslová aktivizace

Každý člověk potřebuje pocít blízkosti a pozornosti – dotyky, komunikaci, setkávání. Rozoznáváme čtyři pilíře setkávání – dotyk (kůže na kůži), emoční sblížení, verbální a neverbální komunikaci, soustředěnou pozornost. Je rozdíl mezi běžným klientem a klientem s demencí, u kterého hrozí riziko přetěžování.

Jak lze postupovat při zahájení a realizaci praxe

Důležité je seznámení se s prostředím, kde bude probíhat aktivizace, dále respektovat situaci seniorů nebo seniora a v rámci institucí spolupracovat s odborným personálem. Na počátku si studenti vytvoří časový harmonogram a rozvrhnou si činnosti, které chtějí seniorům nabídnout. Důležité je **nebát se stáří, je to něco velmi přirozeného, a využít praxe jako příležitosti profesní práce se zajímavou cílovou skupinou sociální pedagogiky.**

Nabídka aktivizačních činností může být pestrá, vychází z potřeb seniorů a z dovedností studentů, což je patrné v metodických materiálech, které jsou obsaženy v této publikaci. Dále je důležité zvolit pro aktivizaci smysluplné činnosti, mohou navazovat na užitečné praktické věci. Rovněž lze zařadit zábavné činnosti spojené s hudbou, se zpěvem, soutěže, hry, tělesná cvičení... Vyzkoušet lze i praktická cvičení – procvičování paměti (velmi důležité, k dispozici je velké množství technik a pomůcek).

Lidé mají vztah k cestování, lze prezentovat či diskutovat cestovatelské zážitky, kvízy spojené ze zeměpisnými a historickými tématy, realizovat přednášku nebo spíše povídání o tom, jak žije dnešní generace mladých a jak žili senioři, když byli mladí atd. Téma se dá se propojit s reminiscenčními technikami. Lze začít úplně jednoduše – pokud jsou lidé ochotni, můžeme pracovat s jejich osobními předměty (fotografie či drobnosti, jako např. šátek, knoflík, šperk, voňavka) nebo můžeme vybrat téma pro aktivitu se vzpomínkami – jak se pracovalo, jak se trávil čas, jak se studovalo, co bylo těžké, jak se lidé seznamovali, jak se žilo v rodinách apod.

Tato praxe přináší studentům řadu profesních zkušeností. Mnozí z nich ji začínají s obavami a končí s velkým nadšením. Studenti si praxi často prodlužují a do zařízení dochází dlouhodoběji. V průběhu této praxe bylo mnohým studentům nabídnuto pracovní místo aktivizačních pracovníků a někteří z našich absolventů tuto příležitost rádi využili. Praxe má význam jak v profesním, tak v osobnostním rozvoji sociálního pedagoga.

Záznamy studentských praxí obsažené v této publikaci byly ponechány v autentickém znění. Součástí jsou rozpracované výzkumy, metodické postupy v práci se seniory, reflexe praxe atd. Studenti měli možnost zpracovat metodiku volněji, aby záznam co nejvíce přiblížil fáze praxe.

LITERATURA

- HARTL, P. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0873-0.
- JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ, M. *Reminiscence*. Praha, Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-581-3.
- KALVACH, Z. a kol. *Geriatry a gerontologie*. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-0548-6.
- ONDRÁKOVÁ, J. a kol. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Praha: Pavel Merkvart, 2012. ISBN 978-80-7465-038-3.
- PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.
- STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál. ISBN 80-71782-74-2.
- SUCHÁ, J. a kol. *Hry a činnosti pro aktivní seniory*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0335-3.
- SÝKOROVÁ, D. *Autonomie ve stáří*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2007. ISBN 978-80-86429-62-5.
- TOŠNEROVÁ, T. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Praha: ComputerPress, 2009. ISBN 978-80-251-2104-7.
- VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.
- WEHNER, L., SCHWINGHAMMER, Y. *Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4423-0.

Přehled profesních praxí

Pořadí	MZ	Jméno a příjmení studenta	Název praxe
1	2	Buchta Jan Nýdrlová Veronika Spáčilová Štěpánka Zapletalová Michaela	Divadlo Playback pro seniory
2	2	Helusová Klára Olšiaková Markéta	Aktivizace seniorů formou rozhovorů
3	2	Freibergová Iveta Havlíková Petra Kadlečková Veronika	S chutí do toho!
4	2	Hladíková Jana	LDN-ka má smysl
5	2	Kohnová Lenka Lazecká Kateřina	Společně k příjemnějšímu dni
6	2	Nečadová Hana	Individuální a skupinová aktivizace seniorů v Domově seniorů Stříbrné terasy
7	2	Partiková Veronika	Aktivizace Domova pokojného stáří
8	2	Pijáček Petr	Politictí vězni
9	2	Sebeniová Tereza	Senioři se učí a baví
10	2	Mádlová Petra Sedláková Markéta Skládalová Tereza	Zkušenost jako KLÍČ
11	2	Šašinková Jana Zapletalová Michaela	Člověk člověku
12	2	Tesaříková Klára	Nikdo není sám
13	2	Weisbauerová Dagmar	Práce s příběhem v prostředí domova pro seniory
14	3	Michaela Koláčková	Kreativita věkem nechřadne
15	4	Dubová Zuzana	Zpíváme, cvičíme a hrajeme si k aktivnějšímu životu
16	4	Hlaváčková Pavlína Zlatušková Petra	„Hudba je klíč k ženskému srdci“ aneb Hudbou a hrami k radosti v domově seniorů
17	4	Malý Zdeněk	Domov seniorů Jindřichův Hradec
18	4	Matyášová Erika	Aktivizace seniorů v praxi Žabčice

19	4	Böhmová Jana Němcová Barbora	Kociánka – místo pro aktivní stáří
20	4	Tesařová Jitka	Malými krůčky k aktivnějšímu životu
21	4	Vargová Tereza	Domov u zámku, o.s., Ivanovice na Hané
22	4	Kašparcová Tereza	Reminiscenční terapie
23	4	Linha Lukáš	Obyčejné příběhy
24	5	Doušová Martina	Aktivizace seniorů
25	5	Banková Markéta Chalupníková Monika	Ať každý den stojí za to
26	5	Beránková Kristýna	Aktivizace seniorů
27	5	Janášová Lucie	Aktivizace v DS Foltýnová
28	5	Londinová Iva	Individuální práce se seniorem v domácnosti
29	5	Slámová Adriana	Pomoc, péče a aktivizace v domově Pohoda
30	5	Greplová Ivana Gothard Aleš	Deník praxe – DPS Podpěrova
31	5	Kiliánová Barbora Kvochová Martina Málková Tereza	Vaření v praxi
32	5	Ševčíková Kateřina	Deník praxe aktivizace seniorů
33	5	Davidová Gabriela Komínek Tomáš	Kde jste Vy, byli jsme i my....
34	5	Kmošková Pavla	Aktivizace Vychodilova
35	5	Musil Lukáš Schmith Michael	Kufr plný vzpomínek
36	5	Husáková Kateřina	Praxe v rámci aktivizace seniorů
37	5	Součková Tereza Ďulíková Lenka Troppová Gabriela	Deník aktivizace

Divadlo Playback pro seniory

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Veronika Nýdrlová, Štěpánka Spáčilová, Michaela Zapletalová, Jan Buchta

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pokojného stáří Kamenná¹

- Poskytované služby: poskytnutí ubytování, poskytnutí stravy, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu, zajištění ošetrovatelské péče, zajištění rehabilitační péče, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti, aktivizační činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí, podpora při návratu do přirozeného prostředí, zprostředkování duchovních služeb.
- Cílová skupina: Domov pokojného stáří Kamenná je určen pro seniory, jejichž soběstačnost v uspokojování základních životních potřeb je snížena a v důsledku toho jsou závislí na podpoře a pomoci jiné osoby.

Zařízení není určeno pro seniory, kteří:

- nechtějí jeho služeb využívat,
- nerespektují smluvně sjednaná pravidla poskytování služby,
- pod vlivem alkoholu či jiných závislostí, případně psychiatrického onemocnění, narušují soužití v domově,
- jejichž zdravotní stav vyžaduje speciální péči či hospitalizaci ve zdravotnickém zařízení, případně na uzavřeném oddělení specializovaných zařízení,
- vyžadují stoprocentní soukromí.

Průměrný věk uživatelů služby zařízení se pohybuje okolo 84 let. Do konce roku 2007 využívaly služby pouze ženy. Byl to stav již z období před rokem 2000, kdy byl zřizovatelem Magistrát města Brna.

Domov pro seniory Medlánky²

- Charakteristika poskytované služby: poskytnout seniorům v nepříznivé sociální situaci, způsobené dlouhodobě nepříznivým zdravotním stavem takovou podporu, která jim umožní zachovat si v maximálně možné míře dosavadní způsob života.

¹ www.fce.vutbr.cz

² www.pod.brno.cz

- Poskytované služby: Poskytnutí ubytování, Poskytnutí stravy, Pomoc při zvládnání, Běžných úkonů péče o vlastní osobu, Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, Sociálně terapeutické činnosti, Aktivizační činnosti, Pomoc při uplatňování práv a oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.
- Cílová skupina: senioři, kteří mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, případně z důvodu nepříznivého zdravotního stavu, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

Dámský klub Vesna³

Dámský klub sídlí v klubovně budovy Vesny na Údolní 10. Klub vede Jana Žáčková každé úterý od 9.00 do 12.00. Klub je určen výhradně pro seniorky a seniory. Jsou zde provozovány tyto činnosti: vzdělávání, setkávání s osobnostmi, cvičení, zpívání, poznávací procházky, paměťová cvičení, debaťní kroužky.

Klub seniorů – Centrum pro rodinu a sociální péči Josefská⁴

Senior Klub spadá pod Sociálně aktivizační služby pro seniory realizované Centrem pro rodinu a sociální péči. Klub nabízí možnost příjemně strávit čas ve společnosti vrstevníků, kteří mají zájem být spolu. Senior Klub nabízí příležitost společně něco zažít, spřátelit se, dozvědět se něco nového, posedět a dát si kávu nebo čaj. Součástí každého jednotlivého klubového setkání je trénink paměti, procvičení psychomotoriky, fyzický pohyb i diskuze na zajímavá témata.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 19. 9. 2012, 20.30–21.30: Koordinační schůze týmu, vytyčení cílů a plánování zkoušek
2. 26. 9. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
3. 3. 10. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
4. 10. 10. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
5. 17. 10. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
6. 24. 10. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
7. 31. 10. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
8. 6. 11. 2012, 9.00–13.00: První realizace – Dům pokojného stáří Kamenná + reflexe
9. 15.–18. 2012: Workshop s Aniko Kaposvári
10. 20. 11. 2012, 14.00–16.30: Druhá realizace – Domov pro seniory Medláňky + reflexe
11. 5. 11. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
12. 11. 12. 2012, 11.00–12.00: Prezentace činnosti skupiny
13. 12. 12. 2012, 16.30–18.30: Zkouška skupiny
14. 8. 1. 2012, 16.00–19.00: Zkouška skupiny
15. 15. 1. 2012, 8.00–12.00: Třetí realizace – Dámský klub Vesna + reflexe
16. 17. 1. 2012, 9.00–12.00: Čtvrtá realizace – Domov pokojného stáří Kamenná + reflexe

³ vesna.webnode.cz

⁴ www.crsp.cz

17. 22. 1. 2012, 9.00–12.00: Pátá realizace – Centrum pro rodinu a sociální péči Josefská + reflexe

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

- Domov pokojného stáří Kamenná – 1. realizace: 15 klientů ve věku od 70 do 89, z toho 13 žen a 2 muži,
- Domov pro seniory Medlánky: 14 klientů ve věku od 69 do 85, z toho 13 žen a 1 muž,
- Dámský klub Vesna: 10 klientů ve věku od 65 do 85, z toho 10 žen a 0 mužů,
- Domov pokojného stáří Kamenná – 2. realizace: 15 klientů ve věku od 70 do 89, z toho 13 žen a 2 muži,
- Klub seniorů – Centrum pro rodinu a sociální péči Josefská: 12 klientů ve věku od 65 do 80, z toho 12 žen a 0 mužů.

TEORETICKÉ ZÁKLADY

Co je to Playback divadlo?

Jo Salas, manželka zakladatele playback divadla, Jonathana Foxe, o playback divadle píše: „...improvizační forma, která je založena na běžných příbězích obvyklého i neobvyklého života (sny, vzpomínky, fantazie, tragédie, obavy) a objeví se v životech opravdových lidí. Tyto příběhy jsou vyřčeny během představení. Je to přístupná zábava, která v sobě ale nese hloubku a satisfakci. (...) Playback divadlo vyzdvihuje individuální zkušenost a zároveň i spojení s ostatními lidmi – skupinovou zkušenost, skrz jejich příběhy.“ (Salas, 1999, s. 1).

Svým charakterem i používanými principy vychází playback divadlo z psychodramatu⁵ (Salas 1999), ale je aplikované ve specifických komunitách, ve společnosti. Potom na něj tedy lze nahlížet jako na sociodrama⁶. Podle knihy Sternbergové a Garciové (2000) jsou cíle sociodramatu katarze (emoce), vhled a vyzkoušení si rolí. Co z toho naplňuje playback divadlo? Podle naší zkušenosti účastník může prožívat během představení emoce a dostává možnost vhledu do přehrávaných situací. Nedostává se mu však vyzkoušení si rolí. Playback divadlo pouze nabízí prostor pro vyprávění – hranici mezi příběhy, které chci sdílet a které ne, v sobě musí najít každý sám. I díky tomu je pro nás playback divadlo sociodrama – forma psychodramatu, která je uzpůsobena sociodramatickým cílům.

Součástí rituálu je pro playback jasně dané rozmístění scény. V souvislém sledu se pak pracuje se ztvárněním příběhů pomocí krátkých a dlouhých forem. Ty první umožňují, aby se pracovalo s pocity diváků a tím byla vytvořena jedinečná atmosféra, ve které lidé mají chuť vyprávět. Dlouhé formy potom nabízejí rozehraní příběhů, kde je vypravěč vyzván, aby si vybral herce, který bude představovat jeho samotného.

5 „Psychodrama je improvizované zjednodušené divadlo k psychotherapeutickým účelům. (...) Funkci pomocných herců mohou plnit spolupacienti; jsou k dispozici protagonistovi, aby mohl dramaticky předvést své zážitky, přání, postoje a fantazie.“ (Kratochvíl, 2006, s. 209).

6 „Sociodrama je soubor metod, ve kterých aktéři spontánně hrají sociální situace. Sociodrama pomáhá lidem vyjadřovat jejich myšlenky a pocity, vyřešit problémy a vyjasnit své hodnoty. Spíš než jednoduché diskuze zvedá sociodrama lidi ze židlí a akcí objevuje témata, která je zajímají. A jak lidé objevují různá témata, obouvají se do bot jiných lidí, aby se i ostatní lépe pochopili. Jeden z důvodů, proč sociodrama tak dobře funguje je ten, že poklepává na lidskou pravdu, že jsme si více podobní, než rozdílní.“ (Sternberg; Garcia, 2000, s. 4).

Hudební složka dává celému procesu dynamiku, má schopnost urychlovat děj, či podtrhávat důležité momenty. Kromě toho je to výborný prvek pro vyjádření emocí. Kouzlem hudby je to, že má na člověka vliv, i když ji on sám často ani nevnímá. Dostává se mu do podvědomí, což je v případě divadla dobře. Protože i v hudbě jde o čistou improvizaci, může hudebníka tvořit kdokoliv z herců.

Jedinou rekvizitou herců bývá kromě židlí a jejich těl mnoho rozmanitých látek. Neslouží k oblékání, pracuje se s barvami, s tvary, s prostorem, se symboly; vždy musí mít svůj význam v příběhu. Je důležité, jak s látkami herci nakládají a jaký jim dají do toho či onoho příběhu význam, protože to je věc, která zaujme divákovy oči a kterou chce podvědomě přechít.

Úkolem herců v playback divadle je být tu pro vypravěče i ne-vypravěče. Vytvářejí bublinu, příběh z minulosti se najednou odehrává tady a teď, nabízí divákům prožít pohled na příběh zvenčí. Poté, co skončí příběh, je ctí herců věnovat vypravěči svůj pohled. Je to poděkování za to, že se s námi o příběh podělil. Zároveň příběh, který se na chvíli ocitl na scéně, vracíme jeho původnímu majiteli.

Průvodce, v originále „conductor“, je důležitou postavou, která stojí mimo herecký tým. Komunikuje s diváky a je na něm, aby vypožoroval jejich náladu či napětí. Stará se o ně, o vypravěče i o příběh samotný, je napojen na herce a hudebníka. Někdy je diplomat, někdy showman, někdy uvaděč, jindy tak trochu terapeut. Je důležité, aby svým projevem zahrnul do procesu všechny, aby byl otevřený všem lidem a všem příběhům. Je na něm, aby od vypravěče vždy vyzvěděl informace o tom, kde se příběh odehrál, kdy, kdo u toho byl, co je zápletkou, jak se kdo v příběhu cítil. Není potřeba znát každý detail – nejde o to, přehrát divadlo přesně tak, jak se příběh odehrál. Jde o to vyjádřit to „něco“, co nenechá vypravěče, aby o tomto příběhu mlčel. Po odehrání jeho příběhu je průvodce ten, kdo navazuje s vypravěčem opět kontakt.

VÝBĚR TÉMATU A SLOŽENÍ SKUPINY

Proč Playback divadlo se seniory?

Tato forma divadla staví na vyprávění příběhů. Když jsme na katedře začali s tímto divadlem před skoro třemi lety pracovat, už tehdy nás napadlo, jak by se pracovalo s diváky-seniory. A tyhle naše představy se naplnily díky letošní praxi Aktivizace seniorů.

Měli jsme představu, že staří lidé, kteří toho mají v životě hodně za sebou, budou mít spoustu příběhů k vyprávění a budeme mít problém je s vyprávěním zastavit. Realita byla potom odlišná, naráželi jsme na překážky, které nás ale velmi ponaučily ať už v možnosti playback divadla, tak i v přístupu a práci s touto cílovou skupinou.

Řekli bychom, že do představení jsme dávali mnohem víc energie, než do jakýchkoliv jiných představení, která jsme kdy hráli a paradoxně jsme měli pocit menšího úspěchu. Každé představení jsme ale ve skupině reflektovali a snažili jsme se odnést si ze zkušenosti co nejvíce.

Jak jsme se dali dohromady?

Když se před skoro třemi lety začalo v jedné bakalářské práci zkoumat sociodrama zvané playback divadlo, zformovala se skupina sedmi lidí, která společně absolvovala několik představení, v rámci kterých probíhal i výzkum do bakalářské práce. Skupina se

více či méně od té doby stále setkává, není už v původní sestavě, ale zase se přidali její lidé. Protože dvě z nás jsme měly tento semestr povinnou praxi u seniorů, natěšili jsme se na novou zkušenost. Nadšeně se k nám přidal ještě Jan Buchta, který playback divadlo znal jako divák a velmi flexibilně se zapojil do skupiny. Společně jsme začali hledat zařízení, ve kterých by o naše netradiční vystoupení stáli.

CÍLE PRAXE

Hlavním cílem bylo vedle splnění praxe vyzkoušet playback divadlo, se kterým už máme řadu zkušeností, s úplně odlišnou cílovou skupinou. Dalším cílem bylo prohloubit naše dovednosti – na mnoha společných zkouškách i na realizovaném workshopu.

NAŠE OČEKÁVÁNÍ

V playback divadle jsme se snažili seniory vnímat jako osoby, které mají obrovskou životní zkušenost a tím v sobě nesou i veliké množství nejrůznějších a zajímavých životních příběhů, které se jim během života udály. Uvědomili jsme si, že právě pro tuto skupinu jsou sdílení příběhů a vzpomínání na ně velice důležité a zrodila se v nás obrovská zvědavost, jak budou pohlížet na vlastní příběhy, když na ně budou moci znovu nahlédnout zvenku.

Rozhodně se pro většinu z nás jednalo o práci s novou cílovou skupinou. Před prvním představením v nás zněla spousta otázek, jak na nás budou starší diváci a divačky reagovat, budou vůbec ochotni se s námi o své příběhy podělit a budeme schopni s těmito lidmi bez problémů komunikovat a oni s námi? Odpovědi na tyto otázky jsme během hraní v jednotlivých institucích získali a připomněli jsme si, že každá skupina v naší společnosti je naprosto odlišná a vyžaduje individuální přístup. Další veliké téma pro naši playbackovou skupinu byla role průvodce, která skrývala velice náročnou úlohu a vyvolávala tak spousty diskusí po všechna představení.

Pokud pohlédneme na formy přehrávání příběhů, playback divadlo nabízí při představení spoustu možností, jakými můžeme příběh jeho vypravěči přehrát. Museli jsme se však vyrovnat s tím, že některé formy, vlastně většinu forem, jsme museli pro úplně nejstarší skupiny diváků naprosto vypustit. Často se hraje v symbolech a metaforách, které mohou být trochu náročnější na výklad a často tak vyžadují velice flexibilní myšlení. Během představení jsme tak zjistili, že příběhy je často vhodnější opravdu přehrávat přesně tak, jak je vypravěč vyprávěl a držet se jen těch divadelních forem, které jsou konkrétní a umožňují příběh zahrát bez metafor a přenesených významů.

Co se odehrávalo v nás a co v příběhovém světě našich nejstarších se budeme věnovat v popisech jednotlivých zařízení, která jsme měli možnost navštívit.

PŘÍPRAVNÉ FÁZE

Střední setkávání

Na začátku celého projektu se celá naše skupina shodla na pravidelném setkávání na zkouškách. Tyto zkoušky probíhaly po celý semestr každou středu a trvaly převážně kolem dvou hodin čisté práce. První takové setkání sloužilo k sehrání celé skupiny,

zaškolení nováčků do metod a technik playback divadla, vytyčení cílů projektu a nastavení pravidel a způsobu vedení realizací.

Shodli jsme se jednoznačně na tom, že je třeba přizpůsobit naše hraní vzhledem k cílové skupině (hlasitost, srozumitelnost, abstrakce, apod.). Další setkávání jsme pak soustředili na pilování jednotlivých forem, které se v playback divadle využívají. Důraz jsme kladli především na dlouhé formy, které jsme považovali za nejvíce srozumitelné pro seniory.

Setkávání jsme také využívali ke koordinaci projektu – komunikovali jsme s jednotlivými zařízeními, vybírali vhodné termíny pro realizace a zajišťovali technické zázemí (látky, hudební nástroje, kostýmy, způsob rozložení židlí v místnosti ...).

Zkoušky, které následovaly bezprostředně po realizacích, sloužily jako reflexe představení a znamenaly odrazové můstky pro změny v následujících realizacích. Společně jsme se skupinou diskutovali nad problémy, které během představení vznikly a na základě těchto zjištění jsme koncipovali další zkoušky za účelem lepší sebranosti skupiny a vyšší úrovně srozumitelnosti pro cílovou skupinu.

Komunikace s domovy

Ačkoliv jsme předpokládali, že by mohl být náš projekt pro jednotlivá zařízení pro seniory velmi atraktivní, a mohla by být velmi pozitivní a vstřícná odezva, setkali jsme se ze začátku spíše s opakem. Velmi často nefungovala e-mailová komunikace a mnohdy bylo problematické zastihnout pracovníky zařízení i po telefonu. Dle slov některých pracovníků bylo vybrané období velmi hektické, domovy byly zahrnuty mnoha sezónními projekty a naše nabídka tak mohla být lehce přehlédnuta. Před Vánocemi se nám tak podařilo realizovat pouze dvě představení. Začátek roku byl pak úplným opakem a dařilo se nám o mnoho lépe úspěšně kontaktovat domovy či kluby.

Při komunikaci s každým domovem jsme často čelili různým požadavkům na naši skupinu a pokaždé jsme měli jiné možnosti naší realizace. Jednotlivé znaky komunikace s domovy lze rozdělit do těchto bodů:

- délka představení v závislosti na věku diváků – věková rozdílnost cílové skupiny jednotlivých zařízení vyžadovala i různé požadavky na délku celého představení – někteří pracovníci domovů nám oznámili, že jejich klienti jsou schopni udržet pozornost maximálně hodinu, klienti jiných domovů byli schopni vydržet podstatně déle,
- prostory – ve většině případů jsme hráli naše představení v jídelnách nebo podobné společenské místnosti, ovšem velikost prostor se velmi různil – např. v Medláncích bylo rozložení diváků v několika řadách židlí (i se stoly) ve větší vzdálenosti od herců, v Dámském klubu naopak byly prostory menší s jedinou řadou diváků v těsné blízkosti herců,
- velikost a složení skupiny – během našich realizací jsme zjistili, že velikost skupiny neznamená zákonitě více příběhů – ve větších skupinách se častěji objevovalo více pasivních diváků, kteří neměli potřebu se zapojovat, v menších skupinách naopak fungovala aktivita díky vzájemným asociacím,
- čas realizace – několik zařízení bylo přístupno spíše k realizaci představení v dopoledních hodinách z důvodu vlastních odpoledních programů, jiné přivítali naši nabídku jako možnost kulturního zpestření odpoledne.

Workshop s Aniko Kaposvari

Workshop s rakouskou lektorkou playback divadla, Aniko, proběhl v polovině listopadu 2012 a byl otevřen pro všechny studenty katedry zajímající se o tuto formu divadla. Ve čtyřech dnech Aniko seznámila všechny účastníky od začátku s filosofií a principy playback divadla, skrz krátké hry a techniky jsme postupně prošli až k práci s jednotlivými formami divadla. Naučili jsme se také nové formy, které nyní dál používáme ve skupině. Workshop byl ze strany účastníků i lektorů hodnocen maximálně pozitivně.

Celé čtyři dny byly financovány díky: Programu investice do rozvoje vzdělávání – Inovace studijního oboru Rekreatologie v souladu s požadavky trhu práce (č. projektu 5511).

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Domov pokojného stáří Kamenná – 6. 11. 2012

Jednalo se o naše první představení, ve kterém se stali našimi diváky seniorky a senioři. Očekávání bylo velice různorodé a nedokázali jsme si představit, jak na nás budou obyvatelé Domova pokojného stáří reagovat.

Dlouho jsme přemýšleli nad tím, jak budeme diváky motivovat k vyprávění příběhů. Rozhodli jsme se využít nejrůznějších obrázků, u kterých jsme doufali, že asociují lidem rozmanité příběhy, které během svého života zažili. Na základě tématu obrázků jsme inspirovali i představování herců a snažili jsme se tak již od začátku, vést k obrázkům pozornost. Abychom ještě více navodili divadelní atmosféru, zapojili jsme před začátek našeho hraní krátkou imaginaci, ve které se diváci a divačky měli možnost připravit a obléci do divadla, přivítat se s ostatními a plně si užít atmosféru, kterou sebou očekávání z divadelního představení přináší.

První změnou v našem hraní bylo, že zjišťování příběhů už nebylo možné nechat pouze na průvodci, ale bylo důležité, aby se do motivování k vyprávění zapojili i herci. Všichni jsme se tak rozdělili a ve dvojicích nebo trojicích jsme si se seniory povídali, což se nám velice pozitivně osvědčilo. V malých skupinkách byli lidé mnohem výřečnější a následně již nebyl problém vyzvat osobu se zajímavým příběhem k zopakování před celou skupinou.

Při hraní jsme si uvědomili, že je pro vyprávěče velice důležité, abychom se příběhu drželi tak jak ho vyprávěl. Jedna paní si pro sebe dokonce říkala různá slova a věty, která jí příběh připomínala, když jsme ji ho přehrávali a nás tak ani nenapadlo nedržet se přesně toho, co nám vyprávěla. Snažili jsme se nezapomenout na důležitou větu nebo slovo, či výraz ve tváři, který byl v příběhu popisován. Na konci tak potom znělo: „Ano, takhle to přesně bylo, přesně jsem si všechno znovu vybavila, to bylo ono!“

Celkově jsme se po ukončení představení setkaly s velice pozitivními ohlasy, což nás motivovalo k dalším představením, která byla ještě před námi. Měli jsme však v hlavě stále jednu otázku. Bylo to přesně to, co chceme? Dozvěděli jsme se opravdu to, co nás zajímá? Uvědomovali jsme si, že se ještě musíme více zamyslet nad tématem příběhů, tak aby to, co při představení zazní, bylo více obohacující pro obě skupiny a dozvěděli jsme se tak opravdu něco, co nás může inspirovat a co můžeme převzít od lidí, kteří mají několikanásobně větší životní zkušenost než my.

Domov pro seniory Medlánky – 20. 11. 2012

Na základě první zkušenosti z Domova pokojného stáří Kamenná jsme se rozhodli v některých detailech změnit vedení celého představení. Upustili jsme od podpůrných fotografií a nastavili jsme pouze základní téma, u kterého jsme předpokládali jednoduché možnosti asociací.

V první řadě jsme měli problém s účastí herců. Tomuto představení předcházela workshop Aniky Kaposvari a neměli jsme tak potřebu organizovat ještě další zkoušku. Ovšem na workshopu jsme neměli tolik příležitostí věnovat se přípravě dalšího představení, spíše jsme workshop využili k čerpání nových možností pro hraní. Důsledkem toho bylo, že jsme se nesešli minimálně hodinu před představením jako u první realizace, ale sešli jsme se těsně před začátkem představení.

V Medláncích jsme měli k dispozici velkou jídelnu, kde bylo trochu problematické, že někteří senioři měli před sebou stolečky a nebylo tak ideálně dosaženo odstranění bariér mezi jevištěm a hledištěm. Někteří senioři si záměrně sedali do vzdálenějších míst, aby se nemuseli příliš zapojovat. Mezi diváky byla i jedna velmi negativně zaměřená seniorka, která na protest po pár minutách odešla.

Jako téma jsme si zvolili Vánoce a prožívání Vánoc v mládí. Zpočátku bylo problematické najít nějaký příběh, ale po našem zapojení mezi diváky a krátkých individuálních rozhovorech se našel rozjel kolotoč příběhů. U některých příběhů jsme zaznamenali prvotní nevráživost k tomu, že jsme velmi mladí a nejsme schopni si uvědomit, jaké byly podmínky v dřívějších dobách. Po odehrání jsme se však vždy setkali s úplným obratem a mnoho seniorů označovalo důvěryhodné momenty, které jsme herecky přesně ztvárnili.

Celkově lze představení hodnotit jako uspěchané a nepříliš dobře připravené. V reflexi jsme se shodli na tom, že je potřeba se opravdu pravidelně a poctivě scházet před každou realizací a dát větší důraz na přípravu. Stejně tak jsme si společně ještě jednou ujasnili, jaký cíl praxe máme a kontrolovali jsme, zda podnikáme správné kroky k jeho dosažení. Z pohledu seniorů a pracovníků domova však bylo představení velmi dobře aktivizující, plnilo svůj účel a měli by zájem o další realizaci.

Dámský klub Vesna – 15. 1. 2013

Přes naši vyučující Marii Pavlovskou, která nás učila některé předměty z dramatické výchovy, a dále se o naše projekty zajímá, jsme dostali kontakt na paní Janu Žáčkovou, která je vedoucí Dámského klubu, který funguje při ŽVS Vesna v Brně. Je to skupina dvanácti dam ve věku mezi 60–80 lety (duchem však mezi 25–35 lety), které tráví dopolední úterky společnými aktivitami – od tvořivých programů, přes společné čtení, výlety či výstavy. Členky klubu se výrazně liší od předchozích seniorských skupin svou aktivitou, chutí do života a chutí smát se („*Nedávno v televizi říkali prý 65letá stařenka, ha ha, to jsem se smála.*“).

Bylo nám řečeno, že ženy v tomto klubu by jistě rády viděly playback divadlo, a proto jsme se s paní Žáčkovou domluvili na termínu hraní. Ještě po telefonu nám řekla, že dámy se na nás těší, protože dramatickou výchovu mají rády a rády si povídají. Šli jsme proto na toto představení s dobrým očekáváním.

V dané úterý jsme se sešli na místě krátce po osmé, do devíti hodin jsme stihli přichystat celou místnost, převléci se, připravit se. Jako vždy tyto úkony provázela diskuze o tom, jaké téma by mělo být pro dnešek zastřešující. Od aktuálních politických témat,

přes Vánoce jsme konečně pojmenovali to, co nás vlastně celou dobu zajímá a s čím za našimi diváky v rámci této praxe s playback divadlem přicházíme: Co jste dělali, když jste byli v životě tam, kde jsme teď my?

Jako vždy jsme na začátku představení nejprve skrz koláž představili sebe, tedy i témata, které v současné době řešíme my. Divačky byly nadšené, velmi se smály, tleskaly. Jedna následně vyprávěla svůj krátký ranní příběh, který v podstatě odehrála sama, jak byla aktivní. S dalšími příběhy se skoro roztrhl pytel. Protože jsme se bavili o období jejich mládí, řeč se hodně stočila na narození dětí, svatby a bylo nesmírně zajímavé slyšet jejich příběhy také v kontextu doby, osudy často ovlivněné příchodem vojsk v srpnu 1968, přesto však plné nadšení ze života.

Po celou dobu představení byla v místnosti velmi přátelská atmosféra, kde si obě generace naslouchaly, a to s velkou úctou k té opačné generaci. Probíhalo mnoho doptávání, vysvětlování, přirozený zájem z naší strany, aby dámy ještě vyprávěly, a k našemu „překvapení“ také veliký zájem dam, abychom my vyprávěli více o tom, co děláme my.

Představení trvalo hodinu a půl, ale ještě další hodinu a půl jsme jen tak seděli všichni v kruhu a mluvili o dalších příbězích, o seniorském a neseniorském pohledu na současný svět a jak ho vidí ony („*My s manželem strašně rádi tancujeme. On najde třeba na internetu, že támhle za Brnem je zábava, tak se podívá, kdy jede vlak, za dvě hodiny tam jsme a dokud nás to baví, tak tančíme. A pak zase zpátky domů. Na tom není nic složitého*“). O tom, že důchod je nejkrásnější období života („*To je nejkrásnější období, protože se nemusíte vídat s nikým protivným. Celý život, v práci, vždycky musíte nějak vycházet s lidmi kolem sebe, ale v důchodu už si můžete vybírat, s kým se budete vídat. Těšte se na to.*“). O tom, že manželství na celý život je o veliké toleranci („*Já jsem mu řekla, že ať si to dobře rozmyslí, jestli si mě chce vzít, že já se v životě nechci rozvádět.*“).

Toto představení bylo velmi obohacující a playback divadlo tu naprosto splnilo svůj účel.

Domov pokojného stáří Kamenná – 17. 1. 2013

Po úterním neuvěřitelně obohacujícím představení, na nás čekalo druhé hraní v Domově pokojného stáří na Kamence. Věděli jsme tak, že téma, o které se budeme zajímat je, co dělali tito lidé ve věku, když jim bylo jako nám. Věděli jsme, s jakou skupinou budeme pracovat a co od ní očekávat, přesto nebylo vůbec jednoduché motivovat diváky k vyprávění. Tentokrát přišel asi poloviční počet diváků, než jsme zde měli při prvním představení a pouze v dámském zastoupení, to jsme však nevnímali jako větší problém a jelikož jsme tentokrát byli v playback skupině pouze čtyři, tak jsme nižší počet diváků vlastně i uvítali.

Dámy byly trochu zklamané, že tentokrát jsme dorazili pouze v dámském obsazení a že mezi námi chybí náš jediný muž Honza, kterého si především jedna z paní velice ráda v minulém představení vybírala, aby ji v jejich příbězích ztvárňoval. Dámy, tak aspoň byly zvědavé, jak se v ženském složení popereme s mužskými rolemi.

Příběhů nezaznělo mnoho, ale zato byly opravdu zajímavé. Když divačky vzpomínaly na to, co dělali v našem věku, často se dostávali do poválečného období a těžkostí, které sebou přinesl rok 1968. Příběhy byly opravdu poutavé, ale jakoby nám dnes celkově trochu chyběl ten správný grif, jak divačky naladit na tu správnou vyprávěcí vlnu. Jednalo se tak o jedno z těch kratších představení, ale byla to další zkušenost a další prostor pro diskusi, jak pojmut playback divadlo pro věkovou skupinu seniorů.

Klub seniorů – Centrum pro rodinu a sociální péči Josefská – 22. 1. 2013

Centrum pro rodinu a sociální péči je neziskovou organizací, která funguje již dvacet let, a proto je její struktura značně rozvinutá – fungují zde poradenské, volnočasové i sociální služby pro nejrůznější cílové skupiny, tedy i pro seniory. Naše skupina se dostala s divadlem k Senior Klubu, kde velmi příjemně probíhala komunikace se sociální pracovnící Vendulou Faktorovou. Jako jediná z ostatních komunikovaných míst si přála nejprve osobní setkání a diskutování o tom, co vlastně naše skupina playback divadlem nabízí. V lednu jsme se potom i přes nepřízeň techniky a ztracené emaily domluvili na představení pro seniory v jejich klubu, který se setkává každé úterý dopoledne. Byli jsme plni očekávání, jaké to tentokrát bude, nervozitě přidal i fakt, že část týmu onemocněla a narychlo nám zaskakovala Anička Štěpánková.

Na místě na nás čekalo 12 seniorek ve věku mezi 70 a 80 lety, které byly příjemně nadaděné a byly zvědavé, s čím přicházíme. Sociální pracovníce nás představila a playback divadlo mohlo začít. Díky celkově příjemné atmosféře a také díky několikáté zkušenosti průvodce se seniory proběhlo uvedení divadla, jak se patří – upozornění na to, že divadlo není běžné, že opravdu hrajeme jejich příběhy, že ale kdyby se jim cokoli nezdálo nebo bylo nesrozumitelné, ať se nebojí se nás hned zeptat. Nálada byla výborná a hned při představování herců se řada seniorek od srdce rozesmála. Téma, se kterým za nimi přicházíme, bylo uvedeno, po dobré zkušenosti z Vesny, jako „co jste dělaly, když jste byly v našem věku“. Nejprve se však rozpoutalo vyprávění o zážitcích z posledních dnů – seniorky vyprávěly se smíchem, kde co zapoměly, kde co hledaly. Na otázku, co v poslední době řešíte vy reagovala jedna jediná paní skoro se slzami v očích, že stáří. Ta později také vyprávěla příběh o své svatbě, ale bylo vidět i slyšet, že to manželství nebylo vůbec šťastné. Přesto nám velice děkovala, že jsme její příběh vyslechli a že se na něj mohla podívat. S postupem času se tedy příběhy přesunuly do minulosti, do doby, kdy tyto dámy studovaly nebo začínaly právě po střední škole pracovat, nebo se vdávaly. Některé nebyly k zastavení a bylo těžké neutnout nevhodně vyprávěčku, ale naopak uchopit sdělené zážitky tak, aby to bylo divadelně srozumitelné a plnohodnotné. To se hercům dařilo po celou dobu výborně. Téma se také stočilo k dobovým událostem, vyslechli jsme popis nálady padesátých let – studium na vojenské univerzitě i příběh, kdy paní jako osmiletá musela chodit do pionýra a sama v sobě bojovala s tím, zda přiznat, že rodiče poslouchají západní rozhlas.

Příběhů bylo mnoho, dokonce jakoby přibýly ve chvíli, kdy se přestavení začalo chýlit ke konci. Dámy byly nadšené a veselé. Velmi pozitivně hodnotily to, jak jsme je dokázali vtáhnout do divadelního světa („My jsme si nejprve říkaly, jaké příběhy my asi máme, ale vy jste tak postupně navodili atmosféru, že najednou jsme každá měly tolik co vyprávět!“). Líbilo se jim také celkové provedení („Vy se vůbec nijak nedomlouváte, vy jste tak šikovní, všechno zvládnete zahrát bez jakékoliv domluvy.“), což nás potěšilo, protože jsme se setkávali s tím, že je tato forma pro seniory složitější a příliš abstraktní. Tady se naopak často objevovaly výkřiky souhlasu („Ano, ano, přesně takhle to vypadalo!“), zároveň vznikaly neuvěřitelné vtipné a autentické situace, kdy seniorky opravovaly, jak co v jejich očích vypadá – například Honza hrající těžké vstávání z postele po ránu („Haha, takhle rychle? To vůbec ne, nejprve se převal na bok a potom až pomalinku vstáváš.“), které v průběhu modifikoval podle reakcí dam. Na závěr chtěly i seniorky slyšet, jak se

to líbilo nám, velice se zajímaly, co nám takové hraní dává. Byli jsme velmi spokojeni my, seniorky i sociální pracovnice.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Výzkumný design a cíle

Výzkumné šetření jsme postavili na principu rámcové analýzy. Jako cíle jsme si stanovili:

- zkoumání názoru seniorů na netradiční druh divadla,
- zjišťování faktorů, které doprovází reminiscenční funkci při hraní divadla playback,
- zkoumání názoru seniorů na mezigenerační spolupráci při jejich aktivizaci.

Sběr dat

Jako sběr dat jsme použili skupinové rozhovory se seniory, kteří se účastnili představení divadla playback. Rozhovory jsme prováděli hned po ukončení představení.

Analýza

Při analýze rozhovorů jsme se zaměřovali na výroky, které přímo souvisely s našimi předem stanovenými cíli. Jednotlivé výroky jsme skládali do souvislostí, které jsme dále kategorizovali. Dospěli jsme k těmto kategoriím:

- Konkretizací technik k jednodušší percepci.
- Budte k mému příběhu citliví.
- Mohou mladí aktivizovat seniory?
- Opakovaná realizace jako klíč k přijetí nové metody.
- Faktor motivace jako základní kámen při reminiscenčních metodách.

Interpretace kategorií

Kategorie: Konkretizací technik k jednodušší percepci.

Na základě rozhovorů s naší cílovou skupinou jsme se v mnoha případech setkali s tím, že někteří senioři nemají takovou schopnost abstraktního myšlení, aby pochopili prvky jednotlivých forem. Rozhodli jsme se tak konkretizovat více naše techniky a některé formy přímo vypustit. Např. nesrozumitelnou formou byl tzv. „chór“, ve kterém jsou všichni herci jako jedno tělo a pomocí společného pohybu a stejných zvuků znázorňují příběh a především emoce, které jsou v příběhu obsaženy. I během představení se často ukázalo, že někteří senioři nechápou, o co se v hraném příběhu jedná.

S konkretizací technik souvisí i omezení abstraktnosti rekvizit. Při našem hraní jsme používali pouze látky, které v příběhu zastupovaly nejen hmotné objekty, ale i nálady či emoce. Mnohokrát takový zástupný symbol zůstal nepochopen a celý příběh pak byl pro seniory nesrozumitelný. Během našich realizací jsme tak uzpůsobili využívání látek tak, že jsme je používali více jako symboly hmotných objektů a konkrétně jsme je pojmenovávali. Stejně tak i v případech, kdy herci přímo nehráli živou osobu, ale využili své tělo jako zástupný symbol pro neživé předměty, slovním vyjádřením vždy sami sebe označili, aby byla zaručena lepší čitelnost jejich projevu.

Kategorie: Budte k mému příběhu citliví

Z rozhovorů se seniory také vyplývá, že je pro ně při přehrávání jejich příběhů důležitý způsob a uvěřitelnost hereckého projevu. Tato potřeba je dle jejich slov spojená s naším nízkým věkem, kvůli kterému nejsme schopni pochopit souvislosti z jejich mládí. Např. při realizaci v Domově pro seniory v Medláncích jedna seniorka při představení řikala, že nemáme šanci pochopit, jak v jejím mládí vypadala chudoba a že si nedokážeme představit, jak jí bylo. Ovšem po přehrávání jejího příběhu označila v hereckém podání momenty, které přímo vyjadřovaly její tehdejší emoce. Z reflexí jednotlivých realizací tak lze říci, že fakta v představení playback divadla jsou pro seniory stěžejní a vyžadované, zatímco emoce jsou s dobou neměnné a v každém čase vyjadřují stále ten samý význam.

Kategorie: Mohou mladí aktivizovat seniory?

Z našeho očekávání týkajícího se práce s novou cílovou skupinou vychází i téma mezigenerační komunikace. Během zkoušek jsme se stále soustředili i na naše vyjadřovací schopnosti, abychom byli pro seniory co nejvíce srozumitelní. Během realizací pak byl největší důraz kladen na průvodce, který moderoval celé představení a byl prostředníkem mezi herci a diváky. Opět se často ukazovalo, že jsou mezi námi a naší cílovou skupinou velké rozdíly v pojetí života a dění kolem nás. Snažili jsme se seniorům předat náš pohled, jejich příběhy jsme občas přirovnávali k našim současným příběhům a při diskusích jsme se zaměřovali nejen na hledání společných témat, ale zároveň i na porozumění jejich vyprávění o dobách, které jsme my nezažili. Dle slov seniorů toto vzájemné předávání velmi fungovalo a bylo příjemné. Měli jsme navzájem možnost si vyjádřit, že nemusí existovat jen médii často proklamované mezigenerační konflikty, ale že lze nacházet v našich setkáváních i respekt, úctu a radost z porozumění.

Kategorie: Opakovaná realizace jako klíč k přijetí nové metody

Po první realizaci jsme došli i k názoru, že by bylo vhodné ve stejném zařízení náš projekt realizovat víckrát. K tomuto zjištění jsme došli na základě rozhovorů se seniory, z nichž bylo zřejmé, že naše první přehrávání slouží spíše jako seznámení s metodou. Pro mnohé bylo třeba nejdříve pochopit pravidla a možnosti playback divadla a teprve poté se mohli zamýšlet nad příběhy. Pro některé byl zároveň vyhrazený čas velmi malý k tomu, aby se mohli rozpomenout na více příběhů, které by byli ochotni přinést před skupinu.

Proto jsme se rozhodli k experimentu, že bychom vyzkoušeli navštívit jedno zařízení opakovaně a na základě toho porovnávali rozdíly mezi jednotlivými realizacemi. Více o našich zjištěních uvádíme v konkrétní zpětné vazbě z Domova pokojného stáří – Kamenná.

Kategorie: Faktor motivace jako základní kámen při reminiscenčních metodách

Z rozhovorů se seniory vzešla také kategorie, která se velmi dotýká prostředí, z kterého senioři pochází a jakou mají motivaci přijít na představení. Senioři, kteří využívají pobytovou službu v některém z domovů, byli spíše neaktivní, dle jejich slov nemají tolik příležitostí si s někým povídat a vyprávět příběhy. Říkali, že spíše jsou sami na pokoji a nemají ani potřebu se scházet s ostatními seniory ze stejné služby. Sice vítají externí programy, ale většinou jen kvůli tomu, aby se podívali na něco nového ve chvíli, kdy nemají co dělat. Účastníci našich představení většinou nevěděli dopředu, že se nějaké představení koná, ačkoliv měli plakátky na nástěnkách. Na představení tak přicházeli spontánně přímo v době, kdy je o to přišli požádat zaměstnanci zařízení.

Na druhou stranu senioři, kteří byli členy některého z klubů seniorů a nevyužívali pobytových služeb v některém zařízení, byli více motivováni přijít na představení. Z rozhovorů lze říci, že je to podmíněno jednak pravidelným scházením, jednak zájmem o metody, které jsou jim blízké. U seniorů, kteří byli členy nějakého klubu také bylo zřejmé, že se na naše představení přímo připravovali a s rozvzpomínáním na příběhy začali o hodně dříve než lidé z pobytových služeb.

ZÁVĚR

Tato praxe pro nás byla trochu náročná na realizaci – kvůli sladění termínů všech, ale přínosná velmi z pohledu toho, co dokážeme s touto cílovou skupinou vytvořit, jaké jsou jejich i naše možnosti. Společně s výzkumem je pro nás celá praxe odrazovým můstkem pro další rozvoj naší činnosti divadla playback i pro jiné cílové skupiny.

LITERATURA

KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. 2. vydání. Praha: Portál, 2006. 384 s. ISBN 80-7367-122-0.

SALAS, J. *Improvising Real Life: Personal Story in Playback Theatre*. New Paltz: Tusitala Publishing, 1999. 150 s. ISBN: 978-0-9642350-1-4.

STERNBERG, P., GARCIA, A. *Sociodrama: who's in your shoes?* 2. vydání. CT: Praeger Publishers, 2000. 223 s. ISBN 0-275-96300-4.

Aktivizace seniorů formou individuálních rozhovorů

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Klára Helusová, Markéta Olšiaková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Podbořany, příspěvková organizace

Nádražní 933, 441 01 Podbořany

Okres Louny, Ústecký kraj

Domov pro seniory v Podbořanech byl uveden do provozu 1. června 1998. Pro klienty je zde k dispozici 86 pokojů. Konkrétně 62 jednolůžkových, 21 dvoulůžkových a 3 více-lůžkové. Celková kapacita domova činí 115 lůžek. Každý z pokojů má vlastní sociální zařízení. K bezpečí uživatelů přispívá dorozumivací zařízení, kterým si mohou přivolat pomoc personálu. Pro větší pohodlí obyvatel patří k převážné části pokojů také balkon. Objekt tvoří dvě patra určená pro soběstačné uživatele a dále přízemní oddělení zvýšené péče se stálým dohledem diplomovaných sester a dalšího obslužného personálu.

Zázemí

Zázemí domova tvoří kuchyň, prádelna, recepce, sekretariát, návštěvní místnost (slouží také jako místnost pro přijetí nových uživatelů), ordinace praktického lékaře, jídelna, kuchyně na patrech (za poplatek si zde mohou uživatelé uvařit), společná koupelna (zde je k dispozici vana s relaxační masáží a sprchy pro klienty, jimž nevyhovuje vana na pokojích), ergoterapeutická dílna, keramická dílna, PC pracovna s internetem, herní místnost (s kuželkami, šipkami a kulečnickem), společenské místnosti s TV, kantýna, knihovna, modlitebna, kadeřnictví a pedikúra (obě tyto služby jsou placené).

Poslání a cíl

Posláním pobytové služby DpS Podbořany je podpora seniorů, kteří se z důvodu věku či zdravotního stavu ocitli v nepříznivé sociální situaci a potřebují pravidelnou pomoc druhé osoby.

Cílem domova je podporovat soběstačnost svých uživatelů, jejich důstojný způsob života a udržení dosavadních společenských kontaktů. Přístup k uživateli je zaměřen na individuální přístup se zaměřením na jeho potřeby, z čehož přirozeně vyplývá prioritní snaha o vytváření domácího prostředí pro uživatele. Domovní znamení – slunce a duha

na fasádě budovy symbolicky vyjadřují filozofii života v Dps Podbořany. Tou je klidné a pohodové užívání důchodového věku.

Cílová skupina

Cílovou skupinu tvoří ty skupiny seniorů, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku (od 60 let), jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné osoby. Dále seniorům, kteří netrpí Alzheimerovou chorobou, závislostí na alkoholu nebo jiné toxikománii, nejsou závislí na speciální dietě s výjimkou racionální, šetrící a diabetické, neřeší umístěním bytovou situaci a nenarušují klidné soužití.

Poskytované aktivity

Domov pro seniory dbá na dostatek volnočasových aktivit, z nichž si jeho uživatelé mohou vybrat ty, které je osloví. V rámci kulturního vyžití jsou pořádány večery s živou hudbou, maškarní bál, grilování na terase, soutěž o nejkrásnější dámu Ústeckého kraje i oslava jubilantů. Pokud někdo nehoduje společenským akcím, může se realizovat v ergoterapeutické dílně, zpestřit si den se psem Grenem, který do domova pravidelně dochází nebo se účastnit aktivizačních činností na jednotlivých patrech. Velkého využití se těší také tělocvičně, v níž je několikrát týdně organizováno rehabilitační cvičení. Domov je přístupný lidem, kteří nejsou uživateli ani zaměstnanci, proto se jeho zástupci pravidelně účastní nejrůznějších turnajů mezi ostatními spřátelenými zařízeními. Pravidelnou, již několikaletou spoluprací s domovem navázaly mateřské školy v Podbořanech, základní škola praktická, základní škola umělecká, gymnázium v Podbořanech i místní střední odborné učiliště. Aktivity spojené s těmito organizacemi jsou u seniorů velmi vyhledávané, zejména zpívání s dětmi nebo vaření se studenty.

Složení personálu

- Ing. Marie Henlínová, ředitelka,
- Dipl. sestra Marcela Úlehlová, zástupce ředitele,
- Dipl. sestra Jitka Ciprová, sociální pracovnice,
- Zuzana Příhodová, DiS., sociální pracovnice.

Na chodu domova se dále podílejí zdravotní sestry, ošetřovatelky, údržbáři, uklízečky, kuchařky. Do domova dochází 2x týdně praktický lékař, narázově další specialisté, např. stomatolog.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 12. 10. 2012, 8.30–12.00, 14.30–17.15: Organizační záležitosti, tvorba otázek k rozhovorům
2. 19. 10. 2012, 8.30–12.00, 14.30–17.30: Vedení individuálních rozhovorů s uživateli
3. 2. 11. 2012, 8.30–12.30, 14.30–17.30: Vedení individuálních rozhovorů s uživateli, návštěva ergoterapeutické dílny
4. 11. 11. 2012, 10.00–13.00, 14.30–17.30: Svatomartinská slavnost, vedení individuálních rozhovorů s uživateli
5. 7. 10. 2012, 10.00–14: 30: Vedení individuálních rozhovorů s uživateli, návštěva ergoterapeutické dílny, třídění dotazníků
6. 8.–9. 12. 2012: Vyhodnocování dotazníků

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Díky výzkumu, který jsme v DpS realizovaly, jsme obsáhly 75 uživatelů domova. S každým z nich jsme se individuálně setkaly a daly mu možnost vyjádřit se nejen ke spokojenosti se životem v tomto zařízení.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNI

Když jsme se dozvěděly o našem úkolu při aktivizaci seniorů, byl pro nás Domov pro seniory v Podbořanech téměř okamžitou volbou, nachází se totiž v místě našeho trvalého bydliště a mohly jsme zároveň vytvořit dvoučlenný tým. Vedení domova jsme nejprve kontaktovaly e-mailem a poté jsme si objasnily smluvní podmínky a prvotní organizační záležitosti.

První setkání, 12. 10. 2012

Na první setkání jsme se dostavily s mírným předstihem, jak už to tak bývá, když člověk poprvé vstupuje na neznámou půdu. Na recepci jsme se nahlásily jedné z uživatelek domova, která si tímto způsobem přivydělává. Ta nás také navigovala do sekretariátu, kde nás již očekávala paní ředitelka se svou zástupkyní. Nervozita z nás všech během několika okamžiků opadla, protože setkání bylo milé a bylo znát, že chceme všechny z naší účasti na životě domova vytěžit maximum. Poskytly jsme paní ředitelce a její zástupkyni náš nástin aktivit, jež bychom rády realizovaly. Lekce byla propojena spolu souvisejícími aktivitami a barevnými rekvizitami. Obě náš návrh kvitovaly. Po další rozmluvě jsme však zjistily, že je zapotřebí udělat každoročně probíhající anketu **spokojenosti uživatelů se životem v DpS**. My jsme zároveň za realizátorský tým měly za úkol vytvořit šetření z této oblasti. V této chvíli bylo již prakticky rozhodnuto, anketa bude letos na nás a to doslova. Vzniknou zcela nové otázky a zcela nový individuální přístup. Následovaly klasické pokyny o bezpečnosti práce a mlčenlivosti, načež nás zástupkyně ředitelky provedla celým domovem a seznámila s personálem. Budova je nová, moderní, patra barevně oddělená, na chodbách jsou květiny, dveře na patra se otevírají automaticky, interiér, stejně jako exteriér, vypadá skvěle. Již při této prohlídce došlo k situaci, která je jedním z nejsilnějších zážitků z celé praxe. Došly jsme do knihovny, ze které se linula hudba. Když jsme vešly, spatřily jsme jednu z uživatelek, která zde hrála na klavír, její umění jsme nepřerušovaly, ona skladbu také dokončila a bylo velmi dojemné, že tato žena hraje bez publika, které by si zasloužila. Následně nás mile přivítala a shodly jsme se, že se těšíme na návštěvu jejího pokoje. Po prohlídce jsme se odebraly, abychom vytvořily otázky k rozhovorům, týkající se spokojenosti uživatelů se životem v domově, které jsme zaslaly paní ředitelce e-mailem k úpravám.

Druhé setkání, 19. 10. 2012

Na počátku druhého setkání jsme se opět sešly s paní ředitelkou a její zástupkyní, abychom probraly znění našich otázek k rozhovorům. Setkaly jsme se s jejich pozitivní reakcí, náš pohled na věc byl opravdu zcela jiný, než bylo zřejmé z dřívějších dotazníků. Poměrně nás překvapil fakt, že se naše vedoucí pracovnice rozhodly nevyškrtnout žádnou z otázek a tak bylo zřejmé, že rozhovory budou dlouhé, podrobné, ne-li přímo osobní. Otázky jsme zpracovaly také formou dotazníků pro případ, že by se nám někteří z klientů nechtěli zpovídat. Během prvních zhruba pěti rozhovorů nás do pokojů chodila

doprovázet sociální pracovnice, aby uživatele obeznámila s tím, kdo jsme. Tento způsob byl ale velmi zdoluhavý pro nás i sociální pracovníci, takže jsme posléze začaly chodit na pokoje samy. Mimo jiné jsme zjistily, že většina uživatelů o naší návštěvě ví a nepřekvapuje je. Nechodily jsme do pokojů ve dvojici, nýbrž jsme si rozdělily jednotlivé pokoje. Očekávaly jsme, že každý rozhovor bude trvat kolem půl hodiny. Záhy se ukázalo, že to není tak snadné. Uživatelé, k nimž jsme došly na pokoj během tohoto dne, byli opravdu výřeční. Nejednou bylo těžké vést rozhovor k otázkám, na něž jsme potřebovaly znát odpovědi. Uživatelé se potřebovali vypovídat ze svých radostí i strastí a otázky jim často připomínaly předchozí život a rodinu. Mnohdy byly vzpomínky veselé, ale nebylo výjimkou, když se do nich reflektoval smutek, bolest a osamělost, ventilované pláčem. Takový rozhovor bylo velmi těžké zakončit, nejdelší z nich trval dvě a půl hodiny, což bylo na mě samotnou velmi psychicky náročné. Zvláště když to bylo teprve třetí setkání s uživatelem a následovalo několik dalších. První dojmy z rozhovorů tedy nebyli příliš optimistické, nejen že jsme byly v časovém skluzu, ale vyslechly jsme několik životních příběhů a přesvědčily se, že není snadné je v takovém množství zpracovat.

Třetí setkání, 2. 11. 2012

Po zkušenosti z předchozího setkání jsme se do zařízení vracely se smíšenými pocity. Realita se neslučovala s naší představou, ale byly jsme motivovány cílem, který musíme splnit. Povzbuzující byl také celý personál, který se k nám choval přívětivě a zajímal se o naši činnost. Opět jsme jednotlivě vedly individuální rozhovory. Tentokrát jsme se setkaly nově také s odmítavou reakcí. Jedna z uživatelék odmítla hovořit s námi, ale také zodpovědět otázky formou dotazníku. Je to její právo a tak jsme rozhodnutí akceptovaly. Další z uživatelék si otázky vzala a rozhodla se je zodpovědět dotazníkově a samostatně, o naší přítomnost neměla zájem. Někteří z uživatelů nás vítali doslova s otevřenou náručí a připravenou čokoládou, mnozí se však na začátku tvářili rozpačitě nebo nás odháněli. Jsme rády, že se nám podařilo odbourat zábrany a během rozhovoru bylo znát, že jsou k nám upřímní a rozloučení pak již probíhalo v naprosto jiné atmosféře. Protože jsme si „padly do noty“ s některými uživatelkami z předchozího setkání, byly jsme jimi spontánně pozvány, abychom se přišly podívat do ergoterapeutické dílny. Návštěva to byla příjemná, poseděli jsme si při práci, popovídali si o věcech minulých i současných a potvrdili naše vzájemné sympatie.

Čtvrté setkání, 11. 11. 2012

V domově se v tento den slavil svátek sv. Martina. Proto jsme přišly o něco později a pomohly s dokončováním příprav. Slavnost se konala v jídelně a byla na ni pozvána živá kapela. Zaměstnanci i uživatelé se zúčastnili v hojném počtu, zpívalo se, někteří i tančili a vládla přátelská atmosféra. K nabídnutí byly chuťovky i víno a oběd ovládla svatomartinská husa. Poté, co jsme se my vrátily z přestávky na oběd, kterou jsme sjednotily s obědem uživatelů, čekalo nás milé uvítání v recepci. Uživatel, který právě ukončoval svou službu, se zajímal, kdy už konečně přijdeme také k němu. Shodou náhod jsem měla možnost jít k němu ještě týž den a bylo to obohacující setkání. Opět jsme nedodrželi časový limit na rozhovor, ač jsme si tuto schopnost zlepšily a nebyl to již takový problém. Životní příběh tohoto muže by mohl být smutný, ale on je velice vzdělaný a optimisticky naladěný. Ač přišel o nohu, přizpůsobil se tak, aby mohl dělat vše, co dělal předtím, řízení auta nevyjímaje. Má bohatý společenský život a zájem na všem novém. V tento čas jsme

se již znaly s většinou uživatelů i zaměstnanců, naučily jsme se hledat momenty, kdy obracet rozhovor zpět do míst, která jsou pro šetření důležitá, a ze zařízení jsme se vracely o poznání spokojenější.

Páté setkání, 7. 12. 2012

Na naše poslední oficiální setkání jsme se těšily. Do domova jsme se vracely po poměrně dlouhé době, což jsme si „vyslechly“ také během návštěv u uživatelů, u kterých bylo opětovně setkání jimi i námi žádané. Už jsme nevedli nijak řízené rozhovory a bylo to radostné povídání. Prohlíželi jsme fotografie, knihy, řešili blížkou volbu prezidenta republiky. Během těchto návštěv jsme nafotily společné fotografie, které jsou přiložené v prezentaci, zpracované pro kurz Gerontagogika, aktivizace seniorů. Poté jsme se opět zastavily v ergoterapeutické dílně, kde se na tu dobu zastavila práce, což nikomu nevadilo a uživatele i nás to vyvedlo z rutiny. Zbývalo už jen pár uživatelů, se kterými neproběhly rozhovory. Bylo to na oddělení se zvýšenou péčí. Obávaly jsme se schopnosti komunikace s některými uživateli. Záhy jsme zjistily, že někdy oprávněně. Uživatelka, která byla v minulosti zasažena mozkovou příhodou, dnes již nebyla schopna domluvit se s námi, stejně jako uživatelé, kteří již byli v tak pokročilém věku, že pro ně takový rozhovor byl příliš náročný a unavující. Jak jsme ale za všechna naše dosavadní setkávání pochopily, i takové situace ke stáří a životu patří.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

V rámci výzkumného šetření jsme vytvořily a následně realizovaly anketu spokojenosti uživatelů se životem v DpS v Podbořanech. Sestavený formulář byl velmi podrobný. Data byla sbírána formou strukturovaných rozhovorů. Uživatelé Domova byli na pravidelné schůzi s vedením seznámeni s naší návštěvou a s důvodem naší přítomnosti. Proto nás už většina z nich očekávala a velmi mile nás na pokojích přivítala. S kolegyní jsme si rozdělily pokoje a docházely na ně samostatně, aby atmosféra u rozhovoru byla příjemná oběma stranám a aby se necítili pod tlakem. Někteří uživatelé nebyli tak přívětiví a chtěli si tento formulář vyplnit sami, ale to našemu záměru nebránilo, proto jsme se domluvily i s nimi. Mezi další komplikace, které se vyskytly v průběhu sběru dat, patřil především zhoršený zdravotní stav respondentů. To zapříčinilo obtíže v komunikaci, z nichž některé se za určitých podmínek daly překonat, jiné zase ne. Setkaly jsme se například s respondentem po mozkové příhodě, který byl ochoten odpovídat na otázky, ale bohužel jeho schopnost mluvit byla velmi zhoršená. Přes veškerou snahu jsme se nedokázaly společně porozumět. Dalším specifickým byl uživatel s diagnostikovanou hluchoslepotou. Zároveň jsme se setkaly s několika případy, kdy uživatelé nebyli ochotní s námi spolupracovat a komunikovat, nestáli o rozhovor.

Celkový počet oslovených respondentů byl 115. Návratnost činila 70 %, což dělá 80 dotazníků. Z nich muselo být 5 vyloučeno především kvůli nízké věrohodnosti. Nejčastější příčinou toho byl zdravotní stav pacienta (např. Alzheimerova choroba, stav po mozkové příhodě), kdy selhávala komunikace. Výsledný vzorek činil 75 (N = 75).

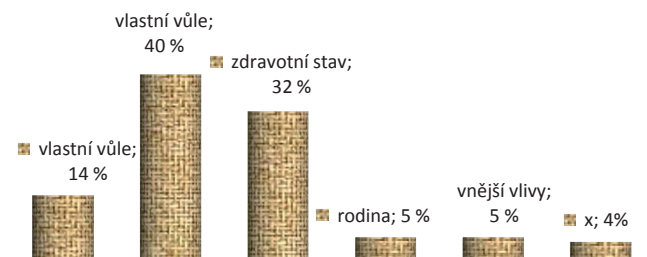
Analýza výsledků šetření

Co Vás vedlo k přestěhování do domova pro seniory?

První otázka se zabývala důvody, které seniora přiměly k rozhodnutí a přestěhování se do domova pro seniory. Nejčastěji byla uvedena odpověď, kdy se respondent rozhodl sám, ale na základě jeho zhoršeného zdravotního stavu. Tato skupina čítala celých 40 %. Druhým nejvíce zastoupeným důvodem byl zdravotní stav sám o sobě a od něho se odvíjelo další konání. Sehrálo zde i velkou roli doporučení lékaře. Zde se našlo 32 % uživatelů. Z vlastní vůle se sem nastěhovalo 14 % respondentů. 5 % z celkového počtu respondentů bylo přesvědčeno rodinou. Ve stejném počtu byli i respondenti, kteří jako důvod uvedli vnější vlivy, jakými jsou například uvalená exekuce na dům nebo ztráta domova. 4 % odpověď neuvědla. Pro větší přehlednost jsou data uspořádána v grafu 1.

Citace z rozhovorů:

- o „Zkusila jsem bydlet sama, ale nešlo to.“
- o „Převezli sem ženu, tak jsem se sem nastěhoval taky.“
- o „Byt jsme nechali synovi.“
- o „No, tady je to domov důchodců, tak proto.“



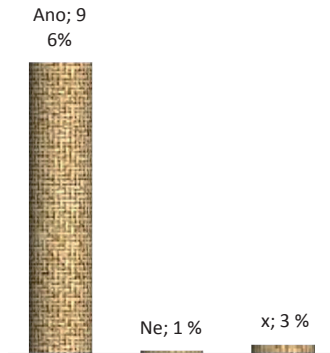
Graf 1: Důvody přestěhování.

Jste spokojeni s prostory DpS, ve kterých žijete?

U této otázky jsme se zaměřily na celkové prostranství tohoto Domova. Jeho popis je uveden v úvodu. Z grafu 2 je zřejmé, že respondenti jsou s těmito prostory naprosto spokojeni. Zanedbatelné procento odpověď neuvědlo (4 %) a pouze u jedné odpovědi se objevila nespokojenost.

Citace z rozhovorů:

- o „Velmi, považuju to za vzdušné, velké, příjemné místo.“
- o „Spokojený tu musíme být. Je to náš domov teďka tady. Musíme to respektovat.“
- o „Výborný.“
- o „Ideální.“
- o „I to prostředí kolem je tu krásný. Mohla jsem jít do Prahy, ale tam se mi nelíbilo. Syn je na MPSV a hledal zařízení a tady to bylo nejlepší.“



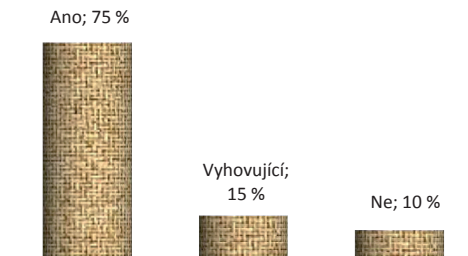
Graf 2: Spokojenost s prostranstvím.

Je Váš pokoj dostatečně prostorný?

U odpovědí na tuto otázku se setkáváme s většinou kladnou reakcí. 75 % respondentům se zdá být jejich pokoj opravdu prostorný, někdy dokonce i velký. 15 % uvedlo, že pokoj je vyhovující jejich potřebám a zbývajících 10 % z dotazovaných není spokojena převážně z toho důvodu, že očekávali samostatný pokoj nebo jim nevyhovuje spolubydlení.

Citace z rozhovorů:

- o „Mně se líbil od začátku a mám ho vybaven, jak jsem chtěla.“
- o „Jsem spokojená, nic mi tu nechybí. Mám výhled do zahrady, mám balkonek, tam kytky.“
- o „Ne, očekávala jsem samostatný pokoj. Pro dvě je malý.“



Graf 3: Spokojenost s pokojem.

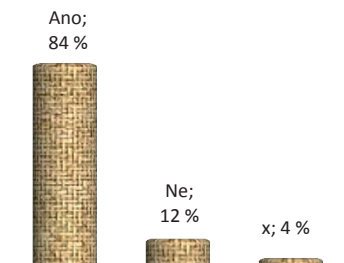
Máte dostatek soukromí?

Z uvedených odpovědí bylo zřejmé, že drtivá většina je s touto oblastí naprosto spokojena. Jen 12 % uvedlo, že nemá dostatek prostoru pro sebe, dostatek soukromí.

Citace z rozhovorů:

- o „Chci mít, mám. Mám žaluzii na dveřích, kterou si dle libosti stahuji.“
- o „Zvykla jsem si, máme se rády, není nám smutno.“
- o „Hrabali se mi ve věcech. Ztratila se mi kytka z balkonu.“

- o „To tu máme, televize, lednici, vše ...“
- o „Mám, když chci být sama, tak jsem, když ne, tak ne.“
- o „Musí být obstaráni ve všem, mluvit o soukromí, to je těžké ...“
- o „Mám, mám tu garáž, jezdím různě.“
- o „Mám dost, nikdo tu neotravuje.“
- o „Mám celý pokoj, zamknu si vyhledávám samotu.“
- o „Ne – ale napište, že jo.“



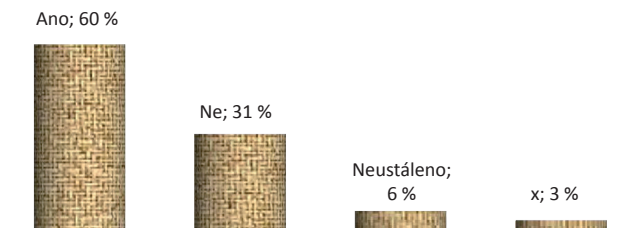
Graf 4: Pocit soukromí.

Cítíte se zde být doma?

Zde se odpovědi přikláněly spíše na stranu toho názoru, že už jsou tu doma. Některým sice aklimatizace trvala nějaký čas, ale v současnosti jsou doma tady a nikde jinde. 31 % se zatím necítí být doma. Mnohdy se zde ukázalo, že se jedná o jedince, kteří jsou v zařízení krátký čas, nebo rozhodnutí o přestěhování nezáleželo na jejich vůli. Od toho se mnohdy odvíjela celková nespokojenost. U 6 % se zatím stav neustálil, záleží na aktuálním rozpoložení. 3 % na otázku neodpověděla.

Citace z rozhovorů:

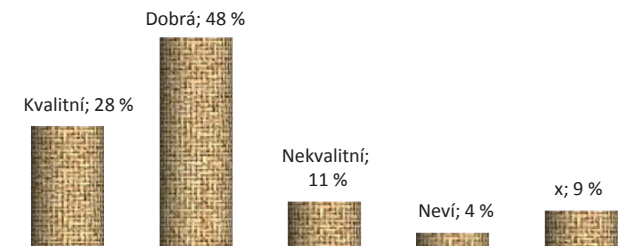
- o „To musím cítit se doma, co mi zbyde jiného.“
- o „To se nedá říct. Doma je doma. Ale cizí to tu taky není.“
- o „Vždycky, když někam jedu, tak říkám, že jedu domu. Mám vlastní nábytek, tak jsem si zvykla hned.“
- o „Nemůžu tu být radši než doma, nikoho jsem tu neznala, lidi ani prostředí.“
- o „Ano, to už je náš druhý domov. Tady už bydlíme, stravujeme se, tak už jsme tu jako doma. Mám tady své obrazy, tak to je můj domov.“
- o „Líp než doma.“
- o „Doma to není, ale co sama v poschodovém bytě.“
- o „Jo, ze začátku se mi stýskalo po zvířatech, doma jsem měla drůbež.“
- o „Teď už jo. Trvalo to dva roky. Teď už mi to nepřijde. Teď je to tu doma.“
- o „Tady jsem doma, do kterého se ráda vracím.“
- o „Radši bych byl doma.“



Graf 5: Přijetí domova za vlastní.

Jak hodnotíte kvalitu zdravotnické péče?

Názory na kvalitu zdravotnické péče nejsou jednotné. 28 % považuje tuto službu za kvalitní, 48 % respondentům přijde poměrně dobrá a 11 % vyjádřilo negativní postoj, službu považují za nekvalitní. 4 % respondentů prozatím službu nevyužilo, proto nemá utvořený názor. 9 % neodpovědělo.



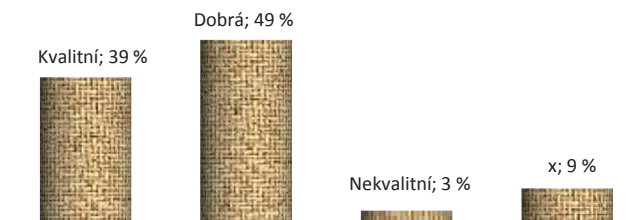
Graf 6: Kvalita zdravotních služeb.

Jak kvalitní je podle Vás práce sociálních pracovníků?

Všichni uživatelé si pod sociálními pracovníky vybavili pracovnice, které mají na oddělení a kterým nikdo neřekne jinak než *sestřičky*. S těmito pracovnicemi jsou v 66 případech spokojeni. Z celkového počtu (N = 75) uvedlo jako kvalitní jejich práci 39 % a 49 % ji uvedlo jako dobrou, jako takovou, na kterou si nemohou stěžovat. Mizivému procentu (3 %) tyto služby nevyhovují a mají z nich dojem, že nejsou takové, jaké by mohly být. 9 % se zdrželo odpovědět.

Citace z rozhovorů:

- o „Chodí mi obouvat ponožky, oni jsou ochotný, vyhoví mi. Všechno jde s domluvou.“
- o „Jo, zdá se mi kvalitní. Ale každý na to pohlíží jinak. Já na to pohlížím tak, jak se chovají ke mně.“
- o „Sestřičky jsou ochotný, když něco potřebuju, udělají.“
- o „Ále joo, já se s nimi domluvim.“
- o „Je to dobrý, sestřičky vezmou nás někdy ven, ale mají málo času.“
- o „Sestřičky jsou milionový holky. Ty jsou nejlepší.“



Graf 7: Kvalita sociálních služeb.

Jste spokojeni s Vaším individuálním plánem (IP)?

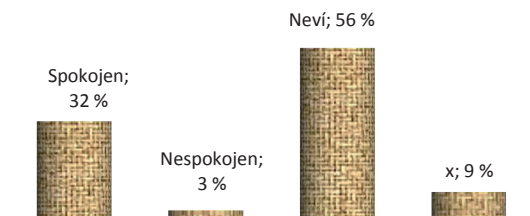
U této otázky byla překvapena velká část účastníků. 56 % z nich nemělo tušení, o co se jedná, proto nemohli odpovědět, jak jsou s ním spokojeni. Většina, která věděla, o co jde, s ním je spokojena a chválí si to (32 %). Dokonce mnoho z nich spolupracuje s klíčovou pracovnící a dle potřeby ho mění a upravují. Pouhé 3 %, která ví, co je IP, je s ním nespokojena.

Citace z rozhovorů:

- o „Dělali jsme ho spolu, dokonce jsme ho i měnili.“
- o „Znemožňují mě tím, mám zhoršené pracovní schopnosti ... dodržuju pravidla, no ...“
- o „Ano, je to povinnost udělat.“
- o „Je to hloupost. V 80-ti letech mě chtějí vylepšovat, nejsem proti, ale ta myšlenka vylepšení, když sám víte, že se to horší ...“
- o „Nevím o něm.“
- o „Ano, to je samej ouřad, blbosti, je to k ničemu.“

Jak kvalitní je podle Vás čistota prostor v DpS?

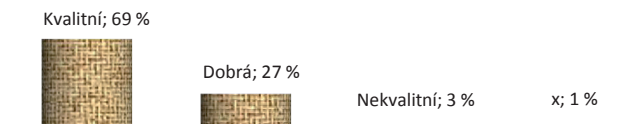
Kvalitní, případně dobrá se zdála 96 %. Obě tyto odpovědi se nesou v pozitivním slova smyslu, proto není pochyb o opravdu čistém prostředí, které si chválí takto velká část respondentů. Objevilo se i mínění o nedostatečném úklidu, které se projevilo ve 3 %.



Graf 8: Spokojenost s IP.

Citace z rozhovorů:

- o „No, tady vytírají v pondělí, středu, pátek. Tady je čisto.“
- o „To si každý musí udržet sám podle svých představ. Na teji uklízečka to nemůžete chtít. Čistota je všude.“
- o „Je, každodenní poctivý úklid.“
- o „Ženský uklízí jak blázní.“
- o „Čisto tu je. Prach mi uklízí 1× týdně, podlahu 3×. Ale kdybych chtěl, tak mi to klidně budou dělat každéj den.“
- o „Je čisto. Uklízejí opravdu dobře.“



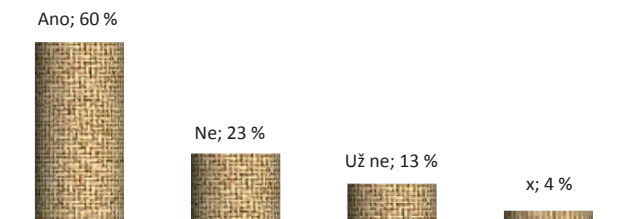
Graf 9: Čistota prostor.

Využíváte volnočasové aktivity?

V tomto domově je opravdu široká škála volnočasových aktivit, které senioři mohou využít. Také to nadpoloviční většina hojně využívá (60%). 23% z dotázaných nemá zájem účastnit se jich. Další skupina je tvořena z lidí, kteří dříve docházeli, ale v současné době jim to nedovoluje zdravotní stav nebo už je to neoslovuje.

Citace z rozhovorů:

- o „Soutěže, všechny programy, činnosti v kavárně, cvrnkání, házení míčema, tělocvična, ale nechodíme do dílny. Ale do tělocvičny každéj den. 7× týdně dopoledne a 3× týdně odpoledne – to je vedené.“
- o „Už mě to nebaví, nechce se mi to využít.“
- o „Když něco je, tak nás Maruška vezme, zkusíme si to a jedeme.“
- o „Já myslím, že jich je dost. Každou chvíli něco hrajou, někam jedou. Berou teď i vozičkáře, to je fajn, že se někam dostanou.“
- o „Myslí to dobře, ale je to náročné na tělo, to sezení.“
- o „Sobota, neděle, to je horší, to člověk neví, čeho by se chytil.“



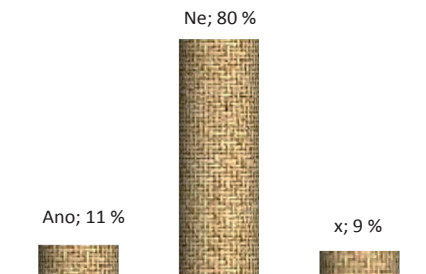
Graf 10: Využití nabídky volnočasových aktivit

Ocenili byste další aktivity?

Vzhledem k obsáhlé nabídce, kterou domov poskytuje, respondenti nemají potřebu vyžadovat další možnosti. To vyplývá z počtu uživatelů, kteří bez váhání odpověděli, že ne, protože tato nabídka je opravdu bohatá. Někteří navíc uvedli, že kdyby něco chtěli, mohli by se obrátit na vedení a aktivity by se jistě uskutečnila. Pouze 8 jedinců by uvítalo další možnost vyžití. Mezi návrhy patřily častější návštěvy kulturních akcí nebo také možnost chození na procházky s doprovodem nebo ve skupině.

Citace z rozhovorů:

- o „Ne, já už bych ani nic nestihla. Pořádá se toho tu dost.“
- o „Potřebovali bychom se víc procházet – s pomocí.“
- o „Nic dalšího mě nenapadá.“
- o „Je zde dost nabídek, pro mě už to stačí.“
- o „Já dělám všechno, bez problému.“
- o „Plést ponožky.“
- o „Líbilo by se mi, kdyby někdo chodil za mnou.“



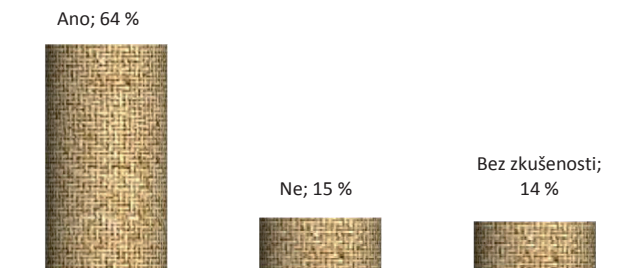
Graf 11: Náзор na vznik dalších aktivit.

Když máte problém, můžete se obrátit na některého pracovníka, máte k někomu důvěru?

Nadpoloviční většina by se nebála a s důvěrou by se obrátila na některého z pracovníků. Někteří by volili klíčového pracovníka, jiní oblíbenou sestřičku a pár jedinců má důvěru ke všem pracovníkům. 15 % respondentů by za nimi nešlo, ale každý z jiného důvodu. Jedni byli vychováni k tomu, aby si své problémy řešili sami a nezatěžovali tím okolí, druzí by nechtěli otravovat a objevila se i skupinka těch, co personálu nevěří.

Citace z rozhovorů:

- o „Určitě, dle typu problému jdu za konkrétním pracovníkem.“
- o „Já si to raději nechávám pro sebe, jsem tak zvyklá od malička.“
- o „Jo, mám tady důvěru ke všem sestřám.“
- o „Problémy nemám, ale klidně se ozvu.“
- o „Všem důvěřuji, pokud je zavolám ihned přiběhnou.“
- o „Neřeknu si, je mi to hloupé.“
- o „Neřekla, nechtěla bych nikomu ublížit.“



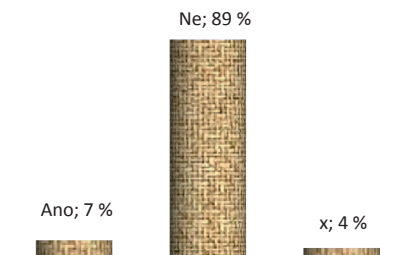
Graf 12: Důvěra k personálu.

Postrádáte možnost svobodné volby?

Opět se respondenti rozdělili poměrně jednostranně. 89 % popírá jakoukoliv možnost, že by je někdo do něčeho nutil. Všichni z nich rázně řekli, že nic takového se v žádném případě neděje. Sestřičky za nimi přijdou, seznámí je s nabídkou a uživatelé se sami mohou rozhodnout, zda ji přijmout či nikoliv. 7 % z celkového počtu pociťuje určité omezení v možnosti se rozhodnout. Někteří z nich postrádají možnost sami si ochutit jídlo, protože je vařené ve velkém množství pro všechny.

Citace z rozhovorů:

- o „Ne, nenutí nás. Když nechci, tak nechci. Nepřemlouvají nás.“
- o „Ne, to vůbec. Sestřička přijde a domlouvá se, jak chci já. Jak se mi to hodí.“
- o „Člověk si jídlo nemůže dochutit sám.“
- o „To ne, to vás do něčeho netlačí. Dají nabídku, co je a jestli chceme/nechceme jít rozhodnutí je na nás.“



Graf 13: Omezení svobodné volby.

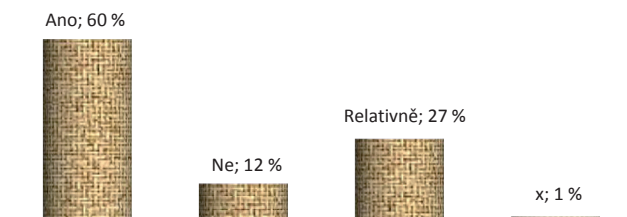
Zdá se Vám částka, kterou platíte za pobyt v DpS finančně přijatelná vzhledem k nabízeným službám?

K překvapujícímu výsledku jsme došli v této části. Dokonce více než polovina z dotazovaných uvedla, že částka, kterou za pobyt platí se jim zdá přijatelná za služby, kterých se jim dostává. Poměrně velkou skupinu tvoří respondenti, kterým se zdá částka přijatelná za přijímané služby, ale bohužel vzhledem k jejich finančním možnostem je vysoká.

Proto jsme jejich skupinu nazvali *Relativní* a jejich zastoupení je 27 %. Nejméně početnou skupinu tvoří 12 % uživatelů, kterým se tato částka nezdá přijatelná.

Citace z rozhovorů:

- o „Kdybysme byli doma, tak to taky platíme. Ale musíme tady doplácet. Nevím, co bude až ty nahoře zase zdraží, tak nevím, co budeme dělat.“
- o „No ... vzhledem k důchodu, je to dost.“
- o „No, já jsem to počítala podle dětí, co platí doma a ono nám to vyjde nastejno.“
- o „Já nemám tak velký důchod, tak syn doplácí. Ono je všechno teď drahý.“
- o „Je to levnější než doma.“
- o „Je to dost, ale co můžeme dělat, když tu chceme být. Částka ale odpovídá, vždyť tu máme vše.“



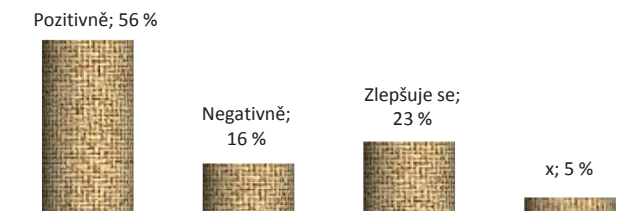
Graf 14: Přijatelnost finanční částky za pobyt.

Jak jste vnímali přestěhování do DpS?

Respondenti, kteří se sami rozhodli, že se sem nastěhují nebo měli shromážděné nějaké informace o chodu zařízení, vnímali změnu pozitivně (56 %). Naopak ti, kteří byli ke změně nějakým způsobem donuceni, ať už zdravotním stavem nebo vnějšími faktory, brali změnu spíše negativně (16 %). Samozřejmě je tu i skupina těch, u kterých má stav zlepšující se tendenci a postupně si zvykají. Ono není jednoduché vzdát se svého dlouholetého domova a nastěhovat se do jednoho pokoje v cizím prostředí. U některých se stav zlepšil po setkání a následném spřátelení se s dalšími uživateli.

Citace z rozhovorů:

- o „Mně se moc nechtělo. Ale raději než v Žatci. A tady byla ta tělocvična, tak jsem šla raději sem.“
- o „... špatný ... hrozný. Ale pak přišla Maruška a bylo to dobrý.“
- o „... mohla jsem být i u dcery, ale rozhodla jsem se pro Dps, jsou na to zařízení.“
- o „Těšila jsem se sem na lidi, už nebudu sama.“
- o „Manžel plakal, ten nechtěl, ale za necelý měsíc už mi řekl, že kdybych se chtěla stěhovat, tak půjdu sama, že on tu bude.“



Graf 15: Vnímání změny bydlení – domova.

Co senioři považovali za důležité a chtěli, aby zaznělo:

Citace z rozhovorů:

- o „Bylo to tu přesně takové, jak jsem si vysnila.“
- o „Cítím se tu bezpečně.“
- o „Čekala jsem, že to bude horší, všichni nejsou o holi, ale jsou upravení, jako na ulicích.“
- o „Zkušenost mám s LDN, ale to byla pořád nemocnice. Tam jsme nemohli ani ven. Tam jsme museli být furt v pyžamu... Já už jsem to tu měla okoukaný, tak jsem sem šla odhodlaně... Když mě přijímali, tak paní X a pan Y, to bylo jak rodina.“
- o „Náhodou vedení máme moc dobrý. Já je mám všechny moc ráda.“
- o „Jsem ráda, že bydlím v kolektivu a mám tady i svoje soukromí.“
- o „Více mužů jako zaměstnanců.“
- o „Když vidíte ty „mrzáčky“ a pak když tu někdo zemře – vidíte ho běžat, pak ho vidíte znovu, jak sešel a pak umře...“
- o „Bylo by to lepší, kdybych byla doma.“
- o „Život se mi změnil hodně. Tady jsem našla nový domov, nové přátele, které mne obklopují. Za to jsem jim vděčná. Žiju klidný bezstarostný stáří, děkuji všem, kteří se podíleli, aby byl takový, jaký je.“

ZHODNOCENÍ PRAXE

K aktivizaci jsme se na začátku stavěly lehce skepticky, protože jsme v předchozích letech u seniorů několikrát působily. Jak jsme se ale velmi rychle přesvědčily, každá praxe přináší něco nového. Tato byla specifická v tom, že v DpS Podbořany jsme obě dvě měly svojí vůbec první praxi a nyní také poslední. Měly jsme tak možnost zhodnotit vývoj zařízení, ale i náš. Zejména v otázkách přístupu ke klientům, jejich přístupu k nám, komunikace a aktivity. Naštěstí byla změna, kterou jsme pozorovaly po všech stránkách pozitivní, což velkou měrou přispělo ke spokojenosti a kladnému hodnocení praxe. Velkou měrou se o to postaral také personál, jehož práci jsme měly možnost sledovat, nahlédly jsme do fungování domova a částečně si osvojily některé vzory chování zaměstnanců k uživatelům. Prvotní obavy z toho, že budou pro uživatele otázky, které rozhovor obsahoval, příliš osobní se velmi rychle rozplynuly. V domově žijí lidé, kteří si chtějí povídat a společnost mladé generace, samozřejmě s ohledem na zdravotní stav i životní naladění, obvykle vítají. Někdy se nám stávalo, že jsme řešily dilema morálka versus čas, zejména při prvních setkáních. Takové rozhodování bylo těžké, ale vždy jsme se snažily jednat v uživatelově nejlepším zájmu. Praxe nás překvapila i tím, jak zahýbala našimi hodnotami

a nazíráním na stáří a celkovým pohledem na život. S některými uživateli jsme navázaly hezký vztah, což nám dokazovali tím, že se na nás ptali nebo dokonce žádali naši návštěvu. Tato skutečnost nás těší a dává nám pocit, že jsme si nevedly špatně.

S chutí do toho!

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Petra Havlíková, Iveta Freibergová, Veronika Kadlečková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Podpěrova, příspěvková organizace

Charakteristika zařízení:

Pro praxi aktivizace seniorů jsme si zvolily Domov pro seniory Podpěrova v Brně-Medláncích. Jedná se o příspěvkovou organizaci, která poskytuje dva druhy služeb – Domov pro seniory a Centrum denních služeb.

Domov pro seniory

Domov pro seniory se snaží poskytnout seniorům v nepříznivé sociální situaci, způsobené dlouhodobě nepříznivým zdravotním stavem takovou podporu, která jim umožní zachovat si v maximálně možné míře dosavadní způsob života. Cílovou skupinou klientů jsou senioři, kteří mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, případně z důvodu nepříznivého zdravotního stavu, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

Pobytová služba domov pro seniory zahrnuje tyto základní činnosti:

- poskytnutí ubytování,
- poskytnutí stravy,
- pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu,
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- sociálně terapeutické činnosti,
- aktivizační činnosti,
- pomoc při uplatňování práv a oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Cílem služby je, aby si uživatelé zachovali s ohledem na svůj zdravotní stav co největší míru soběstačnosti a běžný způsob života, prožili aktivní život, udržovali kontakty s osobami blízkými a vnějším okolím, aby mezi uživateli navzájem a mezi uživateli a personálem byly kvalitní mezilidské vztahy a hlavně aby se uživatelé v prostředí domova cítili bezpečně.

Centrum denních služeb

Snahou centra denních služeb je poskytnout seniorům ambulantní sociální služby s cílem zmírnit negativní vlivy stárnutí v oblasti soběstačnosti, podpořit fyzickou i psychickou kondici formou aktivizačních a terapeutických programů. Cílovou skupinou klientů jsou osoby, které dosáhly věku rozhodného pro přiznání starobního důchodu.

Ambulantní služba Centrum denních služeb zahrnuje tyto základní činnosti:

- poskytnutí stravy,
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti,
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- sociálně-terapeutické činnosti,
- pomoc při uplatňování práv a oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.



ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 1. 11. 2012, 11.00–13.00: Seznámení se zařízením, seznámení se s klientelou a chodem zařízením, návrh a plánování aktivit
2. 5. 11. 2012, 11.00–15.00: Seznamovací aktivity, oblíbené činnosti, nejbáznivější zážitky, cestování, poznávání zvířat, relaxace
3. 12. 11. 2012, 11.00–15.00: Poznávání pomocí smyslů, vyprávění, Bingo, ochutnávání jídel, relaxace
4. 19. 11. 2012, 11.00–15.00: Loutka – poznávání předmětů po hmatu, co by to bylo, kdyby to nebylo, flora konference, vytváření příběhů, relaxace
5. 26. 11. 2012, 11.00–15.00: Balení dárků – výroba mašle, kokardy, balení do šátků
6. 3. 12. 2012, 11.00–15.00: Balení dárků 2 – opakování mašle a kokardy, výroba sáčku a dekorací (harmonika, vějíř, rulička), relaxace
7. 10. 12. 2012, 11.00–15.00: Pečení perníčků, výroba vánočního svícnu, relaxace
8. 17. 12. 2012, 11.00–15.00: Zdobení perníčků, výroba polevy, výroba vánočních přáníček, zpívání koled, zhodnocení setkávání

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

12–15 klientů ve věku 75–92 let, 1–2 muži, 11–13 žen

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

1. Aktivizace – seznámení, 5. 11. 2012

Aktivity: seznámení, oblíbené činnosti, nejbáznivější zážitek, cestování, poznávání zvířat, relaxace

Na naše první posezení se dostavilo 10 klientů Domova pro seniory. Po jejich příchodu do klubovny, kde se naše setkání budou konat, jsme dostaly trochu strach, zda nemáme připraveny příliš složité aktivity, náročné jak na mysl, tak pohyb a prostor. Usoudily jsme, že proto některé z těchto aktivit modifikujeme do přijatelnější, a méně náročné podoby. Jako první aktivitu jsme zvolily seznamování. Každý po kruhu řekl svoje jméno a k němu přidal přívlastek, který ho charakterizuje a začíná na stejné písmeno jako jeho jméno. I když se zdá toto cvičení jednoduché, někteří klienti s ním měli menší obtíže. Často vymýšleli přívlastek na jejich příjmení anebo si ho vymysleli podle toho, jací opravdu jsou bez ohledu na písmenko. Vtipný okamžik nastal, když byla jedna klientka požádána, aby předala slovo své kolegyni. Ta pochopila slovní obrat tak, že má o kolegyni mluvit ona. Bylo velice těžké ji přerušit a dát prostor této zmiňované kolegyni. V dalším kole o sobě každý řekl, co rád dělá. Několikrát zaznělo, že teď už jsou rádi, že nemusí dělat nic. Proto byli tito klienti vyzváni, aby zavzpomínali, co dělali rádi dříve. V dalších kolech řekl každý své oblíbené jídlo, nejbáznivější zážitek a místo, kde nejdál v životě byl. Druhá aktivita byla poznávání zvířat ve dvojicích. Každý dostal na čelo lísteček se zvířetem a jeho úkolem bylo hádat, jaké je zvíře. Jeho kolega ve dvojici mohl odpovídat pouze ano/ne. Třetí a poslední aktivitou byla relaxace. Pustila se příjemná relaxační hudba a klienti měli zavřít oči a představovat si svoje oblíbené místo a blízkou osobu. Po skončení hudby jsme si povídali o jejich představách. Jedna z představ, která nám nejvíce utkvěla, bylo místo, kde chce klientka nechat rozptýlit svůj prach.

Během celého sezení jsme se snažily dát všem dostatečný prostor, aby se mohli vyjádřit. Na klientech bylo vidět, že jsou rádi, že mohou mluvit a někdo je poslouchá. V některých případech se stalo i to, že jsme klienty musely nenásilně zastavit, aby i ostatní mohli něco říct. Naše první setkání pro nás bylo velmi zajímavou zkušeností a zážitkem.

2. Aktivizace – smysly, 12. 11. 2012

Aktivita: přivítání se, vyprávění si, očuchávání koření, Bingo, ochutnávání jídel, relaxace

Na naši druhou aktivizaci přišlo 7 klientů Domova pro seniory, z toho jedna paní byla úplně nová, na první hodině nebyla. Představili jsme se tedy znovu a i jí jsme požádali o krátké představení. Následně jsme si všichni společně vyprávěli o uplynulém týdnu – co jsme zažili, kde jsme byli, co se nám přihodilo. Pro klienty byla asi největším zážitkem čtvrtletní prezentace ředitele brněnské ZOO o Kamčatce, medvědech a budování pavilonu pro medvědy v jeho zoologické zahradě. Nadšeně o přednášce vyprávěli.

Následně jsme klienty seznámily s programem, který bude následovat, a také jsme jim přiblížily naše úmysly – každou aktivizaci zaměřit na nějakou činnost a aktivity v rámci možnosti propojit. Na to, že bude dnešní aktivizace zaměřena na procvičování smyslů, se nejprve tvářili nevěřičně, ale již při první aktivitě je práce bavila. Také jsme na toto odpoledne donesly upečené jablečné šátečky, uvařily čaj a nabídly vše klientům. Myslíme si, že to velmi zpříjemnilo celkovou atmosféru a klienti byli nadšeni.

Každý klient si na papír napsal pod sebe čísla od 1 do 10 a následně kolovaly pytlíčky s kořením. Úkolem každého bylo koření poznat a napsat si ke správnému číslu svou domněnku. Některá koření byla jednoduchá, jiná naopak velmi těžká, každý se ale snažil uhodnout co nejvíce druhů koření a z práce byli nadšeni. Poté, co měl každý možnost si očuchat všech deset sáčků a tipnul si, co by to mohlo být, jsme si společně

řikali správné odpovědi a následovalo další očuchávání, tentokrát už s informacemi, co ve kterém sáčku je.

Následovala krátká přestávka na občerstvení a pokračovali jsme Bingem. Každý klient dostal tabulku 5x5 okének, ve kterých byly vypsány různé druhy koření. Každý měl tabulku jinou a s různými druhy. Jedna z nás losovala lístečky s názvy koření (těch bylo 32 kusů) a pokud klienti měli toto koření ve své tabulce, přeškrtnli si dané políčko. Cílem bylo nejprve proškrtat celou řadu a sloupec a ve výsledku zvládnout co nejrychleji zaškrtnat celou tabulku a zakřičet „Bingo!“. Klienti byli nejprve hodně odměřeni, zřejmě to ale bylo kvůli složitějším instrukcím. Během hry všichni pochopili, co mají dělat a ve výsledku se jeden přes druhého překřikovali „Bingo! Bingo!“.

Jako poslední větší aktivitu jsme vybraly procvičování chuti. Samozřejmě jsme nejprve zjišťovaly, zda není na něco alergický nebo mu něco nedělá dobře. Nikdo s ničím ale neměl problém, tak jsme se mohly pustit do práce. Klienti si zavřeli oči a my jim postupně dávaly do úst jablko, hrušku, loupák, okurku, kiwi, rajče, věnečky a perník. Zpočátku se někteří ostýchali, především proto, že nevěděli, co jim do pusy dáme. Když ale pochopili, že to nebude nic strašného, ještě si pochutnali. Po každém kole ochutnávky si na lístek zapsali, co si myslí, že dostali a na závěr jsme si to opět společně vyhodnotili. Bylo pro nás zajímavé, že někteří mnoho chutí nepoznali a spletli si je s úplně něčím jiným.

Na úplný závěr jsme si pustili relaxační hudbu a se zavřenýma očima jsme si představovali naše oblíbené místo, kde je nám nejlépe a soustředili se na vůně, které na tom místě jsou, na chutě, které jsou na našem místě dostupné. Po relaxaci měl každý možnost vyprávět ostatním, kde byl, co cítil a co ochutnal.

Celé odpoledne bylo velmi příjemné, myslíme si že i proto, jakou útulnou atmosféru jsme přichystaly. Klienti byli aktivní, upovídání a vypadali velmi spokojeně.

3. Aktivizace – loutka, 19. 11. 2012

Aktivita: loutka – poznávání předmětů po hmatu, posílání předmětu “co by to bylo, kdyby to nebylo, flora konference – vytváření květin z novin (následné představení květin), tvorba příběhu, relaxace

Naše třetí setkání proběhlo v duchu práce s předměty denní potřeby, které nám mohou posloužit i jinak než na to, na co slouží – na loutkové divadlo. Naší představou bylo, že s klienty vytvoříme nějaké malé loutkové divadlo, z čehož nakonec sešlo, ale i tak bylo odpoledne velmi příjemné.

Jako první jsme zvolily motivační divadelní představení, kde hrála v hlavní roli vidlička, lžička a nůž. Některým klientům se představení líbilo, ale někteří skoro nereagovali, pravděpodobně z důvodu nedoslýchavosti. Po našem malém vystoupení jsme se vrhli na seznámení se s předměty, které můžeme jako loutky použít. Tato aktivita spočívala v tom, že jsme klientům, jednomu po druhém daly do ruky nějaký předmět např. cedník, metličku, otvírák na víno, škrabku, pinzetu apod. a klienti měli se zavřenýma očima hádat, co že je to za předmět. Klienty tato aktivita velmi bavila, bylo velmi zajímavé sledovat, jak se soustředí na to, aby daný předmět poznali.

Poté, co jsme se danými předměty seznámili, následovala aktivita, kdy jsme po kolečku poslaly jeden předmět, v našem případě cedník na halušky (pracovní název „haluško-vač“) a difuzér, a klienti měli zapojit svoji fantazii a vymyslet, co by daný předmět mohl

být, kdyby to nebyl ten předmět, jaký to je. V případě „haluškováče“ klienti říkali, že by to mohl být mikrofon, kukátko, přístroj na lovení rybiček, novodobý klobouček nebo část rytířské helmy. Difuzér klientům připomínal např. chytač blech, masážní hlavici, součást sprchy či hřeben. Všichni klienti popustili uzdu své fantazie opravdu hodně a některé nápady byly velmi zajímavé.

Aby klienti viděli, že loutkové divadlo se může vytvořit i pomocí skutečných loutek nebo různých předmětů, ale také různých materiálů, jako jsou noviny, další zadání aktivity bylo takové: zkuste z novin vyrobit nějakou květinu a vymyslet, jakou zvláštní schopnost tato květina má. Klienti se do „práce“ pustili s velkým nadšením. Na naší „Flora konferenci“, kde prezentovali svoji květinu, se objevovaly růže, mečičky, lekníny a karafiáty s magickou schopností, aby byl člověk krásnější, aby voněl, aby byl pozitivní.

Následně jsme klientům nabídly, že bychom si mohli zkusit vytvořit po skupinkách nějaké malé loutkové představení a použít, jak různé předměty nebo noviny, ze kterých si mohou cokoliv vyrobit. Klienti však neprojeví zájem, možná se báli a nevěděli. Do ničeho jsme je tedy netlačily a přešly tedy k aktivitě, která jim byla příjemnější. Jedna z nás vzala jeden předmět – cedník a začala vyprávět příběh: „Byl jednou jeden cedník a ten se rozhodl, že se vydá do světa ...“ Poté předala cedník klientovi vedle, který v příběhu pokračoval a následně opět po kruhu poslal cedník dále. Takto jsme pokračovali, až vznikl vtipný příběh. Klienti se u této aktivity velmi pobavili.

Na konec jsme opět zařadily relaxaci. Pustily jsme klientům příjemnou, pozitivní hudbu a nechaly jsme je, ať si představují, že jdou na nějaké divadelní představení. Jaká je tam atmosféra, s kým tam jsou, na jakém představení se ocitli. Následně jsme si zase o našich představách popovídali. Klienti byli velmi sdílní a velmi barvitě popisovali, na jaké představení se v myšlenkách přenesli.

Dnešní atmosféra byla také velmi příjemná. I přesto, že jsme byly trochu zklamané, že se klienti nechtěli pustit do tvorby nějakého malého představení. Bylo pro nás ale důležité, aby se klienti cítili pohodlně, proto jsme náš program uzpůsobily jejich potřebám. Příjemnou atmosféru určitě doplnil i perník, který jsme klientům donesly k zakousnutí.



4. Aktivizace – balení dárků, 26. 11. 2012

Aktivity: balení dárků 1 – výroba mašle, kokardy, balení do šátku

Vzhledem k tomu, že se nám blíží Vánoce, tak jsme si na dnešní, už čtvrté setkání jsme si připravily tematicky balení dárků. Jako první jsme naše klienty naučily vyrábět



jednoduchou čtyřkou mašli. Klientům jsme krůček po krůčku vysvětlovaly, jaký je přesný postup při její výrobě. Pro představu vkládáme i popis.

Postup při výrobě jednoduché mašle:

1. Podle velikosti mašle si ustříháme danou délku mašle, standardní velikost je asi 50 cm dlouhá stužka, kromě toho si ještě připravíme tenkou stužku (15–20 cm) a nebo si ji vytvoříme tak, že podélně roztrhneme tužkou tlustou (samozřejmě z jiné, než z té, co máme připravenou).
2. Stužku uchopíme do pravé ruky (leváci do levé, poté bude postup vázání zrcadlový) asi 10 cm od konce a vytvoříme očko (musíme dbát na to, aby stužka byla otočená tak, že konec, který držíme, směřuje dolů).
3. Poté vezmeme delší konec a shora přiložíme, čímž vytvoříme druhé očko (oba konce stuhy směřují dolů).
4. Stále pracujeme jen s delším koncem stuhy, který zesponu přiložíme jakoby do středu tvořící se mašle – máme tedy 2 očka vpravo a 1 vlevo, konec mašle směrem nahoru.
5. Zbytek delšího konce opět přiložíme shora do středu a tím vytvoříme poslední čtvrté očko – takže teď máme 4 očka a 2 konce směřující dolů.
6. Předposlední krok spočívá v tom, že prostředek mašle zmačkáme a okolo něj uvážeme tenkou stužku, uděláme dva suky, tak, aby nám mašle držela pohromadě.
7. Nakonec si mašli srovnáme, aby byla hezky pravidelná a konce mašle ustříháme šikmo tak, abychom vnitřní strany měli do špičky.

Někteří klienti zvládli mašli vyrobit hned napoprvé podle jednotlivých kroků. Někteří s tím měli trochu problém, především z důvodu oslabené jemné motoriky. Snažily jsme se všem maximálně pomoci a několikrát znovu vysvětlit jednotlivé kroky. Nakonec všichni zvládli mašli udělat a měli z toho opravdu radost. A mohli jsme se pustit do výroby další, už poněkud složitější mašle tzv. kokardy.

Postup při výrobě složité mašle (kokardy):

1. Nachystáme si celou stužku, odstříhávat ji budeme až poté, co provedeme bod č. 2 a také si nachystáme jako u jednoduché mašle kus tenké stužky (viz výše v bodě 1).
2. Stužku uchopíme tak, abychom konec měli v dlani a poté si kolem ní 6× stužku omotáme (podle toho, jak velká děláme oka, určujeme velikost kokardy).
3. Stužku ustříháme tak, abychom oba konce měli zhruba ve stejné úrovni, a v těchto místech kokardu uchopíme palcem a ukazováčkem a vznikne nám takové kolo.
4. Poté stužku přiložíme k sobě tak, aby nám vznikl tvar 8.
5. Tuto 8 uprostřed přeložíme konci k sobě a vytvoříme jakoby tvar srdíčka.

6. Poté uchopíme srdíčko na jeho špičaté části a opatrně sestříhneme rohy (je DŮLEŽITÉ, abyste měli ostré nůžky), nejlépe tak, aby nám uprostřed zbyl asi 1 mm stužky – **POZOR** nesmíte stužku prostříhnout!
7. Vezmeme si tenkou stužku a uprostřed (tam kde jste odstříhli rohy) stužku svážeme na 2 suky a pořádně utáhneme, vyjde nám opět jakoby tvar 8.
8. Stužku si uchopíme levou rukou za očko (vrchní část osmičky) a pravou zprostředka vytahujeme jednotlivá očka tak, že jedno očko jakoby zatočíme nahoru a jedno dolů (pak zase nahoru, dolů, nahoru dolů) až do té doby, než vytáhneme poslední.
9. Poté si stužku chytíme ta druhou stranu původní osmičky a opět ze středu vytahujeme očko po očku stejným způsobem.
10. Nakonec si najdeme konce tenké stužky, kterou jsme kokardu převazovali, aby nám držela, tyto dva konce jsou spodek kokardy, který by měl být plochý, aby se dal dobře přilepit na dáreček.
11. Podle toho si kokardu poupravíme, abychom ji měli trochu pravidelnou, a pak už jen stačí umístit na patřičný dáreček.

Během výroby této složitější mašle se k nám připojila i paní ergoterapeutka a zdravotní sestřička. Výroba kokardy nám dala docela zabrat. Je u ní potřeba jemnější práce než při výrobě čtyřoké mašle, ale nikdo z klientů se nevdával a všichni zaujatě postupovali podle jednotlivých kroků naší instruktáže.



5. Aktivizace – balení dárků 2, 3. 12. 2012

Aktivity: balení dárků 2 – zopakování výroby mašle, výroba sáčku, dekorace – rulička, motýl, harmonika, relaxace

Na začátku dnešní lekce jsme s klienty zopakovaly výrobu mašle. Mnoho z nich to již zapomnělo, ale mile nás překvapilo, že někteří si výrobu pamatovali a jen s malou pomocí jí zvládní vyrobit. Následně jsme klienty učily vyrobit si papírový sáček. Trochu jsme se bály, aby to pro ně nebylo složité či neměli problémy s jemnou motorikou, ale mile nás překvapili. Dokonce se k nám přidalo i několik lidí z personálu domova a vyráběli s námi.

Postup při výrobě sáčku:

1. Vezmeme kus balicího papíru, velikost podle toho, jak máme velký předmět (velikost odhadneme tak, že si daný kus papíru přeložíme napůl a změříme, zdali se nám do toho zhruba vejde, výsledný sáček bude přibližně stejně široký jako polovina papíru, který si připravíme).

2. Vezmeme si tedy papír a položíme si ho tak, že počítáme, že část, která je blíže u nás, bude dno.
3. Poté zahneme opět jednu stranu tak, jako jsme to dělali na začátku balení dárku a zahnutou stranu přeložíme přes tu nezahnutou zhruba v půlce délky spodní strany a celý překlad zalepíme lepicí páskou.
4. Dále ohneme spodní část papíru (dno) směrem nahoru, šířka závisí na velikosti papíru, tolik kolik jej ohnete, bude zhruba (o něco menší) velikost dna.
5. Tento ohnutý papír oddělíme od sebe (jeden k sobě, druhý od sebe) a na každém boku nám vznikne jakoby trojúhelník.
6. Spodní část papíru ohneme za půlku, kterou nám vytvářejí rohy sáčku, vrchní část zahneme asi 3 mm a poté ohneme a přiložíme na již ohnutou spodní část
7. Pak už jen stačí zalepit a sáček je hotový.

Sáček si každý mohl ozdobit svou mašlí, kterou si vyrobil na začátku lekce. Následně jsme klientům také ukázaly, jak si mohou svůj sáček dozdobit nebo například ozdobit zabalenou knihou. Všechny možnosti zdobení si každý vyzkoušel. Trénovali jsme ruličky, motýly a harmoniku. Na obrázcích můžete vidět, jak se dají ozdoby použít a vytvarovat:

- jeden konec harmoniky scvaknout a druhý nechat jako vějíř – buď trčet nahoru, nebo přehnout přes dárek,
- scvaknout harmoniku uprostřed a nechat 2 vějíře,
- scvaknout harmoniku uprostřed a konce přiložit k sobě a vytvořit tak vějířovité půlkolečko,
- scvaknout harmoniku v 1/3 a ohnout oba konce do půlkolečka (jedno bude menší, druhé větší),
- scvaknout harmoniku uprostřed a konce přiložit na obou stranách.

Další ozdoba jsou tzv. ruličky nebo kornoutky – ustrihnete se minimálně 5 cm široký kousek papíru (dlouhý podle toho, jak velký je dárek), poté ho smotáme do kornoutku a do kornoutové části vložíme ukazováček a motáme kornoutek tak dlouho, než se nám na jeho úzkém konci nevytvoří pěkná špička. Širší konec kornoutku poté šikmo sestříháme.

Klienty velmi zaujalo, když jim Petula říkala, kolik který výrobek stojí a kolik by zákazník zaplatil za takovéto balení. Došli jsme společně k názoru, že by se velice vyplatilo, aby si domov seniorů založil dárkovou balicí službu, protože všichni zvládali výrobu skvěle.



Na závěr bloku jsme si pustili hudbu, zavřeli oči a klientům jsme poskytly relaxaci v podobě imaginace, kdy si představovali zimu, sníh, zasněženou krajinu, jejich oblíbené místo a podobně. Poté jsme si o jejich zážitcích vyprávěli a navodily jsme vánoční atmosféru, která se nám pro příště bude velmi hodit.

6. Aktivizace – cukroví, 10. 12. 2012

Aktivita: perníčky, pečení, výroba vánočního svícnu

Dnešní den pokračoval ve stylu Vánoc. Dárky máme zabalené, mašličky vyrobené a už jen zbývá upéct a ozdobit perníčky. To k Vánocům neodmyslitelně patří. Setkání jsme zahájili tím, že jsme si pustili koledy, zaposlouchali se do krásných písní a nasávali příjemnou atmosféru. Jenže bez práce nejsou koláče. Proto bylo potřeba se pustit do výroby těsta, jeho vyválení a vykrajování tvarů z formiček. Na první pohled jednoduchá aktivita, avšak samotné vykrajování nám dalo zabrat. Menší obtíže působilo dostávání vykrojeného těsta z formičky a přenesení tohoto těsta na plech. Ale víc hlav víc ví a to stejné platí pro ruce. Víc rukou víc zvládne. Proto jsme společnými silami zvládli dát těsto na plech a ten do trouby.

Mezitím co se nám perníčky zbarvovaly dozlatova, jsme se pustili do výroby svícnu z jablíčka. Klienti měli k dispozici jablko, hřebíček, jehličí, rozinky, sušené meruňky a špejle s ostrou špičkou. Vzduchem už se line vůně perníčků a hřebíčků. K pravé vánoční atmosféře patří také zpěv koled.





7. Aktivizace – zdobení perníčků, 17. 12. 2012

Aktivity: zdobení upečených perníčků z minulého setkání, výroba přání

Čekala nás poslední lekce v domově seniorů a my jsme se snažily, aby byla co nej příjemnější a vše probíhalo v klidu. Na začátek jsme společně s klienty vyrobily polevu na zdobení perníčků, které jsme minulou hodinu pekli. Polevu jsme následně rozdělily do sáčků a každý měl možnost ozdobit mnoho perníčků. Až nás překvapilo, jak to všem šlo. Někteří klienti se zprvu bránili se slovy, že nikdy perníčky nezdobili a že to neumí. Přesvědčily jsme je, ať to alespoň na chvíli zkusí. Ve výsledku je to moc bavilo a nemohly jsme je od práce odtrhnout. Nazdobené perníčky jsme daly schnout a vyráběli jsme společně vánoční přáníčka. Původní plán byl vyrábět přání pomocí lepidla a různých druhů koření. Donesly jsme ale také vánoční papíry a další pomůcky (například větvičky ze stromu), takže si ve výsledku mohl každý udělat přání z čokoliv, co ho zaujalo a co se mu líbilo. Většina klientů tak měla na přání jak koření, tak krásné balicí papíry či další ozdoby. Dovnitř na závěr každý ještě připsal věnování někomu blízkému. Každý měl velkou radost, že si přání může nechat a někomu ho věnovat. Na žádost klientů jsme celou dobu během vyrábění a zdobení perníčků zpívali vánoční koledy. Vyprávěli jsme si také o Vánocích, svátcích, zvycích a celkově o tom, co nás za týden čeká. Na úplný závěr jsme společně zhodnotili průběh všech našich společných hodin, klienti nás velmi chválili a říkali, co se jim líbilo nejvíce. My jim za odměnu vyrobily diplom za účast, ze kterého všichni byli nadšení a velmi nám děkovali za vše, co jsme pro ně nachystaly.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Na začátku hodnocení bychom rády uvedly nějaké zásadní body, problémy či situace, se kterými jsme se potýkaly.

Cílová skupina

Z naší praxe jsme měly všechny na začátku docela strach, protože jsme nikdy ani jedna nepracovaly s touto cílovou skupinou. Zároveň jsme se ale na praxi i těšily, že poznáme něco nového a získáme další zkušenosti.

Změna struktury realizací

Před prvním setkáním jsme byly trochu nervózní z toho, že vůbec nevíme, do čeho jdeme a co můžeme očekávat. Po skončení setkání už jsme si alespoň vytvořily představu

o tom, s jakými seniory se budeme setkávat a podle toho jsme mohly tvořit náplň našich dalších setkání. Bylo nám jasné, že budeme muset náš plán trochu přehodnotit a naše aktivity pozměnit tak, aby to seniorům vyhovovalo a cítili se v nich příjemně.

Čas je relativní

Se změnou struktury lekcí také souvisí problém, se kterým jsme se potýkaly, a tím byl čas. Když jsme naplánovaly nějakou aktivitu, nešlo nám odhadnout, jak dlouho aktivita seniorům zabere. Často se nám stávalo, že aktivita, o které jsme si myslely, že se s ní budeme zaobírat dlouho, trvala ve skutečnosti krátce a naopak. Proto jsme radši vždycky měly v záloze nějakou aktivitu, kdyby náhodou zbyl čas.

Lavinový efekt

Když některému ze seniorů nějaká činnost nešla, začal říkat, že to dělat nebude, že to nezvládne nebo že to neumí. Občas se nám v těchto situacích stávalo, že najednou skoro všichni senioři začali říkat to samé. Naštěstí se nám téměř vždy podařilo, je zpátky do aktivity namotivovat. Ale byla to věc, které nám nebyla úplně příjemná.

Složení skupiny

V každé praxi velice záleží na složení dané cílové skupiny. Každý klient má jinou motivaci k tomu, aby se účastnil aktivit, které mu jsou nabízeny. Celkově můžeme říct, že naše skupina byla velmi příjemná a hlavně motivovaná něco dělat a chtít s námi trávit čas. Na jedno setkání nám však přišla jedna dáma, o které se v domově ví, že je celkově negativní a všechno hned kritizuje. I nám do programu mluvila a kritizovala, což bylo velmi nepříjemné. Pokud se objeví nějaký takový negativní článek ve skupině, je občas problematické v práci pokračovat. Paní ale asi po 20 minutách odešla, což bylo jak pro nás, tak i pro ostatní klienty docela ulehčující. Kromě této dámy byli ale všichni senioři jinak velmi příjemní.

Co se týče celkového zhodnocení, tak se nám praxe velmi líbila a zpětně ji vnímáme jako velmi přínosnou a také poučnou z hlediska, pro nás nové, cílové skupiny. Než jsme na praxi šly, spousta lidí nám říkalo, že se seniory je to stejné jako s dětmi, takže si máme představit, jako bychom pracovaly s nimi. Osobně na to, po absolvování praxe, máme jiný pohled. V určitých ohledech se tato práce může brát jako práce s dětmi, ale určitě ne celá. K seniorům bychom se měli chovat s úctou, což je podle našeho názoru základ. Je totiž také velmi zásadní, a jakým „vzorkem“ seniorů pracujete, a pokud to jsou senioři, kteří jsou naprosto v pořádku, co se například inteligence týče, nemůže s nimi člověk zacházet jako s malým dítětem. V té chvíli by to totiž senior mohl brát jako urážku. Je důležité si na to dát pozor a myslet na to, že pracujeme s člověkem minimálně o 2 generace starší a zkušenější než my a prožil toho za celý život mnohem více, než my. Takže úcta v této práci je nesmírně důležitý prvek. To je hlavní věc, kterou jsme se na praxi naučily a osvojily si jako novou zkušenost.

Myslíme, že jsme měly velké štěstí na zařízení, kde nám všichni vyšli vstříc, zejména paní ergoterapeutka Helena, která nám nechala naprosto volnou ruku. Praxi jsme měly možnost pojmout jakkoliv, nebyly jsme ničím limitované, což pro nás bylo velmi příjemné. Pracovaly jsme také v příjemném prostředí, které bylo pro klienty známé, a cítili se v něm dobře. Celková atmosféra byla také velmi příjemná a my jsme se snažily ji klientům

zpříjemnit ještě více tím, že jsme na každé setkání napekly nějaké dobroty, což klienti ocenili opravdu pozitivně. Jak už jsme podotkly výše, měly jsme i štěstí na složení klientů, kteří měli zájem s námi něco dělat, něco nového se naučit a strávit s námi pěkná odpoledne. Na konci každé lekce nám vždy poděkovali a byli na nás velmi milí.

Z praxe máme opravdu dobrý pocit a jsme rády, že jsme ji měly možnost absolvovat. Z teoretických poznatků si člověk udělá obrázek, jaká asi práce s touto či s jakoukoliv jinou cílovou skupinou, mlže být, ale nic nepřevyšuje to, když si člověk práci zkusí osobně. Byla to pro nás obrovská zkušenost a velmi si jí ceníme.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Výzkumné šetření 1

Cílem výzkumného šetření č. 1 je zjistit postoj pracovníků DS k jejich práci a důvody k tomuto zaměstnání. Formou dotazníků jsou zjišťovány informace týkající se vnímání své práce v DS, spokojenost/nespokojenost se svým povoláním, vztah s klienty a s kolegy a jejich motivace k práci s touto cílovou skupinou.

- Cílová skupina: zaměstnanci DS
- Počet respondentů: 7
- Věk: 25–43 let
- Délka práce v DS: 3 měsíce – 4 roky
- Pohlaví: ženy
- Dotazníky

Dotazník:

Jste: žena / muž

Kolik Vám je let?

Jak dlouho pracujete v domově seniorů a jaká je Vaše pracovní pozice?

Jak dlouho pracujete v pomáhajících profesích?

Byl váš sen mít jiné povolání? Jaké? Proč?

Jaká byla Vaše motivace jít pracovat do tohoto druhu zařízení?

Jaký vidíte smysl v práci se seniory?

S jakými překážkami se při této práci potýkáte?

Co byste v tomto domově seniorů změnil/a?

Do jaké míry jste s Vaším zaměstnáním spokojený/á?

Jaká činnost je podle Vašeho názoru při práci se seniory neefektivnější?

Co Vás na Vaší práci baví?

Co Vám naopak vadí?

Jaké máte vztahy s kolegy?

Jaký je Váš vztah k seniorům?

Jak na Vaší práci senioři reagují?

Výsledky šetření:

Z výše uvedeného výzkumu vyplynulo, že motivační pracovníků v domově pro seniory je jejich kladný vztah právě k seniorům, možnost seberealizace a pomoci druhým, ale i zvědavost a určitý druh výzvy. Svůj vztah k cílové skupině popisují všichni respondenti jako kladný a pozitivní. Smysl svojí práce spatřují v aktivizaci seniorů, v napomáhání zlepšení kvality života klientů. Snaží se pomáhat prožít seniorům důstojně jejich stáří a obohatit jejich život. Na jejich práci je baví rozmanitost a pestrost, s kterou se ve své práci setkávají. Jsou však nespokojeni s výší svého platu, ze stereotypní práce a hlavně s papírováním. Jejich práci jim také znepríjemňují vyhořelí kolegové. V práci se seniory je také velmi těžké se vyrovnávat se zdravotním stavem seniorů a smrtí. Jako největší překážky vnímají zaměstnanci domovu pro seniory strach ze ztráty zaměstnání a ze syndromu vyhoření. Ale samozřejmě také vnímají jako překážku právě zdravotní stav klientů.

Výzkumné šetření č. 2

Cílem výzkumného šetření č. 2 je zjistit, jaký mají mladí lidé vztah k seniorům, stáří a domovům pro seniory. Získaná data formou strukturovaných rozhovorů se zaměřují na sexualitu seniorů, domovy seniorů, chování vůči seniorům a pohled na stáří.

- Cílová skupina: mladí lidé
- Počet respondentů: 15
- Věk: 22–26
- Zaměstnání: 6 pracujících + 9 studentů
- Pohlaví: 8 žen + 7 mužů

Výsledky šetření:

Jako výsledky šetření zde uvádíme „kategorie“, které vznikly na základě výpovědí respondentů. Jednotlivé „kategorie“ obsahují vybrané výroky tázaných.

Kategorie Senior

- „Protivnej, starej nespokojenej člověk, nakupuje to, co je nejlevnější...“
- „Dědeček a babička.“
- „Nasranej dědek v buse, tlačící se osoba v Kauflandu.“
- „Starý člověk.“
- „Univerzita třetího věku.“
- „Důchodce.“

Kategorie Domovy seniorů

- „Celkově pobytové sociální služby pro seniory považují za zbytečně přetěžované a zneužívané...“
- „Jestliže senior nemá nikoho, kdo by se o něj postaral, tak se mi domov seniorů zdá jako dobré řešení!“
- „Úžasná věc, pokud má člověk radost do života, tak si to tam dokáže užít.“

Kategorie Problémy seniorů

- „Absence sociálních vztahů, sociální vyloučení, zdravotní problémy, psychické problémy pramenící jak ve zdravotních, tak i v sociálních problémech...“
- „Ztráta blízkých, nezáměr rodiny a okolí, nesoběstačnost.“

- „Nedostatek úcty mladších generací...“
- „Vyžít s financema.“

Kategorie Chování k seniorům

- „Chovám se k nim někdy až moc uctivě.“
- „S úctou, rád z nich čerpám jejich zkušenosti.“
- „Snad slušně, i když mě můžou i štvát.“
- „Poslouchám...“

Kategorie Vztah ke stáří

- „Už se na to těším, jestli se toho dožiju.“
- „Zatím nepředstavitelný.“
- „Kladný v tom, že se těším, až budu mít svoje volno a budu si moct užívat a těšit se z maličkostí a vnoučat. A záporný to, že nebudu už moct běhat a budu vědět, že tohle je moje poslední fáze života ...“
- „Respekt.“

Kategorie Sexualita seniorů

- „Každej jak se cítí, hlavně ať do toho netahají mě.“
- „Čím dýl tím líp, já bych chtěl taky souložit jako starej.“
- „Právě jsem se poblil. Nevím a neumím si to představit.“
- „Dokud to jde, ať si užívají!“
- „Čím jsem starší, je pro mě lehčí si připustit, že i senior má sexualitu.“

Kategorie U3V

- „Nevím.“
- „Já znám jenom V3S.“
- „U3V jsou dvě písmenka a mezi nima číslo.“
- „Zprostředkovává vzdělávání seniorům, jak obvykle formou zájmových přednášek apod., tak i regulérních programů v délce trvání minimálně jednoho semestru.“

Kategorie Univerzita třetího věku

- „Už jsem o tom říkala i mamče, sice jí je 46, ale už se na to moc těší.“
- „Myslím, že výborný nápad. Možnost starších lidí vzdělávat se, chodit mezi lidi a určitým způsobem se realizovat. Ideální věc pro lidi, kteří mají vzdělání vysoko v žebříčku hodnot.“
- „To je U3V!“

Přepis strukturovaných rozhovorů

1. Jste...?

žena / muž

2. Kolik Vám je let?

I – 25, muž

D – 26, muž

O – 26, muž
D – 23, muž
K – 23, žena
G – 23, žena
T – 24, žena
K2 – 24, žena
Tá – 24, žena
Z – 24, muž
M – 36, muž
G – 25, žena
Ká – 22, žena
B – 24, žena
P – 26, muž

3. Co se Vám vybaví když se řekne senior?

I – Protivnej, starej nespokojenej člověk, nakupuje to, co je nejlevnější a to co je hnus, je to stereotyp, ale prostě to je moje představa.

D – Dědeček a babička.

O – Důchodce.

D – Nasranej dědek v buse, tlačící se osoba v Kauflandu.

K – Spokojenost, stáří, dědeček.

G – Univerzita třetího věku.

T – Starý člověk.

K2 – Starý člověk, člověk, na němž jsou znát fyzické i biologické změny.

Tá – Stáří, vnoučata, volný čas na své koníčky, nemoc, U3V, samota, nemohoucnost.

Z – Člověk v důchodovém věku.

M – Starší člověk, v důchodovém věku.

G – Starší člověk.

Ká – Moje prababička.

B – Starší člověk, většinou v důchodovém věku.

P – Starší člověk, v důchodu.

4. Kdy se člověk stává starým? V kolika letech?

I – Po 70.

D – Po 70.

O – Podle mě nezáleží na letech ale na mentální fyzice, někdo může být starej ve 30, někdo v 50 a někdo až v 90.

D – Starej? Nevím, ve 40 ...

K – Až se na to cítí ... Kolem 65 ...

G – Když jde do důchodu, když opouští své aktivní zaměstnání.

T – To je individuální, někdo je starý už v 50, jiný až v 70, záleží na tom, jak je člověk vitální.

K2 – Těžko určit, záleží jedinec od jedince, dříve se uváděla hranice odchodu do důchodu, ale to je obtížné specifikovat, nejčastěji se lze setkat s hranicí 65 let (např. ČSÚ) a 60 let (WHO). Podle nějakého výzkumu se lidé, které my již označujeme za seniory (staré, důchodce ...) cítí jako staří v průměru kolem 75 let, což ukazuje na individualitu procesu stárnutí.

Tá – 65.

Z – Tak je to individuální, ale když mám říct číslo, tak 65.

M – Záleží částečně na zdravotním stavu a prostředí, kde člověk žije. Po 70.

G – V 50 nebo v 60, jak kdo.

Ká – Když ho začnou pouštět lidé v autobuse sednout (a není těhotná) na roky – 70.

B – Při odchodu do důchodu, v 60–65 letech.

P – To je dost subjektivní věc, člověk je starý, když se tak začne cítit. Ale já bych řekl, že opravdu starý je člověk v tu chvíli, když ho věk začne již poměrně hodně omezovat. Tu hranici bych viděl tak kolem sedmdesátého roku.

5. Jaký názor máte na domovy seniorů?

I – V pořádku, jsou dobrý, člověk tam má zábavu a věkově a myšlenkově stejný lidi k sobě, je lepší než když je izolovanej sám doma, protože doma se nudí a takhle se může potkat i někde jinde.

D – Špatně, nesouhlasím, má to hlubší podtext, systém by měl být nastavený tak, že dřív to bylo tak, že všichni byli v jednom domě a vzájemně se o sebe starali. Teď máme systém, kdy senioři jsou mimo svoji rodinu. Stát jakoby přebírá zodpovědnost před rodinou.

O – Podle mě je to dobrá věc.

D – Proč ne? :)

K – Pokud jim tam je líp, tak proč ne ... Určitě uvítají na stáří, aby bylo o ně postaráno, když už jsou sami nemohoucí. A rodina se o ně nemůže postarat ...

G – Že někdy není jiná možnost – nabízí péči a zázemí.

T – Kladný, myslím, že tam staří lidé mohou být v kontaktu s podobnými, zároveň mají potřebnou péči, doma jsou často sami a opuštění a kdyby se jim něco stalo, tak se o tom třeba pár dní ani nikdo nedozví. v domově si mohou povídat s ostatními, nemusí se starat o vaření a praní, které už je pro ně často příliš náročné.

K2 – Spíše negativní – jistě že člověk se může dostat do situace, kdy nemá jinou možnost, ale celkově pobytové soc. služby pro seniory považují za zbytečně přetěžované a zneužívané, současně však podle mého názoru česká sociální politika / sociální práce neposkytuje dostatečné alternativy.

Tá – Jestliže senior nemá nikoho, kdo by se o něj postaral, tak se mi domov seniorů zdá jako dobré řešení. Jen doufám, že otřesné případy, kdy se k seniorům nechovali pečovateli v domovech seniorů dobře, jsou skutečně výjimkou.

Z – Pozitivní, pokud je kvalitní a pokud člověk nemá kvalitní zázemí doma – byl by sám, není schopen se o všechno sám postarat. Nabízí seniorům možnost sociální interakce, péče, trávení volného času ...

M – Rozhodně dobrá věc. Ne vždy je možné soužití seniora / seniorů s rodinou, v tom případě je domov z hlediska péče i prostředí přibližně stejně starých lidí určitě velmi vhodný.

G – Úžasná věc, pokud má člověk radost do života, tak si to tam dokáže užít.

Ká – Dobré řešení pro lidi, kteří se o sebe již nedokážou postarat a nemůže se o ně postarat rodina.

B – Rozhodně jsem pro, aby tyto domovy vznikaly a nadále poskytovaly důstojné místo, kde mohou staří lidé dožít. Ze zkušenosti ale vím, že jsou poměrně drahé a ne vždy jsou nabízené služby odpovídající ceně. Určitě by nemělo jít o styl ubytoven, kde na jednom pokoji je 5 lidí, ale spíše o místo, kde každý zákazník má svůj pokoj, své místo pro odpočinek a soukromí, a kde je společný prostor na setkávání se. Nemělo by ani chybět lékařské zázemí, hlavně vyškolené sestry, které pomáhají s hygienou a třeba i rehabilitací. Pokud by domov splňoval výše zmíněné body, nevadilo by mi zaplatit i vyšší cenu, ale samozřejmě přiměřenou tak, abych byla schopná uživit i sebe a svoji rodinu, tedy nijak extrémně navýšenou. Jinými slovy, nevádí mi připlatit si za hezké prostředí a hlavně profesionalitu, zejména v oblasti lékařského zájemí a přístupu. Sama o umístění rodičů nebo prarodičů do takového domova budu uvažovat až pokud to bude nezbytně nutné z důvodu nemožnosti se o ně postarat (z důvodu mé pracovní vytíženosti nebo proto, že nebudu vědět jak). Jinak je rozhodnutí, jestli odejít nebo neodejít do domova a starat se o sebe dál sám (a s pomocí rodiny) na onom člověku a přístupu jeho rodiny.

P – Pozitivní, pokud domov dobře funguje, dává seniorům možnost realizovat se i v pokročilém věku a je tam o ně samozřejmě dobře postaráno. Na druhou stranu prožít sklonek života s rodinou je určitě pro seniora lepší, ne vždy je ale tahle možnost reálná.

6. A když člověk nemá rodinu?

I – Je to super.

D – Je dobře, že stát něco takového dělá a je dobře, že vytváří prostředí pro to, aby tam senioři mohli být. Ale ten účinek přesahuje to, že tam jsou lidé i takoví, kteří by tam vůbec nemuseli být.

K – Tak líp pro něj, když je v domově s ostatními seniory. Nová přátelství atd. Člověk na sklonku života aspoň není sám ...

G – Když člověk nemá rodinu, tak má aspoň přátele v podobné situaci.

K2 – Absence rodiny nemusí být dostatečným argumentem pro využití pobytové služby, samozřejmě to je někdy nutné, ale myslím, že ideálem by měla být existence širší nabídky ambulantních a terénních služeb, eventuálně dobrovolnické služby v komunitě, kdy by byly pobytové služby využívány v krajních případech.

Tá – Tak doufám, že má alespoň hodně přátel.

Z – Pokud by měl být doma sám a trápit se, tak určitě domov.

M – viz předchozí otázka

Ká – Pak si myslím, že je to ideální kandidát na život v domově pro seniory.

B – V tomto případě patrně opět rozhoduje stav finančního zajištění onoho člověka. Ale i v negativním případě by se mělo o staré lidi postarat, ať by to mělo na starosti město nebo sociální oddělení. Napadá mě nějaký směnný systém – výměna pobytu v domově za obydlí, ve kterém tento člověk pobývá. Ale věřím, že i toto by přinášelo mnohá úskalí. Finanční zajištění je asi největším problémem. Z průměrného důchodu se domov nezaplatí a když, tak nějaký, řeknu-li podprůměrný z mého pohledu, tedy s nižším standardem (viz. *minulá otázka*).

P – Když člověk nemá rodinu a nemůže se sám o sebe pořádně postarat, tak opět pozitivně.

7. Kde by podle vás měl senior dožít?

I – Tam kde chce, kde osud dovolí.

D – Ideálně doma s rodinou, ale pokud to okolnosti neumožňují, tak kdekoliv, kde to pro něho bude důstojné.

O – Asi v rodinném prostředí, pokud svojí umíněností neprudí ostatní členy rodiny. a asi by se měl stýkat s vrstevníky ale taky s mladšíma. protože když se senior dlouho schází s mladejma, tak zůstane dýl v mentální kondici.

D – Ve svém domově.

K – Buď se svou rodinou, která ho chce či někde, kde se o něho dobře postarají. Mělo by to být jeho rozhodnutí a být tam, kde mu je samotnému dobře. Ale pokud už je „mimo“, tak asi v domově pro důchodce, kde je speciální péče a jsou na to vybavení.

G – Nejlépe asi ve svém bydlišti, ve známém prostředí, ne sám

T – Tam, kde je mu to příjemné. Pokud je senior stále soběstačný a vyhovuje mu, že žije sám, tak ať tak žije. Pokud je odkázán na péči ostatních a nemá rodinu, která by se o něj postarala, zdá se mi domov jako vhodné řešení.

K2 – Kde si přeje.

Tá – Mělo by mu být umožněno dožít kdekoli, kde bude chtít. Já osobně bych chtěla dožít doma.

Z – Tam, kde se cítí příjemně, ať už doma či v domově.

M – Tam, kde se bude cítit dobře a bude o něj dobře postaráno. Ať už v rodině, domově, nebo nějakém ústavu.

G – Mezi svými nejbližšími.

Ká – Myslím, že lidem je nejlépe ve vlastním bytě, kde zestárlí.

B – Pokud je to jen možné, v kruhu své rodiny. Pokud potřebuje nadstandardní péči, pak v nějakém domově s požadovanou lékařskou péčí. Ale určitě spíše v takovémto domově než v nemocnici, kde je to neosobní, většina lidí z nich má strach a i přístup personálu je méně přátelský, jelikož tam mají mnoho pacientů.

P – Nejlépe s rodinou, ale jak jsem řekl, ne vždy to jde.

8. Jaké jsou podle vás problémy pro seniory?

I – Malej důchod, velký ceny, poplatek za doktora, za komunistů bylo líp – standardní klíšé, já to těm mladejm vůbec nezávidím.

- D – Letáky, ceny, porovnání,, zasraná mládež, ta doba je těžká, těm mladěm to nezávidím.
- O – Asi zdravotní stav a psychika je špatná, nevím co si ty lidi myslej ... na jednu stranu asi chvíli odpočívaj od práce, ale pak si říkaj co bude dál?? Těžko se stanovujou podle mě nějaký další cíle ...
- D – Nízký důchody, to je jediný, co mě napadá, protože jinak by byli v pohodě, z důchodu se totiž nedá vyžít.
- K – Pokud je člověk nemocný, nemohoucí, tak už jen třeba sejít ze schodu může být pro ně činnost dne. Pokud se třeba pak jedná o to, aby se dostal do doma důchodců, tak si musí počkat na čekací listině. Mraky důchodců, málo místa v domech ...
- G – Mají pocit, že rodině překáží.
- T – Už si nemusí zvládnou sami navařit, vyprat, uklidit. V zimě si třeba nezvládnou ani dojít na nákup. Je toho spousta.
- K2 – Absence sociálních vztahů, soc. vyloučení, zdravotní problémy, psychické problémy pramenící jak ve zdravotních, tak i v sociálních problémech, často se mohou setkávat s fyzickými překážkami – vysoké schody, autobusy, ... ztráta blízkých, nezáměr rodiny a okolí, nesoběstačnost.
- Tá – Nemoci, samota.
- Z – Někteří mohou být nepříjemní. Značná část z nich volí komunisty.
- M – Moc otázce nerozumím.
- G – Vyžít s financema.
- Ká – Nedostatek úcty mladších generací, přizpůsobování se čemukoliv, schody, pohyb po městě v zimě ...
- B – Z vlastního okolí vidím problém s finanční podporou. Není dostačující na pohodlné dožití, kdy se musí platit nájem bytu, teplo, elektřina, voda, jídlo a další služby. Pořád se musí hlídat výdaje, aby se vyšlo s těmi penězi, které se dostanou od státu, mnohdy se musí sáhnout i do úspor. Pak jde o dostupnost některých úřadů a míst pro lidi s menší pohyblivostí. Málo laviček na odpočinek na frekventovaných ulicích, kde většina takových institucí sídlí. Určitě časté změny, ať už v cenách, platech, vyhláškách, atd. Je to matoucí, mnohdy špatně vysvětlené a mnohdy není kam se obrátit o pomoc či informace.
- P – Všelijaké problémy se zdravím jsou asi problémem největším, řekl bych, že dalším velkým problémem je nedostatek financí.
- 9. Jaký máte zážitek se seniory?**
- I – Já nevím, dobrej, moje babička a děda jsou dobří, ale jiní mě štvou ...v šalině a tak, jednou na mě řval nějaký pán, že to místo, kde sedím, je jeho, protože je jeho ...ostatní lidi kolem se s ním začali hádat, co si tady dovoluje.
- D – Optimistické, můj děda je samej vtípek.
- O – Záleží na člověku, někteří senioři jsou plní optimismu a životních zkušeností, takže s nima je legrace a člověk jim závidí, no a pak jsou na druhou stranu senioři naštvaní, protivní a panovační no a to je právě to o čem jsem psal v předchozí odpovědi, ti už jsou na tom špatně psychicky.
- D – Nevím, většinou nějaký žranice a chlastačky, rodinný oslavy.

K – Znáám je přímo z domova důchodců a jsou vždy usměvaví :)

G – Často mě oslovují na zastávce ... je vidět, že si chtějí povídat.

T – Moji prarodiče bydlí ve velkém bytě v Brně, ale už si tam nevládnou sami uklidit, neperou si, neluxují, je tam špína, ale nenechají si to vysvětlit a nechtějí od nikoho pomoci.

K2 – Těch by bylo :-) nejradši mám zážitky, když se setkávám s aktivními seniory, kteří jsou samostatní, akční a občas aktivnější než naše generace :) ale na druhou stranu, potkávat bandy aktivních seniorů v dopravních prostředcích, jak jedou na výlety a jsou „rozverní“ jako pubertální slečny, taky není úplně super :)

Tá – Jak s kterými – s některými dobré, s některými špatné. Teď se mi vybavují spíš ty špatné – netolerance a blbé řeči vůči mladým lidem, častá náladovost.

Z – Zážitků mám mnoho. S rodinou pozitivní. Naše paní domácí na bytě v Brně byla velmi nepříjemná, drzá a vlezlá, tak to člověka brzy začne štvať.

M – Osobně skoro žádný. Tedy žádný osobní.

G – Pokud s nima máte možnost delší dobu si popovídat, tak je začnete obdivovat.

Ká – Mám mnoho a různé ... Poslední byl asi stopadesátiletý dědeček, který energicky vtrhl do knihkupectví s běžkama v ruce a povídal něco o tom, jak bylo na Jizerce krásně. :)

B – (*viz minulá otázka*) Dále s jednou z mých 2 babiček bydlím. Je vidět, jaký rozdíl je v bydlení ve velkém a menším městě pouze z důchodového platu. Také mám zkušenost se staráním se o těžce nemocného seniora, které vyžadovalo pomoc od vyškolené zdravotní sestry.

P – Obecně v ČR spíš negativní, většinou jsou dost obhroublí (v nákupních centrech, MHD).

10. Snažíte se nějak seniorům pomáhat? Jak?

I – Já jo, nabízím jim, že jim vynesu věci do schodů.

D – Paní se porouchal vozík, tak jsem jí ho donesl až domů, ale málem mi přejeli psa ... našťestí v pořádku, paní byla moc ráda.

O – Nesnažím, mám svých starostí dost.

D – Asi ani ne, nijak aktivně.

K – Běžné věci – uvolnit místo v MHD, zeptat se, jestli nepotřebují s něčím pomoci, atd.

G – Snažím se je vždy pustit sednout v dopravě.

T – Momentálně se asi více zajímám o jiné věci, než je pomoc seniorům.

K2 – Od klasiky od uvolnění míst v MHD, některým sousedům občas nošení nákupů, ... ideálně bych se chtěla věnovat i organizování vzdělávacích aktivit pro seniory.

Tá – Když mám možnost tak jim pomůžu – většinou uvolněním místa v dopravním prostředku.

Z – V rámci slušnosti – pustit sednout, podržet dveře, pomoci s nákupem ...

M – Pokud bych se v nějaké situaci ocitl, tak rád pomohu, ale sám nic osobně nevyhledávám.

G – Snažím se je vyslechnout a povídat si s nimi.

Ká – Myslím, že míň, než bych mohla. Podržím dveře, přečtu, kdy jede jejich autobus, na otázku neodsekávám, pouštím sednout v autobuse.

B – Samozřejmě pomáhám své rodině. Co se týče pomoci jiným, tak ne, neberu-li dobré chování, kdy pouštím staré lidi sednout si v tramvaji či autobusu nebo menší výpomoci v obchodech nebo na ulicích.

P – Ne.

11. Jak bychom se měli k seniorům chovat?

I – To je případ od případu, jak se do lesa volá, tak se zl lesa ozývá.

D – Choval bych se uctivě, jsou to lidé, co mají životní zkušenost, ale někdy se sami chovají neuctivě.

O – Tak jak si zaslouží v podstatě stejně jako se chovají oni k nám ...

D – S úctou, to hovoří za vše.

K – Tak, jak bychom chtěli, aby se k nám pak chovala další generace ... Taky jednou budeme staří :)

G – Normálně, jako k dospělým lidem.

T – To nedokážu říct obecně. Asi s úctou, pokud si ji zaslouží.

K2 – Slušně, jako ke všem.

Tá – S úctou.

Z – Slušně, s úctou.

M – Ohleduplně. I když to ne vždycky jde.

G – S úctou a pochopením.

Ká – Myslím, že bychom je měli více poslouchat, chovat se uctivěji (minimálně slušně) – přece jen bez alespoň části z nich, bychom tu nebyli.

B – Tak jako k lidem, nejsou nijak méněcenní! Pomáhat jim, neobohacovat se na nich, nešikanovat je.

P – Tak měli bychom jim život usnadňovat v situacích, které už nejsou schopni sami zvládnout, když potřebují pomoc, tak pomoci ...

12. Jak se k nim chováte vy?

I – Chovám se k nim někdy až moc uctivě.

D – Solidně a s úctou.

O – To je prakticky ta samá odpověď, viz výše.

D – S úctou, rád z nich čerpám jejich zkušenosti.

K – Viz otázka výš.

G – Poslouchám ... nemáme tak častý kontakt.

T – V zásadě se chovám ke všem lidem s úctou, pokud mi nijak neublíží, takže i k seniorům. Ale pokud se do mě bezdůvodně pustí nějaká dědula v šalině, abych mu uvolnila místo, když je jinak celá šalina prázdná, a je na mě sprostěj, no tak vyhovím mu, protože nechci vyvolávat konflikty, ale rozhodně se u toho na něj nebudu mile usmívat. Neumím

se moc přetvařovat, mám svých starostí dost a nestojím o to, aby mi nadával ještě někdo další.

K2 – Snad slušně, i když mě můžou i štvát.

Tá – Snažím se k nim chovat s úctou.

Z – Věřím, že slušně a s úctou.

M – S citem.

G – S pochopením a úctou.

Ká – Slušně a pokud nemám vyloženě blbou náladu, mile.

B – Podle minulé odpovědi.

P – Já se seniory do styku moc nepřicházím, ale třeba v MHD je pro mě samozřejmostí pustit sednout.

13. V jakém případě byste dal svoje rodiče do domova seniorů? Proč?

I – Je to otázka životní situace a záleží to na tom, jak na tom rodiče a prarodiče jsouněkdo je aktivní a někdo ne Taky hodně záleží na finanční situaci Já si dokážu představit, že bych to udělal, protože si neumím představit to, že budu někde bydlet s přítelkyní, ženou a máma bude třeba bydlet s náma a bude mi kecat do mého života a budem z toho oba nervózní, tak by bylo lepší, aby byla v domově než doma. Tam bude mít aspoň svoji věkovou skupinu.

D – Jedině v případě, že by to sami chtěli, jinak si to nedokážu představit.

O – Na to je těžké odpovědět lidově se říká že dát rodiče do důchodáku je to samý jako se jich chtít zbavit ...ale podle toho cos mi vyprávěla ty, tak to je přesně naopak no, tak si spíš myslím, že je to o nedostatečné informovanosti co se týče služeb domovů důchodců ...

D – V případě, že by nebyli soběstační, ať už by se jednalo o nějaký tělesný nebo duševní postižení.

K – Pokud by byli už oba dva nemohoucí a my bychom se o ně postarat nemohli ... Ale jak znám naše, tak se o sebe postarají sami a nebo by šli do domova sami. Až na tatku, ten všechno bojkotuje, ten prej jednou umře „zdravý“ :)

G – V případě zdravotního stavu, ve kterém bych se už o ně nedokázala postarat.

T – O tom jsem nikdy nepřemýšlela, spíš o prarodičích. Výdaje za byt už nemohou utáhnout, mají tam nepořádek, chodí špinaví atd. Myslím si, že by pro ně bylo pohodlnější žít v domově, na to by ale oni nikdy nepřistoupili, jsou na to moc hrdí.

K2 – Doufám, že taková situace nenastanenedokážu si nic představit.

Tá – Kdybych se o ně sama nemohla postarat, nebo kdyby si to sami vyžádali.

Z – V případě, že by si to přáli. Když by o ně nebyl nikdo z příbuzných schopen se postarat, hlavně co se týče třeba lékařské péče, trávení volného času.

M – Jedině v případě, kdybych se o ně neměl šanci postarat, třeba z finančních, nebo vážných osobních důvodů.

G – Pokud bych věděla, že je to pro naše společné dobro.

Ká – Tuto situaci si moc nedokážu představit. Myslím, že bych k tomu přistoupila v situaci, kdy bych se o ně z nějakého důvodu nedokázala postarat (pokud bych byla samoživitelka se 3 dětmi, případně pokud by potřebovali speciální péči a já ji neuměla zajistit).

B – Jak už jsem uvedla v jedné z minulých otázek, pouze v případě nemohoucnosti se o ně starat a v případě, že bych věděla, že se o ně v domově postarají lépe, než bych to uměla já. Tedy hlavně v případě vyžadování lékařské péče.

P – Kdyby sami chtěli. Kdybych neměl čas se o ně starat nebo kdybych pro ně doma neměl vůbec prostor a jejich přítomnost by silně negativně ovlivňovala fungování mé stávající rodiny.

14. Jaký máte vztah ke stáří?

I – To je strašně těžký, široký pojem.

D – Uctivý.

O – V téhle životní fázi z něj mam strach, protože vůbec nevím co bude za rok, nehledě za padesát let ... spíš to vidím, že to bude velké průser, co se týče zdravotního stavu a nějaký podpory od kohokoliv.

D – Už se na to těším, esí se toho dožiju.

K – Kladný i záporný. Kladný v tom, že se těším, až budu mít svoje „volno“ a budu si moct užívat a těšit se z maličností a vnoučat :) A záporný to, že nebudu už moct běhat a budu vědět, že tohle je moje poslední fáze života ...

G – Zatím nepředstavitelný.

T – Nijak výjimečný, mám ráda člověka za to, jaký je, ne kolik je mu let.

K2 – Je to součást života, nikdo by se mu podle mě neměl moc poddávat a brát ho příliš vážně.

Tá – Vcelku kladný, i když se bojím stárnutí a smrti.

Z – Jednou to přijde na všechny, takže asi neutrální.

M – Snažím se, aby byl dobrý.

G – S pochopením kladný.

Ká – Respekt.

B – Těším se na něj :) Ráda poslouchám vyprávění svých babiček, jaké to bylo, když byly mladé a co všechno prožily. Těším se, že budu moct takto vyprávět příběhy já. A doufáme, že budu moct pomoci s hlídáním svých vnoučátek jako správná babička.

P – Osobně se na ně netěším, hlavně kvůli zdravotním potížím, které určitě nastanou, člověk už má taky celý život za sebou, což je trochu smutné. Ale zas ve stáří se na to asi budu dívat zase trochu jinak. :-)

15. Jaký máte postoj k sexualitě seniorů?

I – Každý jak se cítí, hlavně ať do toho netahají mě.

D – Pozitivní, čím dýl tím líp, já bych chtěl taky souložit jako starej. Je divný, když senioři nemají společnou postel a spí odděleně.

O – Právě jsem se poblíl :-D Nevím a neumím si to představit.

D – Haha :-D nevím no, chce se mi blít, je to nechutný, ale je to jejich věc, když je to baví, ať to dělaj jak moc chcou.

K – Dokud to jde, ať si užívají! :-)

G – Nepřemýšlela jsem o tom ...takže předpokládám, že už je minimální.

T – Opět otázka, nad kterou jsem nikdy nepřemýšlela. Ale pokud tím neobtěžují ostatní, tak je to jejich věc. Nelíbí se mi dvojice vyjadřující si sexuální náklonnost na veřejnosti, to ale platí o všech věkových skupinách. Co dělají doma, je jejich věc.

K2 – Existuje, ať si ji užívají dokud můžou.

Tá – Dříve nepředstavitelné, že by senioři mohli mít sex. Čím jsem starší, je pro mě lehčí si připustit, že i senior má sexualitu.

Z – Když můžou, tak ať se baví :)

M – Rozhodně pozitivní.

G – Je to hezké, když to jde.

Ká – Nemám o ní informace, tedy ani žádný postoj.

B – Jaký bych měla mít? Jestli schvaluji, aby i senioři měli partnery, vztahy a sexuální život? Samozřejmě! Jsou to lidé stejně tak jako já, moji vrstevníci či vrstevníci mých rodičů! Nevidím žádný důvod, proč by měli být omezováni. Snad jen ze zdravotních důvodů a to je na rozhodnutí onoho seniora.

P – No když na to fyzicky maj, tak proč ne:-)

16. Co je to U3V?

I – Nevím, já znám jenom V3S.

D – Ty vole, nevím to.

O – U3V jsou dvě písmenka a mezi nima číslo. Kdyby to bylo třeba U3N tak bych si představoval, že napsala nějaká babka dědkovi vzkaz, aby utřel nádobí ...

D – Ty vole, nevím, co to je?

K – Univerzita třetího věku – studují „pro radost“ :) Obdivuju je, že jdou do toho a nechtějí zakrňt.

G – Nevím.

T – Nevím.

K2 – Univerzita třetího věku, zprostředkovává vzdělávání seniorům (tedy seniorům – často lidem již od 50 let), jak obvykle formou zájmových přednášek apod., tak i regulérních programů v délce trvání min. 1 semestru.

Tá – Univerzita třetího věku.

Z – Univerzita třetího věku.

M – Díky níže položené otázce už vím. Ale co to znamená nevím. Znáám VS3.

G – Nevím.

Ká – Nevím.

B – Nevím.

P – Nevím.

17. Co je univerzita třetího věku?

I – Populární forma vzdělávání, aby se senioři cítili dobře.

O – To je U3V! Univerzita třetího věku je podle mě univerzita, která se zaměřuje na vzdělávání dospělých ... ale jak dlouho trvá a tak, to nevím.

K – Je pro seniory, kteří se chtějí dál vzdělávat. Myslím, že pak dostanou jen takový diplom, že to absolvovali ... Už jsem o tom říkala i mamče, sice jí je 46, ale už se na to moc těší :)

G – Doplnkové studium pro seniory.

T – Asi systém vzdělávání pro seniory.

K2 – Viz výše.

Tá – Univerzita pro seniory.

Z – Prostor, kde se mohou senioři dozvídat nové věci, setkávat se. Využívat nabídky různých kurzů, přednášek ...

M – Nevím. Můžu si to někde vyhledat, což udělám, ale psát to sem pak nebudu :) /// Nějaké školící zařízení pro seniory, předpokládám.

G – Úžasná záležitost pro ty, co chtějí vědět víc a tím pádem nezestárnou.

Ká – Myslím, že výborný nápad. Možnost starších lidí vzdělávat se, chodit mezi lidi a určitým způsobem se realizovat. Ideální věc pro lidi, kteří mají vzdělání vysoko v žebříčku hodnot.

B – Patrně jde o onu zkratku z minulé otázky. Jde o vzdělávací program zaměřený pro seniory. Není povinný.

P – Řekl bych, že vzdělávací instituce pro seniory.

LDN-ka má smysl

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Jana Hladíková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Nemocnice Valtice, Léčebna dlouhodobě nemocných Valtice

Klášterní 4, 691 42 Valtice

Nemocnice Valtice je zdravotnické zařízení, které poskytuje dlouhodobou lůžkovou ošetrovatelskou péči, ambulantní péči občanům spádové oblasti, rehabilitační a lékárenskou péči. V areálu nemocnice Valtice je léčebna dlouhodobě nemocných. Nemocnice je rozdělena na pět oddělení a pečuje o dlouhodobě nemocné pacienty, pacienty s kombinovaným postižením, pacienty s neurologickým postižením, pacienty s pooperačními a pouázovými stavy a pacienty s poruchami hybnosti. Nemocnice se nachází uprostřed města, je dostupná a bezbariérová. Počátky péče o nemocné ve Valticích sahají hluboko do vrcholného středověku a jsou spjaty s mnišským řádem minoritů, kteří založili při svém konventu skromný špitál o 6 lůžkách. V poněkud polních podmínkách špitál fungoval až do počátku 17. Století. Na přelomu 19. a 20. století jsou k areálu dostavěny další nemocniční budovy, zavedena kanalizace a přívod elektrického proudu. V roce 1960 řízení nemocnice přešlo plně pod civilní správu.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 24. 9. 2012, 5 hod.: Seznámení se se zařízením, zaměstnanci a pacienty
2. 25. 9. 2012, 4,5 hod.: Asistence při podávání asistence při podávání stravy, jemná motorika, sebeobslužné činnosti stravy, seznamování, paměť
3. 26. 9. 2012, 5 hod.: Asistence při podávání stravy, jemná motorika, sebeobslužné činnosti
4. 27. 9. 2012, 5 hod.: Asistence při podávání stravy, rehabilitační cvičení, jemná motorika
5. 28. 9. 2012, 5 hod.: Asistence při podávání stravy, sebeobslužné činnosti, jemná motorika
6. 1. 10. 2012, 3,5 hod.: Asistence při podávání stravy, paměť
7. 5. 10. 2012, 5 hod.: Asistence při podávání stravy, jemná motorika, sebeobslužné činnosti
8. 12. 10. 2012, 4 hod.: Asistence při podávání stravy, rehabilitační cvičení, dlouhodobá paměť
9. 19. 10. 2012, 4 hod.: Asistence při podávání stravy, rehabilitační cvičení, jemná motorika

10. 26. 10. 2012, 4,5 hod.: Asistence při podávání stravy, rehabilitační cvičení, jemná motorika
11. 29. 10. 2012, 5 hod.: Asistence při podávání stravy, dlouhodobá paměť
12. 2. 11. 2012, 3 hod.: Asistence při podávání stravy, sebeobslužné aktivity
13. 9. 11. 2012, 3 hod.: Asistence při podávání stravy, jemná motorika, sebeobslužné aktivity
14. 16. 11. 2012, 5 hod.: Asistence při podávání stravy, rehabilitační cvičení, dlouhodobá paměť
15. 23. 11. 2012, 4 hod.: Asistence při podávání stravy, dlouhodobá paměť
16. 30. 11. 2012, 4 hod.: Asistence při podávání stravy, rehabilitační cvičení, jemná motorika
17. 14. 12. 2012, 2 hod.: Asistence při podávání stravy, procvičování jemné motoriky

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Má práce probíhala na oddělení číslo jedna, kde jsou jedno – čtyř lůžkové pokoje. Celkový počet pacientů na tomto oddělení se pohyboval okolo dvaceti. Pracovala jsem zhruba s 10 pacienty, kteří měli rozdílnou diagnózu a rozdílnou úroveň komunikačních dovedností. Věk pacientů se pohyboval od 65 do 87 let. Pracovala jsem se sedmi ženami a dvěma muži. Když jsem nastoupila na svou praxi, měla jsem předem připravené aktivity, které bych s pacienty ráda dělala, ale vzhledem ke složení pacientů a jejich zdravotnímu stavu jsem musela velmi snížit ze svých nároků a přehodnotit aktivity, které bych s pacienty ráda dělala. Své aktivity jsem tedy rozdělila do čtyř hlavních okruhů:

- Aktivity zaměřené na rozvoj dlouhodobě paměti
- Aktivity zaměřené na rozvoj jemné motoriky
- Aktivity zaměřené na sebeobslužné činnosti
- Rehabilitační aktivity

Podrobný rozpis aktivit realizovaných v rámci konkrétních dní

Aktivity zaměřené na rozvoj paměti

Každý den, když jsem přišla k pacientovi na pokoj k lůžku, tak jsem nejprve musela zjistit jeho náladu, jeho aktuální stav, potřebovala jsem si zjistit, zda je právě pacient na medikaci, zda je po jídle, zda spal apod. Nejprve jsem začala rozhovorem, zda pacient ví, kdo jsem, proč tam s ním jsem, zda ví kdo je on, jak se jmenuje, zda ví, kde je, proč tam je, kdy a kde se narodil, jestli si pamatuje, co dnes všechno dělal, co dělal včera, co jedl apod.

Přísloví

Pacientovi říkáme nedokončená přísloví, cílem pacienta je, aby přísloví dokončil.

Nemá na růžích...I mistr tesař...Slovo dělá... Kopřivu mráz... Jablko nepadá... Příležitost dělá ...Na hrubý pytel... Boží mlýny... Šaty dělají... Kdo chce kam... Nové koště ... Zvyk je železná... Ve vínu je... Pro dobrotu... Nehas... Dvakrát měř... Ranní ptáče... Tichá voda... Čistota je ...

Dvojice

Pacientovi říkáme jednoho člena ze známé dvojice, pacient má za úkol doplnit druhého člena.

Voskovec a... Šípek a... Čert a... Radúz a... Tristan a... Romulus a... Suchý a... Křemílek a... Bob a... Čuk a... Spejbl a... Bonnie a... Romeo a... David a... Dařbuján a... Sultán a... Pěnička a... Cyril a...

Hlavní města

Úkolem pacienta je doplnit ke státu hlavní město.

Česká republika, Slovensko, Rakousko, Polsko, Německo, Itálie, Chorvatsko, Španělsko, Velká Británie, Maďarsko, Rumunsko, Řecko, Francie, Rusko aj.

Texty lidových písní

Úkolem pacienta je doplnit text známé písně. Pokud bude chtít, můžeme ho i zpívat.

- 1) Okolo Súče.....
- 2) V Hodoníně.....
- 3) hodiny smutně bijú
- 4) Vysoký....., vysoký....., přescoč ho
- 5) Ej, od Buchlova....., už tej Kačence
- 6) Vínečko bílé, budu ťa pít.....
- 7), kdo po tobě ide?

Slova opačného významu

Úkolem pacienta je doplnit slova opačného významu. Cílem toho cvičení je rozvoj jak paměti, tak slovní zásoby.

Teplý, ostrý, hodný, jemný, velký, úzký, dlouhý, zábavný, minulý, čistý, veselý, hladový, hezký, chytrý, jednoduchý, lepší, tlustý, aktivní, starodávný, hořký, suchý...

Vlevo, den, chlapec, jih, láska, vchod, s, válka, přitahovat, světlo, pravda, nahoře, smát se, oblékat se...

Názvy českých filmů

Cílem pacienta je doplnit názvy známých českých filmů.

Romance pro... Kladivo na... .. ve službách Sherlocka Holmese... Pane, vy jste...! ... smutná princezna ... Modrá hvězda... Zítřka to roztočíme...! Eva... Skřivánci... Pyšná... Anton... U pokladny... Anděl... Starci... Drahé tety... .. hlubin študákovy duše ... schovanka... Tři... Kdyby tisíc... Limonádový...

Kimovky

Pacientovi jsem na noční stolek poskládala maximálně pět předmětů, které jsem zakryla prostěradlem. Postupně jsem ze stolečku ubírala, nebo přidávala předměty. Úkolem pacienta bylo uhodnout, který předmět chybí nebo přibyl.

Nákupní seznam

Pacientovi jsem nahlas přečetla krátký seznam potravin, seznam jsem mu mohla i dát přečíst. Pacient měl za úkol opakovat, co by měl nakoupit. Pokud to pacient zvládl, přidala jsem k tomu ještě množství.

Např.:

Chléb	2 chleby
Máslo	250 g másla
Okurka	3 okurky
Salám	100 g salámu Vysočina
Olej	2 láhve stolního oleje

Přesmyčky

Úkolem pacienta je poznat jaké město se skrývá v přeházených písmenkách. Nejprve můžeme použít přesmyčky ze slabik, poté z jednotlivých písmen (to je složitější). Zjednodušit to můžeme tak, že zvýrazníme počáteční písmeno.

*mřírbaP, stoM, raPah, šVykv, cháoNd, Jelcemini, vurTon, vešoneB, Orstvaa...
lkV, broKa, gyrT, Sonl, vaýMl, přeV, Slyes, mLaa, naPda, čleVa...*

Vysvětlení úsloví

Úkolem pacienta je vysvětlit, jak rozumí úsloví.

Namastit si kapsu... (vydělat na něčem)

Dát někomu košem... (dát někomu kopačky, rozejít se s někým)

Rozumět něčemu jako koza petrželi... (nerozumět něčemu)

Být na koni... (mít nad někým navrch)

Vyletět z kůže... (rozčlít se)

Lámat nad někým hůl... (nedávat někomu naděje)

Lézt někomu do zadku... (podlézat někomu)

Mít ostré lokty... (být průbojný)

Společné pojmy

Úkolem pacienta je najít jeden společný pojem.

Český skladatel – mléčný produkt (Smetana)

Luštěnina – součást dalekohledu (Čočka)

Ďábel – houba (Satan)

Církevní hodnostář – část drůbeže (Biskup)

Zbytek jablka – část těla (Ohryzek)

Cestovní doklad – část těla (Pas)

Náčíní na tenis – vesmírná loď (Raketa)

Druh moučníku – neprůbojný člověk (Bábovka)

Část skleničky – část jablka (Stopka)

Otvor ve zdi – výpadek paměti (Okno)

Boty na fotbal – rozchod páru (Kopačky)

Koncentrace pozornosti

Spojování číslic

Na papír různě rozmístíme puntíky s čísly 1–20 na papíře. Úkolem pacienta je spojit postupně puntíky. Sledujeme čas, za který pacient úkol splní, držení psacího náčiní a úhlednost linek.

Vyřazování nevhodného čísla

Úkolem pacienta je z následujících slov vybrat to slovo, které do dané skupiny nepatří.

1. *Kos, straka, vrabec, plecko, sojka*
2. *Rohlík, chléb, veka, houska, bonbon*
3. *Lípa, jilm, kaštan, proso, jabloň, modřín, habr*
4. *Samet, hedvábí, satén, tesil, plyšák, krep*
5. *Nudle, kolínka, makarony, vejce, vrtulky, špagety*
6. *Tygr, rys, vlk, lev, gepard, puma, ocelot*
7. *Rum, vodka, becherovka, jar, bílé víno, whisky*
8. *Jarmila, Libuše, Ester, Praha, Iveta, Dana*
9. *Rýč, motyka, lopata, tužka, hrábě*
10. *Dub, buk, borovice, lípa, platan*

Aktivity zaměřené na rozvoj jemné motoriky

Cvičení prstů

Procvičování prstů a uvolňovací cviky slouží pacientům k rehabilitaci a k uvědomění si vlastního těla. Pracujeme zde především se smysly, využíváme materiály, které jsou příjemné, které jsou přírodní. Aktivity volíme tak, aby byly pacientovi přínosné i v běžných samoobslužných činnostech.

- Modelování pomocí modelovací hmoty. S pacienty tvoříme například kuličky, krychle, různé špičky, hrany apod.
- Promíchávání různých materiálů a drobení. Do misky nasypeme sypký materiál. Čočku, mouku, korálky aj. Necháme pacienta, aby nám řekl, co cítí (hrubé, hladké, drsné, teplé studené apod.)
- Manipulace s drobnými materiály. Můžeme z nastříhaných barevných papírků tvořit mozaiky, navlékáme větší korálky, házíme mince do láhve, přebíráme a třídíme drobný materiál (luštěniny, kamínky, knoflíky aj.)
- Manipulace s kolíky. Pro pacienty máme připraveny kolíky, které klient podle pokynů připíná na okraj krabice a opět je odepíná. Z kolíků dělá hada apod.
- Stříhání nůžkami. Nejdříve nůžkami stříháme ve vzduchu, napodobujeme pohyb nůžkami, koordinujeme pohyb ruky. Poté necháme pacienta, aby stříhal papír bez určení směru, poté jej necháme stříhat mezi dvěma linkami a nakonec jej necháme stříhat podle jedné linky, což je už nejtěžší cvik. Nakonec můžeme přidat stříhání vloček, koleček apod.

- Zavazování uzlů. Zaměřujeme se na uzly, které pacient může využít. Takže postačí jednoduché smyčky a kličky (zavazování tkaniček bot apod.)
- Vyšívání dřevěnou jehlou. Do dřevěné (plastikové) tabulky vyvrtáme díry a necháme pacienta, aby dírkami provlékal tkaničky různými směry.
- Knoflíky. Pacient provléká knoflíky dírkou. Připíná dvě látky k sobě.
- Skládání a trhání papíru. Z papíru klient mačká kuličky, trhá papír na kusy. Aktivity vedou k rozvoji koordinace pohybů rukou.
- Uvolňování prstů. Pacient třepe prsty ve vzduchu.
- Zvedání prstů. Pacient dá ruce před sebe na stoleček. Zvedá prsty a napodobuje hru na klavír. Cvičení uvolňuje prsty a klouby.
- Ťukání prstů o sebe. Pacient před sebe naproti sobě. Ťuká prsty o sebe. Ukazováček o ukazováček. Prostředníček o prostředníček atd.
- Chůze a běh prstů po desce. Klient prsty jakoby běhá po stolečku. Napodobuje střídání nohou. Různě mění rychlost výměny prstů.
- Škrábe prsty po stole jako kotě, pokud je mu dřevěná plocha nepříjemná, tak pohyb kočíci tlapky napodobuje na peřině.
- Házení drobných mincí do pokladničky. Skládání mincí na sebe.
- Nabírání vody kapátkem.
- Motání vlny kolem prstů. Vázání uzlů na provázku. Splétání copánku z vlny.

Cvičení dlaní

Cvičení zaměřené na dlaně opět vede pacienta k uvědomění si vlastního těla. Jsou to průpravné cviky, vedoucí k novému nácvičku psaní v případě, že je pacient po cévní mozkové příhodě ochrnutý apod. Tyto cviky vedou pacienta k souhře pohybů rukou.

- Modelování modelovací hmotou v dlaních i na podložce: hnětení, koulení, válení. Využíváme celou podložku.
- Otiskování dlaní do poddajné nebo sytké hmoty (písek, mouka, luštěniny).
- Mlýn. Obtiskování, sypání, přesypání, solení, cukrování, prohrabávání, nabírání mouky celou dlaní. Pacient vnímá materiál, popisuje, co dělá, co cítí.
- Míček, drátěnky, gumové kroužky. Pacient je drží v ruce. Mačká je, popisuje, co cítí.
- Papír mezi dlaněmi. Pacient má za úkol papír pouštět, chytat.
- Šroubování. Pacient šroubuje maticky na šrouby. Šroub do dřevěné podložky apod. Pokud nemáme k dispozici šrouby, můžeme to nahradit ořezáváním tužky.
- Kutálení, házení a chytání míček. Míčky kutálíme po stolečku, střídáme intenzitu pohybu (rychle, pomalu, silně, slabě aj.) Míčky může i házet (vysoko, nízko, levou rukou, pravou rukou apod.).
- Poznávání předmětů podle hmatu. Pacientovi zavřeme oči. Podáváme mu různé předměty, nejprve ho vyzveme, aby nám popsal, jaký materiál cítí (hrubý, jemný, hladký, drsný, studený, teplý, dřevo, plyš apod.), poté pacient uchopí celý předmět a poznává co to je.
- Hlazení materiálů s různým povrchem (látka, manšestr, plyš, dřevo, kov, papír aj.)
- Masáž dlaní míčky (ježek), gelovým míčkem nebo sáčkem, přírodninami – kamínkem, kaštanem, malými šiškami.

- Mačkání gumových kroužků, papíru. Viz procvičování prstů.
- Mytí rukou. Do misticíky, lavorku napustíme přiměřeně teplou vodu. Pacient si do misky uloží ruce. Provádíme masáž dlaní, nejprve pacientovi, poté se pacient myje ruce sám. Můžeme využít tekuté nebo tuhé mýdlo.
- Třepání rukama pro uvolnění dlaní a prstů.
- Mávání. Máváme na pacienta, střídám různé pohyby, pacient je po nás opakuje.
- Tření dlaní o sebe. Snažíme se, aby pacient třel dlaněmi o sebe tak, aby se mu ohřály.
- Tleskání, plácání, hra na tělo. Vytváříme různé rytmy a zvuky. Pacient je po nás opakuje.
- Držím – povolím. Chytíme pacienta za ruce, dáváme mu pokyny, aby naše dlaně nejprve stiskl, poté povolil. Opakujeme zhruba šestkrát.
- Pacient drží v ruce asi čtyřicet cm dlouhý kousek vlněné příze a krouží paží. Tvoří tak ve vzduchu kroužky. Začíná pravou rukou a pokračuje levou. Nejdříve ve směru hodinových ručiček a pak opačným směrem (ničím kromě paže nehýbe). Totéž můžeme provádět i s míčkem.
- Pacient vyznačuje ve vzduchu kruhy pouze pomocí zápěstí a ruky.
- Hází nebo kutálí míčky tak, aby jimi porazil roličky od toaletního papíru (kuželky).
- Pacient rovná dřevěné kostky do řady za sebou nebo z nich staví věž.

Grafomotorika

Grafomotorická průpravná cvičení jsem do aktivit zařadila z toho důvodu, že pacienti často přichází o kontakt se svou rodinou nebo s přáteli a kdyby mohli psát alespoň pohlednice nebo dopisy nebo jen vzkazy a poznámky sami pro sebe, tak by to byl určitě přínos. Často jsou také po cévních mozkových příhodách, mrtvicích, úrazech, jsou ochrnutí apod. a je potřeba končetiny procvičovat, proto sem dolů ještě píšu techniky, které vedou k aktivizaci rukou, k náviku správného držení psací potřeby, práci s podložkou apod.

- Na každou stranu papíru naproti sobě nakreslíme puntíky. Pacient má za úkol tyto puntíky pospojovat. Linku může kreslit svisle i vodorovně, do úhlopříčky, křížky aj.
- Na papír připravíme vytečkované kružnice, pacient má za úkol tyto kružnice obtáhnout.
- Pacient kopíruje vlnovku. Snaží se dělat stejné obloučky, tak jako vidí na předloze.
- Pacient do připravené kružnice dodělává mřížku. Snaží se, aby od sebe byly linky stejně vzdálené.
- Na papír připravíme svislé linky. Pacient má za úkol přikreslit k linkám šikmé linky, tak aby konečný výsledek vypadal jako jehličnatý strom.
- Pacient kreslí „pilku“ se zuby. Nejprve podle přílohy. Poté se můžou zoubky zmenšovat nebo zvětšovat.
- Na papír nakreslíme nebo vytiskneme kružnice, pacient má za úkol do těchto kružnic kreslit menší a menší kruhy.
- Pacient kreslí na papír libovolné spirály, je na pacientovi jakým směrem spirály kreslí a jakou velikost. Můžeme jej ale postupně navést, aby je zvětšoval nebo zmenšoval v závislosti na tom, jaké spirálky kreslí.
- Na papír předkreslíme nebo vytiskneme rovnou linku, pacient má za úkol na tuto linku kreslit obloučky.

- Na papír předkreslíme nebo vytiskneme rovnou linku, pacient má za úkol na této lince kreslit smyčky, očko nahoře i dole (návčik písmen).
- Pacient kreslí smyčky nahoře i dole (konečný výsledek vypadá jako ažura).

Aktivity zaměřené na sebeobsluhu

Aktivity zaměřené na sebeobsluhu jsou velmi důležité pro všechny pacienty, kteří jsou hospitalizováni na léčebně dlouhodobě nemocných. Návčik těchto aktivit jim umožňuje získat takové kompetence, které jim dovolí se tolik nespoléhat na zdravotnický personál. U všech aktivit, které pacientům připravujeme je důležité to, zde pacient komunikuje nebo ne, zda je ochotný s námi spolupracovat nebo ne. Pokud s námi pacient nekomunikuje verbálně, ale víme, že nám rozumí, můžeme na úvod začít aktivitou, která je teda prvotně určena pro děti, ale ověříme si tím, zda je pacient „v obraze“, zda nám rozumí.

Na stůl položíme: talíř, vidličku, nůž, párátko, knoflík. Pacienta vyzveme, aby nám ukázal:

- a) malý předmět ze dřeva,
- b) dlouhý předmět, který má hroty a slouží k jídlu,
- c) kulatý předmět, na který se dává jídlo,
- d) dlouhý předmět, který řeže,
- e) kulatý předmět s dírkami, který si musíme zapnout při oblékání,
- f) nejdelší, nejmenší, největší předmět.

Pacient se při návčiku sebeobslužných aktivit učí, jak se má starat sám o sebe. S tím souvisí i oblékání. Pacient se učí nejprve vysvlékání a až potom oblékání, které je pro pacienta složitější. Musíme dbát na to, že je potřeba tento návčik provádět s pacienty, kteří jsou mobilní a dokážou se udržet v sedu. Potřebujeme totiž, aby pacient při návčiku seděl, jeho chodidla se musí dotýkat podlahy, ochrnutá končetina by měla vyset mezi nohama. Nejprve by si měl pacient přetáhnout tričko přes hlavu, potom vysvléct zdravou horní končetinu z rukávu a s její pomocí přetáhnout rukáv z postižené strany těla. Při návčiku oblékání postupujeme opačně (pomocí zdravé ruky si pacient navleče rukáv nad loket ochrnuté končetiny, potom si jej navleče na zdravou končetinu, a poté přetáhne tričko přes hlavu).

Pokud to pacient zvládne, můžeme nacvičovat i oblékání kalhot, ale musíme dbát přísné opatrnosti, protože při tomto návčiku má pacient nohu přes nohu a jeho posed není příliš stabilní. Takže si musíme dávat pozor, aby nám pacient neupadl z lůžka a neublížil si. Při oblékání kalhot dáme ochrnutou končetinu přes zdravou a pacient si ji obléká jako první. Oblečenou nohu pacient přehodí zpět tak, aby se dotýkala chodidlem podlahy, navleče si zdravou stranu, postaví se a natáhne si ve stoje nohavice. Zip a knoflíky zapíná vsedě. Oděv by měl být volný, lehce rozepínatelný.

Při umývání je dobré používat umývací rukavici, kterou má pacient buď na zdravé ruce, nebo na postižené, tu by měl pomocník přidržovat a podpírat v lokti, tak aby dodržoval správný pohyb ramenem. Při osobní hygieně, česání vlasů nebo čištění zubů by měl být pacient před zrcadlem, pokud to není možné, umožníme mu, aby mohl mít zrcadlo před sebou na lůžku. Pokud klient nepoužívá inkontinentní pomůcky a je schopný dojít si na toaletu, je dobré mít na zdech zábradlí nebo držadla. Dále jsem se na praxi setkala s tím, že pacienti využívali na podpírání při vstávání či sedání chodítko nebo také

využívali dřevěnou stoličku, která se umístila přes záchod. Pokud jdeme takto s pacientem na toaletu, je potřeba, abychom pacienta správně utřeli a umyli.

Nejdůležitější sebeobslužnou aktivitou je nácvik správného stolování. U pacientů, kteří jsou hospitalizováni v léčebně dlouhodobě nemocných je asistence při podávání stravy velice důležitá, vzhledem k tomu, že spousta pacientů je připoutána na lůžko. Tito pacienti dostávají především kašovitou stravu nebo stravu nakrájenou na malé kousky. Pokud můžeme, nutíme pacienta, aby při jídle používal především postiženou stranu, tak aby se vyrovnávala asymetrie. Ale vše především záleží na zdravotním stavu pacienta. Pacient by měl při podávání stravy sedět, tak aby mu nezaskočilo. Ochrnutá ruka by měla ležet na stolečku tak, aby bylo uvolněné rameno a pacient nám nepadl do boku. Pacient by měl se svou postiženou stranou počítat. Na praxi jsem se setkala s takovými pacienty, kteří vůbec nevěděli, že mají nějakou druhou ruku.

Rehabilitační aktivity

V průběhu své praxe jsem se také věnovala rehabilitačnímu cvičení. Tohoto cvičení jsem se velmi bála, protože jsem měla strach z toho, že můžu pacientovi ublížit. Předem upozorňuji, že tím, že nemám žádné lékařské kompetence a vědomosti, jsou tyto cviky a protahování popsány jen tak, jak mě je naučil rehabilitační lékař při práci s pacienty a jak mi je ukázal. Toto cvičení jsem se naučila na praxi, vím, že klientům pomáhá uvolňovat spastické končetiny, uvolňuje svaly a klouby, snaží se vyrovnávat symetrii celého těla. Cviky, které jsem s pacienty prováděla, se zaměřovaly na protahování rukou, nohou, na nácvik postavení apod.

Cvičení – RUCE

1. Zvedání ruky nahoru

Pacient leží na zádech, nohy má mírně od sebe a ruce podél těla. Postupně zvedá nataženou ruku před tělo a zase zpátky na podložku. Končetiny vystřídá.



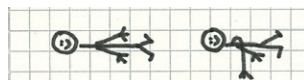
2. Zvedání ruky nahoru a doleva vedle těla

Pacient opět leží na zádech, nohy má natažené, mírně od sebe, ruce má podél těla. Pacient postupně zvedá ruku nahoru a pokládá ji v pravém úhlu vedle těla. Pokud má pacient boční opěrky u lůžka, tak je můžeme na chvíli spustit dolů, aby si ji pacient mohl volně položit, potom ruku (přes vrch) opět vrací zpět podél těla. Končetiny vystřídá.



3. Natahování ruky přes tělo

Pacient leží na zádech, nohy má natažené, mírně od sebe, ruce má podél těla. Pacient natahuje ruku přes tělo. Pořád nezapomínáme na to, že by nám měl pomáhat, že by měl cvičit spíše sám.



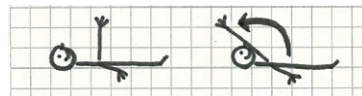
4. Vytahování ruky z ramene směrem nahoru

Pacient leží na zádech, nohy má natažené, mírně od sebe, ruce má podél těla. Ruka, která cvičí je předpažená a pacient má za úkol zvedat ruku ještě více, zvedat ruku jakoby ke stropu, pohyb je veden z ramene. Tento cvik je zaměřen na pohyb a uvolnění ramenního kloubu. Končetiny opět vystřídá.



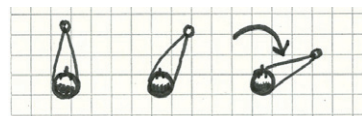
5. Natažená ruka směrem dozadu

Pacient leží na zádech, nohy má natažené, mírně od sebe, ruce má podél těla. Pacient horní končetinu přepaží a natahuje ji za hlavu. Tento cvik může být pro pacienta docela nepříjemný.



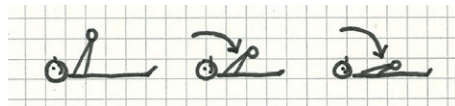
6. Propletené ruce

Pacient leží na zádech, nohy má natažené, mírně od sebe. Pacient proplete dlaně do sebe a obě ruce předpaží. Pomocník zde působí velmi jemně, ne-li vůbec. Pacient pokládá propletené ruce na jednu stranu, potom na druhou.



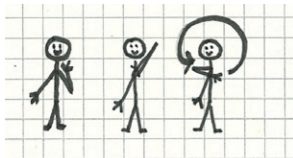
7. Zvedání propletených rukou

Pacient leží na zádech, nohy má natažené, mírně od sebe. Pacient proplete dlaně a tak spojí ruce. Zdravá končetina pomáhá ochrnuté. Úkolem je ruce předpažovat a pak je zase pomalu pokládat. Ruce jsou nejlépe rovně před tělem.



8. Kroužení pokrčenou rukou

Pacient leží na zádech, nohy má natažené, mírně od sebe. Pacient pokrčí ruku, dlaň si položí na rameno. Takto pokrčenou rukou dělá kolečka. Pacient musí dělat velké kruhy a pohyb je pomalý.

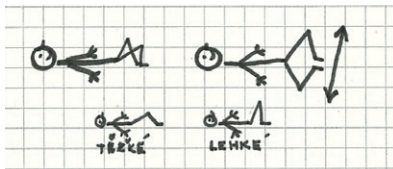


Při cvičení musíme být velice empatičtí a citliví. Pacienta musíme neustále motivovat a hlavně chválit. Chválit pokroky i jeho spolupráci. Musíme respektovat to, že pacient nemusí udržet pozornost, tak jak bychom chtěli, může být těsně po medikaci, obědě, může být unavený apod. Nejlepší je na začátku dne si udělat s pacientem plán, co chceme dělat a co by hlavně pacient rád dělal.

Cvičení – NOHY A ZÁDA

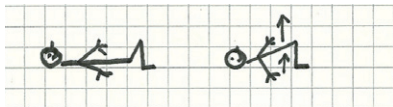
1. Roztahování kolen (na zádech)

Pacient leží na zádech. Ruce má mírně roztažené, tak aby mohl udržovat rovnováhu. Nohy má pokrčené, kotníky jsou těsně u sebe. Pacient má za úkol dávat kolena k sobě a od sebe. Kotníky pevně fixujeme rukama a lůžku, tak aby nohy neujížděly a aby je pacient nerozpojil. Čím více budou nohy pokrčené, tím jednodušší cvik pro pacienta bude.



2. Zvedání zadku (na zádech)

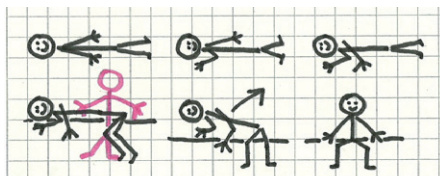
Pacient leží na zádech. Ruce má mírně roztažené, tak aby mohl udržovat rovnováhu. Nohy má pokrčené a roztažené, spíše blíže k tělu. Rukama pacientovi fixujeme kotníky k podložce. Pacient má za úkol zvedat zadek z podložky směrem nahoru. Tento cvik je velmi těžký, každý pohyb směrem nahoru je úspěch.



3. Zvedání nohy (na boku)

Pacient při tomto cviku leží na boku. Spodní ruku má pokrčenou pod hlavou, horní ruku má položenou před tělem, pomocí rukou drží rovnováhu. Spodní noha je mírně pokrčená. Vrchní noha je natažená a pacient se jí snaží zvednout mírně nahoru. Tento

cvik je velice náročný a pro pacienty často bolestivý. Spíše spočívá v tom, že nohu nahoru zvedáme my, protože pacienti na to mnohdy neměli ani sílu.



Zvedání z lehu do sedu

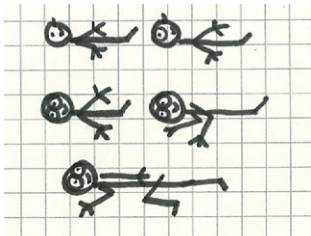
1. Pacient leží na boku. Ochrnutá polovina těla by měla být nahoře.
2. Spodní (zdravou) ruku pacient pokrčí. Loket dá co nejbližše pod tělo, aby se o něj později, při zvedání, mohl opřít.
3. Vrchní (ochrnutou) končetinu pokrčí a dlaň položí vedle hlavy nebo před trup. Pokud je to pro pacienta těžké, pomůžeme mu.
4. Pacient pokrčí obě nohy. Pokud je nemůže pokrčit, pomůžeme mu. Pomocník stojí u lůžka před nohama pacienta, tak aby zabránil pádu v momentě, kdy pacient začne spouštět pokrčené nohy z lůžka. Když pacienta vlastním tělem zajistíme, pacient spouští nohy z lůžka.
5. Když se nohy dotýkají podlahy, pacient se pomocí vlastních rukou (přes loket) snaží zvednout. Snaží se sedět rovně, pevně a stabilně.

Přetáčení na bok

Při přetáčení na bok se snažíme dodržovat následující postup, který by si měl pacient osvojit, postupujeme následovně:

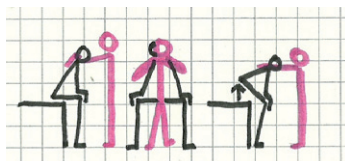
OČI – HLAVA – RAMENO – RUKA – ZADEK – NOHY

S tím že, pacient leží na zádech. Nejdříve se očima podívá tím směrem, kam, se chce natočit, může očima zafixovat nějaký předmět. Poté začne natáčet celou hlavu. Spodní ruku položí a vrchní ruku položí dlaní na podložku. Poté začne natáčet i spodní část těla, nejdříve zadek, potom nohy. Když bude SPODNÍ ruka a HORNÍ noha pokrčená, nebude pacient přepadávat na obličej, jeho poloha bude stabilní.



Zvedání v sedu – nácvik stoupání

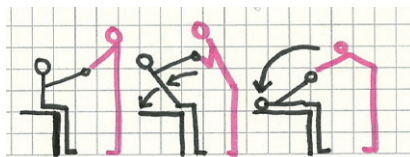
Pacient sedí na lůžku, jeho poloha by měla být stabilní. Toho docílíme tak, že bude mít pacient rozkročené nohy od sebe a dlaně budou položeny na kolenou. Pomocník by měl stát čelem k pacientovi, mezi jeho nohama tak, aby regulovat pacientův pohyb, aby pacient zvedal své tělo souměrně a aby hlavně nespadl. Úkolem pacienta je být stále zapřený, tzn. Stále se dlaněmi držet kolenou a být pevný. V momentě, kdy je pacient stabilní v sedu, má za úkol zvedat zadek zhruba 10 cm nad podložku. Pacient cvik provádí po trojicích, kdy dvakrát je pohyb malý, potřetí je pohyb větší, ale pacient se nestaví. Celý pohyb vypadá jako kolébka. Je potřeba u tohoto cviku bedlivé asistence, protože pacient, který je ochrnutý na jakoukoliv část svého těla, tuto část dobře neovládá, takže by mohl lehce upadnout, ztratit sílu, mohla by se mu rozklížit kolena, spadnout ruka z kolen, neudržet se v zádech, svést se dolů z lůžka apod. Dále pacienta můžeme na lůžku obložit peřinou a polštáři, kdyby nám náhodou spadl, tak do měkkého.



Já osobně jsem toto cvičení s pacienty radši neprováděla, jelikož jsem neměla sílu pacienty přidržovat. Na začátku jsem ho zkusila s menšími pacientkami, ale ani s nimi jsem neměla šanci, jelikož unést tělo, které vám nemůže nijak pomoci je nesmírně těžké a na to mé síly nestačily. Hlavně jsem měla strach z toho, že by mi pacienti mohli upadnout na zem a rozbít si hlavu, což se tam stává poměrně často, když se pacienti rozhodnou jít na „marš“ (název pacientky pro vycházku po oddělení) a zapomenou na to, že jejich končetiny nebo část těla je ochrnutá.

Cvičení zad

Pacient sedí na lůžku, nohy má svěšené z lůžka a chodidly se dotýká podlahy. Pacienta držíme za ruce a pomalu ho pouštím dozadu do lehu a potom ho zase přitahuji zpět do sedu. Pacient nemá uvolněné tělo, ale pomáhá nám i při pohybu dolů i nahoru. Nejlepší je, když se pacient zvedá sám a pěkně rovně před sebe. Např. Pacient, který je po mozkové mrtvici ochrnutý na půlku těla bude napadat na postiženou stranu, tomu se snažíme zabránit a snažíme se koordinovat jeho pohyb tak, aby byl vyrovnaný. Pacienta můžeme i zafixovat tak, že mu jemně stojíme na nohách, tak aby neujížděly apod.



Rady:

1. Polohování imobilního pacienta by mělo být minimálně každé 2 hodiny. Je to prevence proleženin (dekubitů).

2. Pacient musí spolupracovat. Cvičení, kde je pacient pasivní nemá smysl. Je potřeba si všímat, kdy pacient „zabírá“.
3. Když cvičí oběma končetinami zároveň, musí pracovat obě dvě končetiny (např. při zvedání propletených rukou). Zdravá ruka nesmí zvedat ruku ochrnutou. Pacient se musí snažit zvedat obě ruce.
4. Pacienti mají často problémy s udržením pozornosti, často mohou být pod vlivem medikace, mohou být po jídle, unavení, bez nálady. Nezapomínáme ne motivaci a především vždy musíme probrat aktuální zdravotní stav se sestrou.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Má praxe je plná silných okamžiků a vzpomínek. Místo výkonu této praxe jsem si vybrala z toho důvodu, že v tomto zařízení byl hospitalizován člen mé rodiny. Proto jsem zhruba věděla, o jaké zařízení jde, jaká struktura pacientů se zde vyskytuje, kdo zde pracuje, co se zde dělá / nedělá. Chtěla jsem se trochu dostat na druhou stranu tohoto zařízení, nebýt jako člen rodiny, který zde má svého příbuzného, ale jako člověka, který s těmito pacienty pracuje. Z tohoto zařízení si odnáším zajímavé zkušenosti. Kladné i záporné. Našla jsem věci, které se mi líbily, věci, které se mi zdály absolutně nepřístupné a špatné.

Co mi praxe „dala/vzala“:

- NEJISTOTA – nevěděla jsem, kam jdu, měla jsem jakési povědomí o tomhle zařízení, nemohla jsem ale tušit, jací jsou zaměstnanci, jaké mezi sebou mají vztahy, jaký je jejich vztah k práci a pacientům, nevěděla jsem, jak na mě budou reagovat. Nevěděla jsem, na jaké oddělení půjdu, jaké pacienty zde potkám, jak se jim budu líbit, jak se mnou budou komunikovat, jak si k nim najdu cestu.
- NERVY – ze začátku mi dlouho trvalo, než jsem si zvykla na to, dívat se, jak pacient vypadají, v jakém jsou zdravotním stavu. Často jsem bojovala s pocity zoufalství, chtělo se mi brečet, musela jsem se hodně držet, abych se nerozbrečela, jen co jsem vešla do pacientova pokoje. Postupem času, jsem tenhle pocit měla míň, ale stačil jakýkoliv nový neznámý podmět a už jsem měla na krajíčku.
- STRACH – s tím, že na oddělení bylo málo zaměstnanců na mnoho pacientů, mohla jsem se naučit základní rehabilitační cviky a ty s pacienty dělat. Samozřejmě je to jen laický zájem, a nevím, co by se stalo, kdybych nějakému pacientovi uškodila (díky bohu se to nestalo). A z toho vyplývá strach z praxe. Bála jsem se, co když nějakému seniorovi něco zlomím, natáhnu, zhmoždím apod. Můj druhý největší strach byl strach ze smrti. Bohužel, LDN je zařízení, kde se smrti nejde vyhnout a počítat se s ní. Tato samozřejmost mě děsila, a když zemřel pacient, bylo to hrozné.
- „JSEM TU PRO NĚKOGO“ – na druhou stranu jsem měla pocit, že zde pro někoho jsem. Cítila jsem, že pacienti jsou rádi, že tam chodí někdo mladý, někdo, koho to baví s nimi být, poslouchat jejich příběhy. Často jsem se také setkala s tím, že jsem se stala prostředníkem, mezi pacienty a zdravotnickým personálem.
- ODOLNOST – zjistila jsem, že jsem si díky této práci vybudovala větší odolnost vůči smrti, vůči umírání a vůči pohledu na lidi se špatným zdravotním stavem.
- ZKUŠENOST – tato praxe pro mě byla nesmírná zkušenost, protože není lepší zařízení, které vás naučí vážit si vlastního života, rodiny a zdraví.

- JINÝ ZPŮSOB KOMUNIKACE – na vlastní kůži jsem si vyzkoušela, že verbální komunikace je jen zlomek ze všech způsobů dorozumívání. Musela jsem často mluvit velmi nahlas, často opakovat co po pacientovi chci, používat posunky, psát vzkazy apod.

Praxe pro mě byla velmi přínosná, bavila mě. Cítila jsem se zde potřebná a spokojená. Myslím, že se mnou byly sestry spokojené, rozuměly jsme si, respektovaly mě. V budoucnu si dovedu představit, že bych zde pracovala, ale ráda bych si dokončila zdravotnické vzdělání.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Své výzkumné šetření jsem zaměřila na poměrně mladou cílovou skupinu. Udělala jsem to proto, že jsem jaksi vycítila (díky seminární práci o sociální síte v mém místě bydliště), že mladí lidé docela nemají ponětí o sociálních službách jako takových, takže mě zajímalo, jaké budou mít mladí lidé povědomí o léčebně dlouhodobě nemocných. V první řadě jsem se setkala s negativními reakcemi. Ti co se na mě nezlobili před rozhovory, našťavali se na mě po nich. Téma dlouhodobě nemocných, imobilních pacientů, smrt... nedělaly mým respondentům vůbec dobře. Respondentů jsem měla v konečném výsledku devět a to od 20 do 25 let. V rozhovorech jsem se držela základních otázek, které jsem měla předem připravené. V rozhovorech jsem pak zvýraznila ty kategorie, které mi rezonovaly nejvíce a nejvíce se opakovaly.

Pohlaví:

1. Žena, 25 let, Barmanka
2. Žena, 22 let, Učitelka v MŠ
3. Muž, 20 let, Student VŠ
4. Žena, 24 let, Dělník
5. Muž, 23 let, Skladník
6. Žena, 22 let, Student VŠ
7. Muž, 22 let, Soustružník
8. Žena, 23 let, Zdravotní sestra
9. Žena, 25 let, Učitelka v MŠ

Co víte o LDN? Co to je za zařízení? Jaký je váš názor na toto zařízení?

1. Je to zařízení pro lidi, kteří se z různých důvodů **nejsou schopni o sebe postarat** a nemůže tak učinit ani jejich rodina. Názor neutrální, pokud není jiného zbytlí, je dobře, že zařízení tohoto typu je.
2. Zdravotnické zařízení; umisťují se sem pacienti dlouhodobě nemocní i tzv. na **dožití**. Nikdy jsem o tom pořádně nepřemýšlela. Názor je nejspíš kladný, tak jako na každé zdravotnické zařízení. Možná by mě vyděsil fakt, že by tam chtěli umístit někoho blízkého – napadla by mě myšlenka, jestli se vrátí.
3. Nic moc nevím; asi zařízení, kde se starají o dlouhodobě nemocné; pozitivní.
4. Léčebna dlouhodobě nemocných. Je to zařízení pro lidi, co **nejsou soběstační** po mozkových příhodách, po úrazech, staří lidé Určitě je toto zařízení potřeba bohužel. Ale nechtěla bych tam skončit, raději bych chtěla hned umřít.

5. Já myslím, že je to dobrá věc, že pomáhají starým lidem, kteří jsou nemohoucí a **ne-mají prachy** na to, aby si pozvali pomoc dom.
6. Léčebna dlouhodobě nemocných, oddělení pro lidi, kteří už nemusejí být na oddělení v nemocnici (specializovaném odd.), ale v nemocnici musejí setrvat na doléčení, RHB, stabilizace stavu... pokud je v LDN kvalitní a ochotný personál, tak má toto oddělení smysl (ostatně jindy taky, ale personál je dle mého názoru na tomto oddělení jeden z hlavních faktorů).
7. Je to léčebna dlouhodobě nemocných, asi je to potřeba...
8. Je to zařízení pro dlouhodobě nemocné.
9. Je to léčebna dlouhodobě nemocných, většinou ve stáří nebo po úraze. Je to mnohdy východiskem pro rodinu, která se nemůže nebo nechce starat o nemocného.

Je v místě vašeho bydliště nějaká LDN? Kde je nejbližší? Jaké o ní máte informace?

1. V místě bydliště přímo LDN nemáme, nejbližší je ve Valticích. Informace mám minimální, nerada navštěvuji tyhle typy zařízení, špatně snáším emoce obklopující tuhle instituci.
2. Myslím, že v Hustopečích, Valticích. Informace nemám.
3. Nejsem si jist, spíše ne; Břeclav; žádné.
4. Ve Valticích.
5. Ve Valticích, ale víc nevím, jen že to bývala porodnice. To vše.
6. V Brně? Nemám o ní informace.
7. Myslím, že nejbližší je ve Znojmě nebo v Brně, informace o nich nemám žádné.
8. V Hodoníně.
9. V Bílovci máme LDN. Mám na ni kladně ohlasy díky své velikosti – malá a spolupracuje s klubem důchodců a řadovými sestrami.

Jaké služby se v LDN poskytují? Jaké služby by zde mohly být?

1. Nevím přesně, v jakém rozsahu jsou služby, které LDN poskytuje. Osobně vím jen o těch, které jsem viděla a mohu si je domyslet. Ve zkratce je to **lékařská výpomoc** pacientovi, který si například nemůže z určitého důvodu dojít na WC. Zajišťují člověku další životu nezbytné rituály, jako je příjem potravy, hygiena apod. Dále pak nejspíše i výpomoc s medikamenty, injekcemi apod. Jelikož nevím, jaké všechny služby zahrnuje LDN, nevím také, jaké další by zde mohly být. Možná pohyb na čerstvém vzduchu by byl pro mnohé pacienty vítaný, pokud jim to zdravotní stav dovoluje. Ovšem to by musel být personál ochotný tohle pro své pacienty dělat.
2. Poskytuje se zde základní zdravotní péče, možná i sociální a psychologická (pokud se neposkytuje, mohly–měly by zde být).
3. Dohled nad „zdravím“ dlouhodobě nemocných, léčbu, okamžitou pomoc v případě zhoršení zdravotního stavu, starání se o dlouhodobě nemocné.
4. Lůžková péče.
5. Starají se o lidi a tak...
6. Doléčení, RHB – fyzioterapeutická i psychosociální, **stabilizace stavu**, zlepšení sebeobsluhy, samostatnost při různých situacích (výkonech), nácvik běžných denních aktivit...

7. Starají se o dlouhodobě nemocné a popřípadě je tam nechají **dožít**.
8. Všechny kromě specializací.
9. Poskytují se zde zdravotnické služby. Mohly by tu být poradenské služby.

Byl někdo z vaší rodiny v takovém zařízení? Pokud ano, jak jste byl/a spokojený/a s poskytovanými službami?

1. Byl a nebyla jsem spokojená vůbec. Nehledě na to, že sestřičky byly nepříjemné, se mi nelíbí ani rychlost převozu při komplikacích, díky čemuž dědeček přišel o život!!! Nemám dobré zkušenosti!!!
2. Nebyl.
3. Ano, byl; nepamatuju se.
4. Můj táta, dostal jídlo a pití, ale nevím, jestli ho snědl a vypil. Moc pacientů na málo personálu.
5. Nebyl nebo o tom nevím.
6. Nevím o nikom.
7. Nebyl.
8. Nebyl.
9. Nebyl.

Jaké faktory podle vašeho názoru rozhodují o tom, že člověk nastoupí do LDN?

1. Faktory rozhodující o nástupu do LDN jdou podle mého ruku v ruce se zdravotním stavem. Pokud je stav pacienta tak špatný, že rodina **není schopna se postarat** a věnovat svému členu dostatek času a péče, mělo by tohle zařízení pro něj udělat vše potřebné pro jeho uzdravení nebo alespoň stabilizaci stavu.
2. Krátkodobě neřešitelný zdravotní problém; malá kapacita nemocnic; možná, i když se nemá o pacienta kdo postarat.
3. Zdravotní a sociální.
4. **Nepohyblivost, nesoběstačnost** a taky na to lidé musí mít, jinak se tam nedostanou. Když člověk nemá rodinu a nikoho kdo by to zaplatil, tak ho vezmou, ale když má někdo rodinu, tak si to nechají sakra zaplatit.
5. Myslím, že protože na víc **nemají prachy**, že si nemůžou dovolit péči, aby zůstali s rodinou. Jsou nemohoucí, nemůžou se o sebe postarat.
6. Personál, prostředí, informovanost o rozsahu péče a možnostech, možnosti péče jiné osoby (rodina)...
7. Vážnost onemocnění nebo možnosti lidí, třeba, že se o někoho nemůžou starat nebo **nechcou**.
8. Nedostatek času rodiny, nezáměr o nemocného, neochota dnešních lidí starat se o své blízké.
9. Neschopnost starat se o sebe sama, nemoci se starat o nemocného ze strany rodiny.

Jaké vidíte na LDN klady?

1. Klady bych viděla ve 24hodinové kontrole stavu pacienta a zajištění tak jeho pohodlí a bezpečí. Ovšem silně pochybuji o tom, že to tak je doopravdy ve všech zařízeních!
2. **Dohled zdravotnického personálu.**

3. okamžitý zásah v případě ohrožení něčího života, dbaní na dodržování denního režimu.
4. **Můžou zastoupit rodinu v ošetřování**, ale jinak žádné.
5. Je na tom dobré to, že tam někdo chce dělat.
6. Osaměli lidé, kteří nemají doma nikoho, kdo by se o ně staral (zajištění péče), stálý odborný dohled....
7. Pohodlnost pro rodinu nemocného.
8. Pokud je dobrá, má tam starý člověk co dělat.
9. Úspora času pro rodinu.

Jaké vidíte na LDN záporny?

1. Záporny už jsou v tom, že člověk u sebe **nemůže mít neustále svou rodinu**. Že je v podstatě v zařízení sám, ať už má na pokoji spolubydlícího nebo ne. Každý člověk by měl být se svou rodinou!
2. Pověst? Nevím.
3. že nám pan Kalousek bude posílat složenky se státním dluhem, odloučení od rodiny
4. že tam člověka jakoby odložíme, ale nemá tam žádné pokroky, spíš se ještě jeho zdravotní stav zhorší.
5. Je to **drahé** a nemají moderní vybavení.
6. Ne vždy ochotný (empatický a přátelský) **personál**, odloučení od domácího prostředí (přátelé, rodina...)...
7. Pořád někde v médiích ukazují, jak ty lidi týrají.
8. Špatná péče, málo personálu.
9. Odtržení od rodiny, dění se kolem, neosobní prostředí, které je bez motivace žít.

Dokázal/a byste pracovat v tomto zařízení? Jaké vlastnosti musí mít zaměstnanec LDN?

1. Nedokázala bych to! Nemohla bych být v klidu při pohledu na lidi, kteří jsou nešťastní. Člověk, který zde pracuje, by měl být odolný vůči stresu, ale neměl by být zlý. Naopak milý a **vstřícný** člověk, **ochotný pomoci!** Člověk, který chce pomáhat lidem a má lidi rád. Člověk, který nebude naštvaný, agresivní a sprostý, když musí něco dělat. Člověk, který práci v tomhle ústavu nebere jako povinnost a jeho živobytí, ale který tuhle práci bere jako poslání. Poslání pomoci a podpory!!!
2. Nedokázala bych. Zaměstnanec by měl být **spolehlivý**, pečlivý, tolerantní, měl by leccos snést – např. udržování hygieny (přebalování, převazy otevřených ran a podobně).
3. Asi nedokázal, zdá se mi to jako náročná práce; měl by umět pracovat s lidmi, být spolehlivý, trpělivý, **vytrvalý, psychicky stabilní**
4. Ne nedokázala. Měly by to dělat řádové sestry, ty aspoň byly oddané člověku a ne tady takové můry. Myslím si, že dokud to dělaly řádové sestry, tak se o lidi staraly líp, obětavěji. Měl se vcítit do těch lidí. Já nevím, já bych to dělat nemohla.
5. Nedokázal. Psychicky hodně moc **odolný**. Tam je to všechno o hlavě. Měly by se jim za tuto práci zvýšit platy.
6. Na krátkou dobu ano... u delší doby už si nejsem jistá, možná časem... ochotný, vstřícný, empatický, vzdělaný v oboru...

7. Nemám na to vzdělání, takže ne a zaměstnanec by měl mít to sociální cítění a lidem pomáhat a ne jim škodit
8. Ano, ale jen dočasně. **Trpělivost**, samostatnost, odolnost vůči smrti, mít rád staré lidi, ochotu rozdat se, dělat stejné věci a být milý...neskonale milý.
9. Ne. Musí být trpělivý odborník, citlivý – ve smyslu vnímavý, smířen se smrtí a přístupem některých rodin vůči klientovi.

LITERATURA

DOYON-RICHARD, L. *Hry pro všestranný rozvoj dítěte: pro děti do 6 let*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003, 181 s. ISBN 80-7178-754-x.

LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. Praha: Portál, 2007, s. 62, ISBN 978-80-7367-244-7.

SUCHÁ, J. *Cvičení paměti pro každý věk: testy na paměť a logiku*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 175 s. ISBN 978-80-7367-199-0.

Veselé úkoly pro chytré děti. 1. vyd. Dobřejovice: Rebo Productions, 2009, 99 s. ISBN 978-80-2550-179-5.

Společně k příjemnějšímu dni

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Lenka Kohnová, Kateřina Lazecká

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pokojného stáří Kamenná v Brně je zařízením spadajícím pod Oblastní charitu Brno a zajišťuje sociální služby seniorům, jejichž zdravotní nebo sociální stav vyžaduje pomoc druhé osoby a tato pomoc nejde vykonat u nich doma.

Domov poskytuje svým klientům ubytování, stravu, podporu či pomoc při hygienických úkonech, podporu či pomoc při zvládání běžných úkonů, rehabilitační péči, ošetrovatelskou péči, kontakt se společenským prostředím, aktivizační činnosti, zprostředkování duchovních služeb, atd.

Klientem se tedy může stát muž či žena nad 65 let, momentálně je v domově celkem 43 z osob, z toho 39 žen a 4 muži. Věkový průměr klientů je v tomto složení 84 let.

V tomto domově mohou klienti využít velké množství společenských a aktivizačních technik, které napomáhají k udržení fyzického, psychického i sociálního stavu. Pracovníci domova přistupují ke klientům individuálně a s respektem, snaží se vytvářet příjemné prostředí, ve kterém se klient bude cítit dobře.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE:

1. 6. 11. 2012, 9.00–12.00: Seznámení se s personálem, prostředím, klienty
2. 12. 11. 2012, 9.00–12.00: „Košíky“
3. 13. 11. 2012, 9.00–12.00: Aktivizace fyzických možností a paměťové cvičení
4. 19. 11. 2012, 9.00–12.00: Individuální rozhovory s klienty
5. 19. 11. 2012, 14.00–17.00: Individuální rozhovory s klienty
6. 26. 11. 2012, 9.00–12.00: Tvorba těsta na perníčky a pečení
7. 27. 11. 2012, 9.00–12.00: Tvorba adventních věnců
8. 3. 12. 2012, 9.00–12.00: Tvorba lineckého těsta a pečení
9. 10. 12. 2012, 9.00–12.00: Prezentace „Tanec napříč stoletím“
10. 17. 12. 2012, 9.00–12.00: Závěrečné setkání, ukončení praxe, rozloučení

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Počty klientů se každý týden měnily, neměly jsme jednu skupinu klientů, se kterou bychom pokaždé pracovali. Vždy jsme pracovaly s těmi, kteří se dobrovolně daného

programu chtěli zúčastnit. Minimální počet klientů na aktivizaci bylo 5 a maximálně 12. V průměru bylo na každé aktivizaci kolem osmi klientů. Věk klientů, kteří se účastnili našich aktivizačních sezení, se pohyboval mezi 75 až 95 lety.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

První setkání, 6. 11. 2012

Do této doby jsme si s paní Mgr. Eliškou Žáčkovou, sociální pracovnící, pouze e-mailovali. Tento den jsme se šly první podívat do zařízení, domluvit poslední detaily, seznámit se s celým prostředím naší praxe.

Začátek byl trochu vtipný, protože jsme Domov pokojného stáří nemohly najít. Číslo popisné domova jako jediné v ulici chybělo a místo něj vedla akorát dlouhá cesta vzhůru do prudkého kopce. Tak jsme to po chvíli hledání zkusily tam a samozřejmě až na vrcholku kopce jsme našly Domov pokojného stáří.

Paní Eliška se nás hned ujala a v kanceláři jsme se seznámily. Hned na úvod nám řekla, že by si nepřála, aby praktikanti vykonávali práci zaměstnanců, tedy přebalování a krmení klientů, která by praktikantům moc nedala – navíc, když jsou zde s jiným cílem. A naším cílem byla aktivizace seniorů. Paní Eliška chtěla vědět, co nás baví, co umíme, jaké jsou naše koníčky. Zjistily jsme, že je hodně námětů, které by se daly v práci se seniory dobře využít. Pro nás ale trochu bohužel, pro klienty bohudík, mají klienti na každý den připravený určitý program, do kterého se někdy nedalo zasahovat.

Proto jsme se domluvily na pondělní a úterní návštěvy klientů s tím, že program si vždy domluvíme týden předem. Nabídly jsme, že i rády pomůžeme v jejich programu. A vzhledem k blížícím se Vánocům jsme hodně programu zaměřily právě na toto téma.

Po našem prvotním povídání a seznámení se, jsme si byly prohlídnout celé středisko. Mezitím nám paní Eliška vyprávěla historii domova a zážitky spojené s historií, které byly nemalé vzhledem k tomu, že domov byl původně útulek pro dívky mravně ohrožené nebo padlé. Ukazovala nám pokoje – velikosti i vybavení, všechny společenské místnosti, koupelny i venkovní zahrady s posezením. U této prohlídky jsme potkaly několik zaměstnanců, tak jsme se vždy seznámily i s nimi.

Po prohlídce jsme se vrátily zpátky do kanceláře, kde se za námi přišla podívat i paní ředitelka domova. S ní jsme se domluvily na podpisu smlouvy a popřála nám, aby se nám u nich líbilo.

S paní Eliškou jsme ještě dořešily poslední otázky, které nás v průběhu napadly a domluvily jsme se na další týden, kdy se zúčastníme pravidelného pletení košíků, které se však jindy koná v úterý odpoledne, ale vzhledem k přehozeným programům bude v pondělí.

Druhé setkání, 12. 11. 2012

Jakmile jsme došly do zařízení, tak jsme se opět setkaly s paní Eliškou, se kterou jsme si ujasnily, co dnes budeme dělat. Abychom nebyly vhozeny do vody a naučily se plavat samy, což by nebylo vhodné ani pro nás ani pro klienty, domluvily jsme se, že se dneska zúčastníme klasické hodiny pletení košíků pod vedením pracovníků Domova pokojného stáří.

Když jsme přišli do společenské místnosti, už tam bylo připraveno 7 klientů, kteří se těšili na to, až budou moci pokračovat v pletení svých výrobků. Klientům jsme se představili a řekly jsme jim, že se budeme vídat asi častěji, téměř každý týden až do Vánoc.

Klienti nám postupně ukazovali svoje výrobky, které měli již hotové i ty, které mají teprve rozpracované. Paní Martina, která vedla toto setkání, nám ukazovala, jak se vlastně s košíky pracuje a co vše je k tomu potřeba. Myslely jsme, že bude třeba, abychom klientům více pomáhaly, ale nakonec k tomu nebyl téměř důvod.

Klienti už mají postup „v rukách“, práce jim šla rychle a velmi je to bavilo. Kombinovali bílé proutky s barevnými, dokázali dodržovat předem stanovené tvary a jediné, s čím potřebovali pomoci, bylo nastavování proutků. Tam jsme jim trochu pomáhaly, protože bylo potřeba více rukou.

Během pletení si klienti povídali, mluvili jsme zatím o počasí a o tom, že je Katka z Ostravy a Lenka z Brna, takže jsme mohly porovnávat počasí „na severu a na jihu“. Mezitím jsme se doptávaly, odkud klienti jsou a jestli někdy byli v Ostravě a jak se jim tam líbilo.

Setkání uběhlo velmi rychle, ale stihlo se zároveň uplést velký kus košíků. Po ukončení jsme klientům sdělily, že se těšíme na další setkání a šly jsme opět za paní Eliškou, se kterou jsme zhodnotily dnešní setkání, práci paní Martiny i klientů a jak se nám tam líbilo. Domluvily jsme se zároveň na setkání hned zítra, protože se opět přesunul program. Tentokrát z pátku právě na úterý.

Třetí setkání, 13. 11. 2012

Do domova jsme opět dorazily v 9 hodin, abychom se včas domluvily s paní Eliškou na všech detailech. Vzhledem k tomu, že ještě pořád neznáme dobře prostředí a ani klienty, tak se budeme opět pouze účastnit daného programu, který povedou terapeutky.

Každý týden se klienti účastní cvičení fyzických možností a následně i paměťového cvičení. Toto cvičení není povinné, ale je doporučeno. Klienti navíc chodí na cvičení sami a rádi. Vzhledem k tomu, že se celkem cvičení účastní cca 25 lidí, je cvičení rozděleno na dvě poloviny. Navíc v jedné půlce jsou fyzicky zdatnější klienti a v druhé skupině fyzicky méně zdatné.

V naší dnešní skupině byli fyzicky zdatnější klienti, takže si paní terapeutka mohla dovolit dělat i trochu těžší cviky.

Sedli jsme si společně s klienty na židle do kruhu a postupně jsme si začali protahovat končetiny a celé tělo. Prvně se začalo hlavou, poté od paží až k prstům a stejně tak i postupně všechny klouby u dolních končetin. Necvičilo se však pouze naprázdno, ale na pomoc při cvičení jsme si také vzali gumu, se kterou si klienti procvičovali svaly jak u rukou, tak i u nohou. Také bylo při cvičení s gumou zapotřebí zapojit myšlení, aby se cviky dělaly správně. Stejně tak i manuální zručnost při překládání gumy mezi prsty.

Házelo se i s míčkem a k házení se používaly samozřejmě ruce, ale i nohy. Což bylo pro klienty velmi zábavné, protože se snažili nohama míč i chytat. Klienty asi nejvíce bavila práce s barevným padákem, díky němuž se snažili roztočit míček. Úkolem bylo, aby míč oběhl co nejvíce kol v padáku. Proto se musel padák na jedné straně dávat dolů a na druhé straně nahoru. Občas míč vyskočil, občas se zastavil. U tohoto cvičení se klienti nejvíce zasmáli a asi se museli i nejvíce soustředit, protože jakmile cviky prováděli nepoctivě, tak míč neobíhal nebo právě vyskočil.

Ihned po skončení hodinového cvičení se terapeutky vyměnily. Paní Markéta si vzala na starost hodinové cvičení paměti a celkově psychické cvičení. Paní Markéta se snaží každé paměťové cvičení zaměřit na nějaké téma, aby to klienty bavilo a měli se na co těšit. Také je zastáncem toho, že pokud je to vždy stejné a bez nápadu, tak to klientům nepomáhá tolik, jako když je to vždy jinak.

Tento týden bylo tedy paměťové cvičení zaměřené na barvy. Velmi zajímavé bylo cvičení, kdy měl každý klient zazpívat písničku, ve které se objevuje název nějaké barvy. Všichni klienti si na nějakou písničku vzpomněli a někteří si vzpomněli i na více písní. Dalším ze cvičení bylo to, že paní Markéta každému rozdala kartičku v nějaké barvě. A každý z klientů měl říct, co takovou barvu má – třeba jaké zvíře má tuto barvu. Jaká rostlina má tuto barvu. Dalším ze cvičení bylo podívat se na kolegu vedle sebe a říct, jakou barvu má na sobě a co ještě má stejnou barvu (například piano, kočička, atd.).

Podobných cvičení byla celá hromada a klienty to velmi bavilo. Šla vidět jejich radost, když si vzpomněli na něco, co měli spojené s danou barvou. A aby se neskončilo jen tak, tak paní Markéta na závěr pustila 2 písně, ve kterých se zpívá o nějaké barvě.

Čtvrté setkání, 19. 11. 2012, 9.00–12.00

Dnešní setkání jsme rozdělily na dvě. Měly jsme v plánu společné cvičení, kdy bychom vyráběli výrobky z papíru – vánoční přání a drobné ozdoby. Ale vzhledem k tomu, že se rozšířila po domově chřipka a angína, tak jsme nemohli provést společné cvičení, které bylo výrazně nedoporučené paní doktorkou.

Po návrhu paní Elišky jsme se rozhodly, že půjdeme za klienty individuálně a budeme si s nimi povídat. Zprv by to bylo dobré pro klienty, kteří byli zdraví a tak se i trochu nudili na pokojích. A navíc jsme je mohli trochu poznat a oni mohli poznat nás.

Prvně jsme šly za klientem, mužem, který má 86 let. Říkejme mu pan Albert. Pan Albert si s námi povídal už během cvičení, které proběhly doposud. Takže neměl žádný problém s tím, že jsme si šly k němu sednout a popovídat si. Pokoj sdílí ještě s jedním pánem, ten však byl dopoledne u lékaře, takže v pokoji nebyl.

S panem Albertem jsme rychle našli společnou řeč, protože si pamatoval, že je Katka z Ostravy. Začal vyprávět, jak tam byl v lázních a co vše v Ostravě viděl a co si o Ostravě myslí. K Ostravě měl příznivý vztah, což si sám připisoval k dobrým zážitkům z lázní a také k udržovanému přátelství s lékařem z Ostravy. Zajímalo ho, jak to nyní v Ostravě vypadá, jak vypadá park, co je tam nového.

Z diskuze o Ostravě jsme se přesunuli na jižní Moravu, kde bydlí jeho dcera a vyprávěl nám o hodech, o víně a tak dále. To je zase parketa Lenky, která si tak s panem Albertem také měla o čem povídat. Vyprávěli jsme si vzájemně zážitky z různých vinařských akcí, na kterých jsme byli nebo o kterých jsme slyšeli. Pan Albert nám vyprávěl pověst o Valticích a zámeckém vinařství, o závodech, které se ve Valticích konají.

Tím jsme se dostali ke sportu, tak nám pan Albert vyprávěl o svých sportovních zkušenostech, protože se sportu věnoval celý život. V jeho věku je na tom fyzicky velmi dobře, nemá téměř žádné fyzické omezení. Psychicky je na tom taktéž velmi dobře, účastní se všech společenských akcí, rád zkusí nové věci a je to gentleman pravým coulem. Trochu se ale před dámami předvádí, protože podle paní Marty se nikdy neúčastnil pečení, ale když jsme tam byly my, tak s radostí pomáhal a zkoušel něco nového. Pokaždé také řekl,

že to dělá prvně. To bylo způsobeno asi i tím, že jsme mu sedly do noty a také možná díky tomuto individuálnímu povídání, kdy jsme se vzájemně poznali.

Dále jsme si povídali o nás, o škole, o našich koníčcích. Lenka vyprávěla o tanci, což pana Alberta zajímalo, protože vždy rád tančil. Je i rád, že se v domově často pořádají různé akce, během nichž se dá si i zatancoval. Ale svěřil se nám, že někdy dá velkou práci vyzvat k tanci všechny dámy.

Dále jsme si povídali nejrůznější historky a dvě hodiny tak uběhly jako voda.

Od pana Alberta jsme se přesunuly zase za paní Eliškou, která nám nabídla, abychom došly i odpoledne. Klienti stejně nemůžou mít žádný společný program, tak bychom se mohly zase za někým z klientů zastavit a popovídat si.

Páté setkání, 19. 11. 2012, 14.00–17.00

Jakmile jsme poobědvaly, tak jsme se vrátily zpátky do Domova pokojného stáří. Prvně jsme se opět zastavily za paní Eliškou, která si s námi ještě chvíli popovídala. Vzhledem k tomu, že dopoledne už byl oběd, tak se nás nestihla moc zeptat na to, jak se nám líbilo povídání si s panem Albertem. Tak jsme pana Alberta vychválila, což paní Elišku velmi potěšilo.

Odpoledne jsme se vydali za paní Bětkou, která byla momentálně také na pokoji sama. Paní Bětka je velmi milá paní, která se pořád usmívá a dodává optimismus jak pracovníkům, tak i dalším klientům. Sice trošku hůře slyší, ale když se mluví nahlas, tak vše stíhá.

Paní Bětka je velmi upovídaná, takže nám hned začala povídat o akcích v domově, které zažila a o všech peprných zážitcích, co se zde staly. Je zde už přibližně 10 let, takže těch akcí zažila opravdu hodně. Hodně chválila personál, který je zde velmi profesionální, ale zároveň i lidský a všichni pracovníci si najdou chvíli na popovídání si.

Paní Bětka má hodně ráda drby, tak jsme jí vyprávěly nějaké společenské kauzy, na které jsme si vzpomněly. Hlavní roli hrála Agáta Hanychová, kterou paní Bětka zná z Blesku až moc dobře a věděla toho pomalu více než my. S paní Bětkou jsme tak strávily nejvíce času povídáním o lidech ze showbyznysu a vyprávěla nám také o celebritách z dřívějších let. V minulých týdnech zde měly dívky ze střední školy prezentaci o panu Brzobohatém a všem klientům dali i jeho fotografii. Paní Bětka měla tuto fotografii vystavenou na nočním stolku a hned nám vyprávěla o celém jeho životě.

Mezi drby občas řekla i něco ze svého soukromí. Většinou stylem „To bylo tehdy, co měla moje sestra svatbu.“ Hodně věcí si pamatovala docela přesně právě díky těmto soukromým pomůckám. Pamatovala si, co se stalo ve společnosti podle toho, co se stalo v jejím soukromém životě.

Vyprávěla nám, jak ji mrzí, že se už nenatáčí. Tak neváhej a toč. Jednou byla účastna natáčení jako komparzistka a byl to pro ni velký zážitek. Líčila nám, jak jim pouštěli různé klipy a natáčeli, jak se smějí. Že občas kamera najela do výstřihu nějaké slečně, což způsobilo největší výbuchy smíchu, atd. Také se nám svěřila, že mluvila dokonce s panem Hruběšem, který se jí podepsal a kterého bere jako správného chlapa.

My jsme se téměř ke slovu nedostaly, ale hodně paní Bětku zajímaly právě celebrity a naše zkušenosti s nimi nebo s natáčením různých pořadů. Lenka se s tancem párkrát v televizi objevila, takže to paní Bětku velmi zajímalo a byla nadšená z vlastních zážitků, i když nebyly tak peprné, jaké by si mohla přečíst v bulvárním plátku.

Po domluvené dobře setkání jsme opět zašly za paní Eliškou, která už byla na odchodu domů. Tak jsme si cestou popovídaly o našich dosavadních zážitcích a samozřejmě i o nově zjištěných drbech.

Šesté setkání, 26. 11. 2012

Dnešní setkání stále ještě ovlivnila chřipková epidemie, která začala minulý týden. Spousta klientů byla stále v karanténě, proto bylo naše setkání komornější (o to individuálněji jsme mohly přistupovat ke klientům). Toto setkání bylo první, kdy jsme samostatně vedly skupinovou lekci.

Protože se blížily Vánoce, domluvily jsme se s paní Eliškou, že pomůžeme s pečením cukroví, které je mezi klienty velmi oblíbené. K nejoblíbenějším druhům cukroví patří perníčky, se kterými jsme dnes začaly. Přinesly jsme si svůj vlastní recept, který byl osvědčený (perníčky jsou rychle měkké). Přesto jsme se hned na začátku setkaly s komplikací, nebyly k dispozici ořechy, které jsme potřebovaly. To nás trochu znervóznilo, protože jsme si kvůli tomu nebyly zcela jisté výsledkem.

Aby bylo perníčků dostatečné množství, dělali jsme s klienty těsto ze dvou várek. Vždy jsme klientům nachystaly ingredience, ze kterých klienti zpracovávali těsto. S přípravou těsta jsme pomáhaly, těsto bylo totiž tuhé a nebylo jednoduché jej zpracovat. Ideálně by mělo těsto odpočívat v chladu alespoň jeden den, ale všichni jsme se již těšili na nějaké cukroví, proto jsme se rozhodly, že ze čtvrtiny těsta upečeme už dnes. Těsto jsme tedy rozdělily mezi klienty a pomáhaly jim s jeho vyválením. Následovala nejzábavnější část celého pečení – vykrajování. To zvládali klienti zcela samostatně, vzájemně si pomáhali s přendáváním vykrojených perníčků na plech, vybírali se tvary vykrajovátek, které se jim nejvíce líbily. Následovalo pečení, které bylo v naší režii. Výsledek nebyl zcela podle našich představ, což jsme dávaly za vinu neodpočinutému těstu – tvary se poněkud roztekly. Přesto ale chuťově byly perníčky dobré (i přes absenci ořechů). Na závěr jsme všichni ochutnali naše výtvořky a již se těšili na pokračování.

Šedmé setkání, 27. 11. 2012

I toto setkání stále ovlivňovala chřipková epidemie. Program byl přesto pevně stanovený, následující neděle byla již adventní, proto přišly na řadu adventní věnce. Paní terapeutka Markéta nám přinesla materiál k výrobě – polystyrénové věnce, chvojí, kterým se věnce obalovalo, ozdůbky, svíčky. Poté nám přivedla klienty, kteří byli zdraví a kteří měli zájem se účastnit programu.

Výroba věnců nebyla příliš jednoduchá a nebyla to činnost, kterou by klienti dělali často (jako například výrobu košíků). Musely jsme výrazně asistovat a to zejména při obalování polystyrénu chvojím. Aktivitu jsme vedly my dvě, ale pomáhala nám i terapeutka Markéta, aby nás bylo co nejvíce a abychom se mohly zároveň pracovat s co nejvíce klienty.

Nejprve jsme všem klientům pomohly za pomoci drátku obalit věnce. Následně si klienti vybrali, jakou chtějí barvu svíček. Na věnec umístili svícny, na ně připevnili svíčky. Nakonec si každý klient vybral ozdoby, kterými chtěl ozdobit svůj věnec, k dispozici byly různé mašličky, šišky, třípytlivé ozdoby atd. Když si to nějaký klient přál, pomohly jsme mu s výběrem ozdob a s jejich umístěním na věnec.

Někteří klienti byli rychlí a měli zájem vyrobit ještě jeden věnec. Protože si výrobu již nacvičili, postupovali mnohem samostatněji a zkušeněji. Všem klientům se výroba velmi povedla, věnce byly krásné. Vyrobené věnce si klienti mohli vzít s sebou na pokoj. Věnce, které klienti nechtěli, byly umístěny po domově a vytvářely pěknou vánoční atmosféru.

Osmé setkání, 3. 12. 2012

Dnes už byli klienti zdraví a v domově nebyla vyhlášená karanténa. Programu se tudíž mohl zúčastnit větší počet klientů. Dnes jsme navázaly na program z minulého týdne – na pečení perníčků. Při dnešním setkání jsme se spoustou klientů setkaly poprvé.

Protože jsme s touto činností měly již zkušenosti a měly jsme představu, co nás čeká, pracovalo se nám mnohem lépe. Jednotlivé úkoly jsme rozdělily mezi klienty. Postupně jsme vyváleli všechny části těsta, vykrájeli tvary, naskládali je na plech. Jedině s válením těsta měli klienti trochu problém, tak jsme jim musely trochu pomoci. Ostatní postup výroby perníčků zvládali klienti zcela samostatně. A kde bylo potřeba, vypomohla jedna klientka, která byla velmi šikovná a tak trochu suplovala naše role.

Druhou část setkání jsme se věnovali přípravě těsta na linecké pro příští pečení s terapeutkami. S těstem nám pomáhali klienti, kteří již neměli nic na práci. Další klienti se věnovali louskání ořechů. Zorganizovali si mezi sebou takovou manufakturu, kde každý měl svoji úlohu, a práce jim pěkně odsýpala.

Celková atmosféra byla velmi příjemná, klienti si mezi sebou povídali a práce nám šla pěkně od ruky. Dokonce i perníčky (na rozdíl od minulého týdne) dopadly výborně. Vyvarovaly jsme se minulých chyb a perníčky se neroztekly, nepřipálily se a pěkně se leskly. Na závěr setkání jsme opět všichni ochutnali výsledek naší dopolední práce a byli jsme s ním spokojeni.

Deváté setkání, 10. 12. 2012

Po domluvě s paní Eliškou na začátku praxe jsme si na dnešní setkání připravily prezentaci na téma „Tanec napříč stoletím“. Klienti mají prý prezentace velmi rádi. Téma jsme zvolily na základě našich zájmů a také na základě toho, že žádné podobné téma v domově ještě nebylo prezentováno.

Zabývaly jsme se společenským a soutěžním tancem. Chtěly jsme, aby prezentace byla pro klienty zajímavá, nechtěly jsme, aby byla nudná. Vyhnuły jsme se většímu množství textu a do prezentace jsme umístily zejména fotky a obrázky. Zaměřily jsme se na zajímavosti, na „špeky“, které by mohly být pro klienty atraktivní. Zpracovaly jsme stručnou historii tanců, zajímavosti o vybraných tancích, vývoj módy v soutěžním tanci (jako zajímavost jsem na prezentaci přinesla své vlastní taneční šaty a boty, o kterých jsem doufala, že zaujmou a že se budou líbit). Na závěr jsme jako zajímavost umístily videa s tanci z 30. Let minulého století a pro srovnání i s tanci ze současnosti.

Prezentace se realizovala ve společenské místnosti, kde je umístěn i projektor. Terapeutky nám sem přivedly klienty, kteří měli o prezentaci zájem. Překvapilo nás, jak velká účast byla. Dle našeho názoru jsme prezentování zvládly dobře, většina klientů vypadala, že je naše prezentace zajímavá. Podle předpokladu je nejvíce zaujala móda, mnou přinesené šaty a videa (zcela jistě to bylo tím, že byly přítomny téměř samé ženy). A přestože během prezentace neměl téměř nikdo žádné dotazy, po skončení prezentace jsme si povídali o zkušenostech klientů s tanci. Tato část byla pro nás velmi zajímavá, klienti vyprávěli

příběhy, jak to s tancováním bylo v době jejich mládí, jak i na tuto část života měla vliv politika a doba. Hodně také zazníval názor, že dnešní mladí už neumí tancovat. Umí prý tancovat jen na diskotékách, ale lidové tance nebo klasiku prý už umí málokdo. Dokonce nám jedna klientka řekla, že má vnuka, který velmi dobře tančí závodně latinskoamerické tance. My naopak mluvily o svých zkušenostech a řeč došla dokonce i na StarDance, které aktuálně vysílali v televizi.

Po skončení diskuze klienti odešli do svých pokojů. Později jsme se od paní Elišky dozvěděly, že prezentace měla úspěch, což nás potěšilo.

Desáté setkání, 17. 12. 2012

Dnešní setkání bylo pro nás poslední. Potřebovaly jsme s paní Eliškou vyřešit ještě nějaké formality, tak jsme čas věnovaly i této činnosti. Svůj program jsme pro klienty na dnešní den již neměli, šly jsme se pouze podívat na pečení cukroví, které vadly terapeutky. Zde jsme chvíli klientům pomáhaly a následně jsme se s nimi rozloučily. Bylo to smutné, protože praxe zde byla příjemná.

Následně jsme ještě šly k paní Elišce, kde jsme společně ještě reflektovaly naši praxi. Mluvily jsme o tom, jak se nám praxe líbila, jak nám to šlo, jaké jsme měly překážky. Paní Eliška nám řekla spoustu zajímavých informací o práci v zařízení pro seniory. Vypíchlá i to, jak je těžké to, že se zde člověk velmi často setkává se smrtí. A nejen, že se s ní setkává. Musí navíc o smrti klienta informovat jeho rodinu. Uvedla nám i několik příkladů, kdy smrt klienta byla obzvláště těžká a smutná.

Dále paní Elišku zajímal náš názor na zařízení, zda jsme si všimly něčeho, co by se mělo změnit. My jsme byly ale v zařízení opravdu spokojené, na každém kroku jsme se setkávaly pouze s profesionálním, zároveň ale příjemným přístupem. Na závěr jsme vyplnily dotazníky, které v zařízeních dávají všem praktikantům. Na památku jsme od Elišky dokonce dostaly šátky, což nás opravdu velice překvapilo a potěšilo. A tímto krásným gestem ze strany paní Elišky pro nás skončila praxe Domově pokojného stáří na Kamenné v Brně.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Praxi obě dvě hodnotíme velmi kladně. Ani jedna jsme do této doby neměly žádné větší zkušenosti s prací s touto cílovou skupinou. Do praxe jsme vstupovaly s lehkými obavami, nevěděly jsme, co nás čeká, jaké bude vedení a jací budou klienti. Neměly jsme ani předem zcela jasnou představu, co chceme s klienty dělat. Nicméně jsme hned úvodní setkání zjistily, že je zde velmi příjemné vedení a zejména velice příjemná a vstřícná sociální pracovnice Eliška. Díky nim jsme se hned na začátku zbavily svých obav. Za celou praxi jsme se nesetkaly s ničím negativním, všichni nám vycházeli neuvěřitelně vstřícně.

Do praxe jsme vstupovaly s pocitem, že se seniory bychom v budoucnu v budoucnosti nechtěly pracovat. Ovšem během praxe, kde jsme tuto cílovou skupinu (a práci s ní) lépe poznaly, naučily jsme se, jak s klienty pracovat, jsme tento názor musely poupravit. Výsledek naší praxe tedy je, že z ní máme velmi dobrý pocit (máme pocit, že jsme v zařízení byly užitečné a ne jen někde na postradatelné práci) a že bychom se v budoucnosti nebránily práci se seniory.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

V našem výzkumném šetření jsme se rozhodly zaměřit se na veřejnost a na její názor na zařízení pro seniory (co o těchto zařízeních ví, jakou o nich mají představu). K tomuto tématu nás přivedl ten fakt, že samy jsme před praxí neměly o zařízeních žádnou jasnou představu. Naše pozitivní zkušenosti s praxí, ale i s exkurzí v Bystřici pod Hostýnem nás mile překvapily. Chtěly jsme tedy zjistit, zda je veřejnost o zařízeních neinformovaná, nemá představu, jak život v nich vypadá, nebo zda je tomu naopak.

Respondenti

Pro výběr respondentů jsme neměly předem daná téměř žádná kritéria, pouze chtěly, aby naši respondenti byli dospělí. Kritérium dospělosti pro nás bylo důležité, protože podle nás by pro dospělé respondenty mohlo být jednodušší uvažovat o zařízeních pro seniory, případně by mohli mít zkušenosti z vlastního okolí. Šetření se zúčastnilo 22 respondentů ve věku 18–56 let (respondenti byli vyhledáváni podle dostupnosti). Všichni respondenti se zúčastnili dobrovolně a byla jim zaručena anonymita.

Analýza

Vzhledem k velkému množství respondentů a získaných informací jsme zvolily jako nástroj analýzy obsahovou analýzu. Díky této metodě jsme mohly získat údaje o existenci, četnosti výskytu, ale i vzájemné vztahy určitých informací. Proto se v našem případě jedná o kvantitativní, ale i kvalitativní metodu analýzy.

Celý text jsme důkladně přečetly a při druhém čtení jsme si vypisovaly kategorie, které nám vznikaly u každé otázky. Tím jsme si vytvořily záznamový arch. Následně jsme si do daných kategorií sepisovaly existenci informace u jednotlivých respondentů. Podle tohoto záznamového archu jsme mohly dále výsledky interpretovat.

Interpretace

Hlavními body našeho výzkumu byly tři otázky, které jsme dávaly respondentům a tyto tři otázky budou také opěrnými body této interpretace.

Co víte a co si myslíte o zařízeních pro seniory?

„Toto místo na mě nepůsobí dobře, ale spíše depresivně, smutně a jsou spojené se stářím a smrtí.“

Při této otázce byly odpovědi respondentů víceméně půl na půl. Jedna polovina respondentů si myslí, že domovy pro seniory jsou přeplněné, v pokojích nemají seniři žádné soukromí a celkově nejsou tyto domovy vůbec příjemné místo k bydlení. Druhá polovina respondentů naopak soudí, že zařízení pro seniory jsou příjemné budovy s hezkou výmalbou a velkou upravenou zahradou, kde je poskytnut důstojný život.

„Prostory, které obývají – jako pokoje, tak ty jsou sice menší, ale dostačující pro běžného starého člověka.“

Většina respondentů si myslí, že pokoje jsou určeny pro malý počet klientů – přibližně že jsou tři klienti na jednom pokoji. Ale také si myslí, že některé pokoje mohou být samostatné. Téměř nikdo se nevyjadřoval k tomu, že by pokoje byly pro velký počet osob. Jen dva respondenti si myslí, že v jednom pokoji bývá až 8 klientů.

„Aktivity jsou ve většině realizovány dobrovolníky, protože sestřičky na takové blbosti nemají čas.“

Podle téměř všech respondentů je v domovech poskytnut dobrý zdravotní personál, který se dokáže o seniory dobře postarat a hlavně je k dispozici nonstop. Přesto si asi jedna čtvrtina respondentů myslí, že zdravotní personál nemá moc času, je přepracován a nemůže tak seniorovi poskytnout plnou péči, jakou by si zasloužil. Velkým východiskem z této situace vidí respondenti v dobrovolnících, kteří chodí do těchto domovů vypomáhat.

„Možná sem tam někdo přijde, například děti z hudebky a udělají program.“

Asi tři čtvrtiny respondentů si myslí, že seniorům jsou poskytnuty nějaké aktivity a že je v domovech i nějaká společenská místnost, kde se mohou senioři scházet a trávit spolu svůj volný čas. Jen ale minimální počet (asi 10 %) respondentů si myslí, že aktivity jsou různorodé a plnohodnotné.

„Ale můj názor zatím hodně zkrslují informační media, ve kterých se většinou řeší jenom ty špatné zařízení, ve kterých jim nedají najíst, kradou jim peníze a týrají.“

Respondenti, kterým domovy pro seniory přijdou důstojné, si myslí, že ubytovacích míst je nedostatek a mělo by se investovat více finančních prostředků do výstavby dalších zařízení pro seniory a také do pozitivní medializace. U některých respondentů byl špatný úsudek o domovech důsledkem negativní medializace – týrání, brání peněz klientům, hlad, atd.

Co si myslíte o životě v takovémto zařízení?

Všichni respondenti, kteří se vyjádřili ke zdravotnímu personálu, tak se vyjádřili kladně. Myslí si, že je zde kvalifikovaný personál, který se dokáže postarat o klienta se zhoršeným zdravotním stavem a o jeho potřeby. Ale co se týče dalšího personálu, tak si někteří respondenti myslí, že v dnešní uspěchané době se více hledí na papírování a dodržování norem než na to, aby se měl klient dobře. Zkrátka je malý důraz na lidi.

„Je to místo na dožití, kdyby ti lidé měli dost peněz, platili by si ošetřovatelku a byli by doma. Ale ti, co dost peněz nemají, tak tam jen čekají na smrt.“

Větší polovina respondentů si myslí, že život v těchto domovech je velmi pesimistický a celkově se vyjadřují negativně. Je to podle nich takové místo na dožití, čekání na smrt. Navíc smrt je všude okolo klientů, takže si myslí, že ani senior se zde nemůže cítit dobře.

Respondenti si myslí, že když jde do takového zařízení někdo nedobrovolně, tak je to pro něho velmi špatné a nikdy se tam nebude cítit dobře a vždy se bude cítit odstrčeně a už nepotřebně. Na tomto se shodli všichni respondenti.

„Je to lepší, než zůstat sám v baráku, ale nechtěla bych být v situaci, kdy tam budu bydlet a pro rodinu přestanu existovat.“

Většina respondentů si i přes negativní postoj k těmto domovům myslí, že pokud je člověk nemocný, nestačí už na běžné úkony a nemá nikoho, kdo by se o něj postaral, tak by to pro něj mohlo být dobré. Stejně jako to, že než aby byl sám doma mezi 4 stěnami, to raději v takovémto domově společně s dalšími vrstevníky.

„Já myslím, že spousta důchodců tam nechce jít, ale nemyslím si, že by to bylo nějaký špatný... Tam aspoň si s někým mají možnost vykládat a tak.“

Celkově o aktivitách si respondenti myslí, že senioři zde zažívají nudu. Na tom se shodla většina respondentů. Nezávisle na sobě jmenovali aktivity – televize, šachy a nějaká ta knihovna. Velmi zajímavé bylo, že když respondenti jmenovali nějaké aktivity, tak vždy tyhle tři. Jen dva respondenti říkali, že program chodí dělat dobrovolníci, dělají se například hudební programy děti ze základních škol, atd. Jinak vlastně ani neví, jaké aktivity se můžou se seniory dělat. A vlastně si myslí, že se ani nedělají, protože na to sestřičky nemají čas.

„Já myslím, že se jim tam líbí. Že jim tam nic nechybí. Mají si s kým povídat, protože tam jsou lidi v jejich věku, mají tam lidi, kteří ví jak se o ně starat.“

Jako velké pozitivum těchto domovů se respondenti shodli, že jsou senioři se svými vrstevníky, ale i s mladými zdravotními sestřičkami. Tedy mají sociální kontakt, který jim může nějak pomoci. A že se jim tak může vrátit alespoň trochu chuť do života. Další pozitivum je plnohodnotné a časté jídlo, které mohou dostávat a které by si už sami neuvařili.

V jakém případě byste umístili seniora do takového zařízení?

„Prvně mě napadne, že bych tam nikdy nikoho z blízkých nechtěla nikdy umístit. Ale když se zamyslím...“

To byla klasická věta téměř všech respondentů. Poté, co řekli své „ale“, tak pokračovali ve výčtu pozitiv, které domovy seniorů přinášejí a proč by se tam klienti měli lépe nežli doma.

„Jak už jsem říkala, by v tom mělo hrát roli, jestli tam senior chce, nebo ne.“

Podle asi všech respondentů je nejdůležitější, aby do takového zařízení šel senior dobrovolně a na základě vlastního uvážení. Oni sami by nechali rozhodnout seniora a do ničeho by ho nenutili. Zároveň se ale někteří respondenti vrátili k tomu, že někdy jsou tyto zařízení mnohem lepší než domov a pak by mu doporučovali, aby do toho domova šel. Ale to až jako krajní možnost.

„Nejspíš bych doporučila, kdyby zůstal sám v baráku, bez příbuzných...“

Opět naprostá většina respondentů říkala, že než aby byl senior sám doma, mezi 4 stěnami, bez dalších sociálních kontaktů, prostě bez nikoho, s kým by si mohl popovídat, tak je mnohem lepší jít do domova, kde je více stejně starých lidí, se kterými si můžou popovídat, zahrát šachy, atd.

„A hlavně si myslím, že když někdo umístí seniora do domova, neznamená to, že se ho zbavuje, pořád ho může často navštěvovat.“

Téměř všichni respondenti se shodli na tom, že život v takovémto zařízení je vhodný pro seniory, kteří se už o sebe nedokážou sami postarat a nemají v okolí nikoho, kdo by jim s tím pomohl. Někdy to nemusí být tím, že by rodina nechtěla, ale tím, že prostě nemůže. Buď bydlí daleko, nebo není čas trávit několik hodin u seniora doma, zatímco se musí starat o děti a vydělávat peníze v práci.

„Za okolností, že bych věděla, že mu z nějakého důvodu nemůžu sama poskytnout pomoc.“

Domovy pro seniory jsou také vhodné pro osoby, které jsou nemocné a rodina jim už neumí pomoci. V takovém případě je lepší být v takovém zařízení, kde je kvalifikovaný

personál a který ví, jak na ně a jak klientům pomoci. V tomto případě by domov seniorů doporučila opět většina respondentů.

A perlička na závěr – respondentka, která se celou dobu vyjadřovala velmi kladně k těmto domovům i k důvodům, při kterých by uvažovala o doporučení přestěhování blízkého seniora do tohoto zařízení, tak na závěr uvedla, že by seniora dala do takového zařízení tehdy, „*Kdyby mi do všeho kecal jako baby...*“

Individuální a skupinová aktivizace seniorů v Domově seniorů Stříbrné Terasy

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Hana Nečadová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Stříbrné Terasy Jihlava, o.p.s.

Domov pro seniory

- Charakteristika: nově postavený domov pro seniory, bez zvláštního režimu (i když se sem tam klient, který by zvláštní režim potřeboval, objeví – často převoz na LDN nebo na paliativní péči). Posláním sociální služby „Domov pro seniory“ Domova seniorů Stříbrné Terasy je zajištění podpory nezávislosti a soběstačnosti klientům a umožnění prožití aktivního a důstojného stáří. Veškerá činnost personálu směřuje k podpoře a zachování kontaktů s rodinou, přáteli a veřejností, k vytvoření domácího prostředí a atmosféry s respektováním individuálních potřeb klienta.
- 75 klientů,
- zaměření.

Cílová skupina

- osoby, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby (§49)
- osoby, jejichž chování narušuje práva ostatních uživatelů a v důsledku svého zdravotního stavu nevyžadují péči poskytovanou v domovech se zvláštním režimem.

Uživatelé služeb jsou zpravidla občané z Jihlavy, kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, onemocnění nebo zdravotního postižení a potřebují částečnou nebo úplnou podporu či pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu.

Věková struktura

- dospělí 55–64 let, kteří splňují podmínky pro přiznání invalidního důchodu, senioři nad 64 let

Složení personálu

- 2 pracovnice sociálně-aktivizačního úseku + vedoucí soc. úseku, dále sestry a zdravotní asistenti, fyzioterapeut, stravovací úsek, ekonomický úsek, dochází 3 lékaři

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 15. 11. 2012, 8.30–14.30
2. 22. 11. 2012, 8.30–14.30
3. 23. 11. 2012, 8.30–14.30
4. 29. 11. 2012, 8.30–14.30
5. 30. 11. 2012, 8.30–14.30

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Celkem 10 klientů ve věku od cca 70 do 95, z toho 8 žen a 2–3 muži (1 paní v průběhu praxe zemřela a jeden pán odvezen na LDN)

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

15. 11. 2012

- 8.30–9.30 – seznámení s personálem sociálně-aktivizačního úseku, proškolení o bezpečnosti, podepsání smlouvy o praxi
- 10.00–11.30 – skupinová aktivizace – aktivity na procvičení kognitivních vlastností – sudoku, puzzle, Člověče, nezlob se, skládání a spojování obrázků na základě logických vlastností, pexeso
- 12.30–14.30 – individuální aktivizace na pokojích u imobilních klientů – čtení z novin, povídání, hra „plastové kolíčky“ na procvičení motoriky rukou, „rehabilitace“ u paní s Parkinsonovou chorobou
- Sociální pracovnice vždy se mnou za klienty přišla, představila mě a odešla. Zbytek individuálních aktivit po celou dobu jsem prováděla už sama.

22. 11. 2012

- 8.30–10.00 – administrativa – seznámení s Isem, zakládání do osobních karet klientů, v 9 hod. ranní cvičení
- 10.00–11.00 – skupinová aktivizace – společenské hry – Člověče, nezlob se, pexeso, skládání obrázků (spojit např. obrázek dopisu a známky nebo lampičky a žárovky apod.)
- Oběd
- 11.30–14.30 – individuální aktivizace na pokojích – s jedním těžce nemocným pánem jsme si prohlíželi a povídali o Betlému, který sám vyráběl. S jeho manželkou jsme se bavily o jejich zdravotním stavu.
- Paní po zlomenině ruky – plastové kolíčky – procvičování motoriky ruky.
- Paní se sluchovou vadou – prohlížely jsme si kalendář z místa jejího bydliště. Trochu komplikovanější komunikace, přesto jsme si o místech jejího minulého bydliště povídaly.

23. 11. 2012

- Od 9.00 – ranní cvičení.
- 10.00–11.00 – skupinová aktivizace – výroba soba z punčochy (tu vycpávali), z vlny se udělal nos, ze šišek srst, z větvičky paroží.
- Oběd, administrativa.
- 12.00–14.30 – individuální aktivizace – 2 paní z 1. patra. Jedna po mozkové mrtvici (velmi špatně mluví a kvůli tomu je hodně plačtivá) – na stole měla fotky své rodiny, když byla asi tříletá – povídaly jsme si v rámci možností o mamince.
- druhá paní měla Parkinsonovu chorobu (před týdnem se mnou skoro nemluvila) – tento týden se rozmluvila, omlouvala se, že mluví potichu. Cvičily jsme spolu dýchání a protahovaly jsme nohy.

29. 11. 2012

- od 8.30 ranní cvičení, administrativa
- 10.00–11.00 – muzikoterapie – nácvik koled (nutné sepsat a vytisknout text koled).
- Odpoledne se řešily tři úmrtí a odvoz jedné paní s psychickými problémy, pomáhala jsem s administrativou.

30. 11. 2012

- od 8.30 do 11.00 – ranní cvičení, adventní věnce, pečení ozdob na vánoční stromeček ze slaneého těsta.
- Odpoledne – rozhovor s vedoucí soc. úseku o mé praxi + vyplnění dotazníku o praxi, rozloučení s jednotlivými klienty na pokoji a slib, že opět přijdu na návštěvu.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Praxe byla velmi prospěšná pro můj osobní i profesní růst. Měla jsem možnost vyzkoušet si jak aktivizační techniky, tak nahlédnout do administrativy sociálního úseku DS a do chodu sociálně-aktivizačního úseku. Bohužel jsem měla možnost nahlédnout i do situací jako je úmrtí v DS. Seniori byli velmi laskaví a přístupní, vděční za jakýkoli kontakt, rozhovor, povzbuzení, aktivitu. Občas jsem se bála, že aktivity jsou „pod jejich úroveň“, ale seniori nikdy nedali najevo, že by se jim aktivita nelíbila nebo že by z ní byli znechuceni. Pokud jsem nevěděla například jak s nimi rehabilitovat, ochotně mi cviky poradili. Ráda bych se v budoucnu do zařízení pro seniory vrátila.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Své výzkumné šetření jsem vytvořila na základě své bakalářské práce o participaci seniorů. Chtěla jsem si své výsledky v praxi vyzkoušet. Bohužel výběrový vzorek není ani trochu reprezentativní, protože jsem se ptala pouze těch seniorů, s kterými jsem přišla do kontaktu.

Otázky, které jsem seniorům pokládala:

Kdyby byly zítra parlamentní volby, jak byste k nim přistoupil/a?

a) K volbám bych vůbec nešel/a

- b) O volbě strany ještě nemám jasnou představu
- c) Již mám jasnou představu, koho budu volit

Angažujete se nějak v české politice?

- a) Ne
- b) Ano – účastním se podpisových akcí
- c) Ano – jsem členem politické strany
- d) Ano – sleduji zprávy

Výsledky minišetření:

Celkově jsem se ptala 15 klientů

1. otázka o přístupu k volbám:

K volbám by nešli 3

Šli by, ale jasnou představu nemají také 3

a jasnou představu má 9 klientů

2. otázka o politické participaci:

Vůbec se neúčastní 3 klienti

Účastní se podpisových akcí 2 klienti

Členem politické strany není nikdo v současné době

Zprávy sleduje 10 klientů

Interpretace výsledků:

Senioři jsou velmi disciplinovaní voliči. Voleb se ve většině případů účastní. Co se týká politické participace nevolební tak se ve většině případů (2/3) zajímají o politiku prostřednictvím TV, radia či novin.

Aktivizace Domova pokojného stáří

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Veronika Partiková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pokojného stáří Kamenná

Ke svému zařízení praxe jsem se dostala náhodou. Nejdříve jsem psala do jiného domova seniorů, ale bohužel mi neodpovídali. V Salesiánském středisku ale pracuji společně s jednou animátorkou, která pracuje jako terapeutka pro seniory. Ozvala jsem se sociální pracovníci a ta se mnou ochotně domluvila na schůzce.

Už jen to, že jsem svoji praxi chtěla vykonat dřív, částečně v srpnu, mohla být komplikace. Ale sociální pracovníce mi vyšla vstříc. Nakonec jsem došla na praxi celkem 9krát, dohromady 30 hodin.

Jde o moderní zařízení. Budova původně sloužila „padlým dívkám“, poté byla přestavěna a dokonce byla přidána nová budova. Služeb využívá přibližně 45 klientů.

Senioři od věku 65 let jsou přijímaní za podmínky, že se sami chtějí přestěhovat. Sociální pracovníce vždy každého potenciálního klienta kontaktuje, ukáže mu fotky, zjistí jeho vlastní názor.

Dům pokojného stáří Kamenná patří pod oblastní charitu Brno. Můžeme uvnitř zařízení také vidět známky křesťanské víry – duchovní programy, kříže apod. Klienti ale nejsou nuceni se duchovní činnosti účastnit. Je jim ale často velkou podporou.

Kromě základní péče poskytuje zařízení také kvalitní trávení volného času a různé terapie. Každý den je nabízeno několik činností. Například pletení košíků, kavárny – kdy jsou dovezeny zákusky, uvařena káva a pozvány klientky k „pokecu“. Většinu klientely totiž tvoří ženy. Výjimku tvoří 3 muži. Dalším nabízeným programem je promítání filmů, malování na hedvábi, cvičení, čtení knih... Mimo tyto pravidelné aktivity je nabízeno také individuální povídání, aktivity, hry. Je také možné procházet se po krásném okolí zařízení, kolem umělého rybníčku. Klientky se dokonce předhánějí, která udělala více koleček.

Každý týden také přicházejí zdravotní klauni a hledají si cestu ke každému z klientů. Úterý je zase den canisterapeutů.

V tomto zařízení nejsou žádné návštěvní hodiny, příbuzní mohou přijít kdykoliv. Je kladen velký důraz na osobnost a důstojnost člověka.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

22. 8. 2012

Toto byl můj první den na praxi. Po cca půlhodinovém rozhovoru se sociální pracovníci a nastiněním, co bych chtěla já a co by uvítali oni, jsme se dohodli, že nejdříve budu navštěvovat jejich vlastní aktivity a učit se, jak se vlastně se seniory pracuje a poté přijdu s vlastním programem.

Terapeutky mě uvítaly a komunikovaly se mnou velmi přátelsky s nádechem, že jsou na praktikanty zvyklé a umí s nimi dobře pracovat. V podstatě jsem mohla sama korigovat, co budu dělat a co ne. Terapeutky mi například řekly: „Mohla by ses naučit zaplétat do košíku nový prut? Mohla bys donést paní XY nový základ?“

Ale já se samozřejmě chtěla zapojit co nejvíce. Takže jsem začala tím, že jsem pomáhala přivážet klienty. Časem jsem je i sama vozila na vozíku, doprovázela, pokud chodili sami. Přeprava klientů pro mne byla hodně překvapivá. Obě slečny jsou štíhlé a pohled, jak společnými silami zvedají 70letého pána s vypětím sil, mě téměř dojal. Jejich práce je velmi náročná a to hlavně psychicky. Ale už na prvním dnu pro mě bylo jasně cítit to, že jsou všichni stále nadšení, nevyhořelí, ochotní brát klienty jako jedinečné osobnosti.

Přeprava probíhala tak, že jsem vždy s terapeutkou navštívila daného klienta. Byla jsem představena, podala ruku. Poté jsem byla rychle a za běhu seznámena s tím, co a jak. „Vozík se skládá takto, dává se sem. Pozor na ty postraničky. A někdy se dává protiskluzová podložka. Tamhle u výtahu si hlídej čidlo...“

Samotná pracovní činnost, pletení košíků, bylo balzámem pro duši. Klientky byly přivezeny, nebo přišly samy a usadily se u dlouhého stolu. Pletly košíky samy nebo s pomocí a kontrolou. V průběhu se buď soustředily na práci, třesoucíma se rukama proplétaly pruty. Častěji však povídaly, co je nového, poslouchaly dechovky, smály se. A občas zvolaly „Bílejší!“ To jsem se rychle naučila, jak nastavit prut a pak jsem s prutem přispěchala, nastavila patřičnou barvu, zkontrolovala, jak si vedou. A nikdy před tím jsem košíky nepletla... Samozřejmě jsem se stihla seznámit s většinou žen, které tam seděly.

23. 8. 2012

Druhý den na mě čekala úplně jiná sorta lidí. Šlo o cvičení s imobilními seniory. Jak jsem se první den radovala ze skvělé atmosféry, tak jsem byla druhý den šokovaná. První paní, kterou přivedli, moc nereagovala, ale usmívala se, když jsem ji hladila po ruce. Druhá, ta pro mě byla šokující. Povídala nesmyslné věty, občas vykřikla, nevnímala. Rozmázávala sliny po svém vozíku, šťourala se v nose a uších. Koukala jsem na ni několik minut a vůbec nevěděla, co dělat. Poté přivezli další a já si začala zvykat na ty osudy, které se tam potkávají.

Cvičení probíhalo vsedě a většinou s dopomocí. Tu jsem s terapeutky také poskytovala, zvedala jsem křehké ruce a nohy, nosila náčiní apod. Cvičení trvalo asi půl hodiny. V průběhu jsem si házela s míčem, což byla aktivita, na kterou reagovali úplně všichni, zvláště na ten nafukovací. Dokonce paní, která mě na začátku vyděsila.

Po cvičení jsme zavezli některé klientky k rybníčku. Jednu z nich jsem musela hlídat, protože se snažila sklouznout ze svého vozíku a těžko se poté zvedala. Zatímco terapeutka odešla pro další paní, já osaměla se dvěma klientkami a trochu mě mrazilo z toho,

aby se něco nepříhodilo, klientka přece jen nesklouzla z vozíku. Dopadlo to dobře. S úžasem jsem sledovala, jak terapeutka ukazuje klientkám květiny, rybičky a povídá si s nimi. I s těmi, které nereagují na podněty. Čísela z ní naděje a laskavost.

Následoval převoz zpět. Měla jsem na starost vozíček a před sebou kopeček dolů. I když mě to pěkně vyděsilo, jak jsem se snažila brzdit vlastní vahou a zároveň sledovat, jestli klientce nic nehrozí, tak mě pobavila reakce přihlížející mobilní klientka, která vědoucne poznamenala: „Do těch dveří to vezměte pozpátku, no přesně takhle!“

Na závěr jsem si šla sednout k jedné paní, ležící na lůžku. Ukazovala jsem jí na počítači psí plemena a ona se snažila vzpomenout si, jak se jmenují. „Měla jste psa?“ „Měla.“ „A jaká to byla rasa?“ „Už nevím.“ „A jak se jmenoval?“ „Bernardýn.“ Nakonec paní prohlásila, že vlastně vůbec nechce koukat na psí plemena. Ale očividně byla vděčná za každou větu, kterou s ní kdo prohodil.

24. 8. 2012

Tento den se konalo cvičení pro mobilnější skupina, než byla ta předchozí. Opět u cvičení seděli, ale přišli sami nebo s chodítkem. Nebylo třeba dopomoci, spíše jim ukazovat, co mají dělat. Vymýšlela jsem pár cviků, které poté předváděli. Nakonec oblíbené pinkání a házení míče. To je skutečně požehnaná technika, rozpohybuje každého a každý ochotně reaguje. Nakonec se dá doprostřed kruhu velký míč na sezení a hraje se kopaná. Zdá se, že každý si chce kopnout. Těm méně pohyblivým ostatní schválně nahrávají.

Po cvičení těla následuje cviční paměti. Dnešní téma je „Zelenina“. Jde vždy o něco, co je seniorům dobře známe. Takže terapeutka například čte popisy zeleniny a ostatní hádají, co je to zač. Poté obcházejí klienty s miskami plodů a oni opět hádají. Další hra je následovná: každý dostane lístek se jménem zeleniny. Musím si vzpomenout na co nejvíce jídel, kde se zelenina používá. Ostatní to nevydrží, ochotně přihazují další. Terapeutka vede komunikaci dál, ptá se, co kdo pěstuje. Dozvídám se, že minule jeden klient dovezl brambory a guláš poté jedli všichni tři dny. Letos to rozhodně zopakují!

Pak se na tabuli napíše zelenina, ale s přeházenými písmenky. Slova mají různou obtížnost, pracovníce umí zapojit ty schopné i ty už o něco méně.

Na závěr mé „služby“ roznášíme zákusky, ale pozor na cukrovkáře.

27. 8. 2012

Tento den byl můj první „individuál“. Sociální pracovníce mi vybrala dvě ženy. Nejdříve mi dala „návod“, co všechno se dá na individuálu dělat. Pro všechny případy jsem si vzala i knížku, abych mohla předčítat. Všechny moje obavy ale byly zbytečné. Dostala jsem informace o životě klientek a o jejich rodinných příslušnících. Taky mi řekla, kterým tématům se vyhýbat a které je naopak baví.

První žena si mě usadila vedle sebe na postel a hodinu a půl nezavřela ústa. Tak mi chtěla povědět všechno, že jsem si na úvod zeptala na hody a ona mi rovnou vyklopila celý svůj život. Později se stala mojí respondentkou, proto zde o ní stručně. Druhá žena byla obdobný případ, taktéž se účastnila mého výzkumu a taktéž byla vděčnou vypravěčkou. Individuály se mi zdály jako něco neskutečně užitečného. Skoro si i troufám tvrdit, že bez takovýchto individuálních návštěv by klientky snadno propadly depresím.

28. 8. 2012

Druhý den individuálů jsem dostala opět dva klienty: starou paní doktorku a poté bývalého profesora z vysoké školy. Paní byla trochu oříšek. Dříve prý dokonce, když jí některá praktikantka shodila hůlku, ihned si zapsala její jméno. Smutné je, že tato příkrá žena nakonec mile ráda vyprávěla o svém životě a po pedantství už ani stopy. Asi jí už bylo smutno.

Vždy šlo o velmi pohnuté osudy. Často jsem jen zírala s ústy dokořán nad jejich osudy, nebo nad tím, jak se dokázaly vypořádat s ranami těchto svých osudů.

Muž byl ale opravdu velký oříšek. Když jsem odcházela, sociální pracovnice se mě ptala: „Jak dlouho jsi tam byla?“ „Půl hodiny.“ „Tak dlouho? Dobry!“

Pán byl skutečně velmi vzdělaný člověk. A protože ho zajímalo východní náboženství, sociální pracovnice nás seznámila a zanechala mě s ním. Pán povídá: „Tak co byste chtěla vědět?“ Já, naprosto bez motivace dozvídat se nějaké encyklopedické informace, zato s motivací bavit se na jeho oblíbené téma: „No, tak co vás zajímá?“ Pán na to: „Tak to ne, takovéto výsledky provádět nebudeme.“ Nakonec pán pojal přesvědčení, že se chci stát buddhistkou a doporučil mi několik knih a organizací, nadiktoval mi co dělat nemám a kudy cesta nevede. Ale pravdou je, že si popovídal, i když já byla poněkud v rozpacích. Byla to výzva.

29. 8. 2012

Opět jsem přišla pomáhat na pletení košíků. Už jsem znala všechny přítomné minimálně od pohledu, spíše ale i jménem a ony znaly mne. Takže jsem sice pomáhala s pletením, ale spíše tu někoho pozdravila, tam pochválila, tam zabředla do řeči o čemkoliv.

Pravdou je, že klientky milují zpět. Když se pustí oblíbená dechovka, zpívají všichni.

Po pletení jsem opět pomáhala navážet na oběd. Obědvají společně u jednoho stolu, co se týče jedné budovy, resp oddělení. Jde o ty mobilní, nebo alespoň většinou. V kolektivu asi deseti lidí společně obědvají. Pomáhala jsem jim například krájet jídlo, když jedli jen lžící. Terapeutka skvěle vyváží jídlo konverzací, mluví se o počasí, o chatě jednoho z klientů, o tom, kdo má dnes svátek. Stejně na mě jde ale smutek, když vidím tyto osamělé bytosti shrbené nad talířem se lžící, jak se jim klepe ruka. Když už tomuto nemůže me zabránit, měli by terapeutky posvětit. Mají úžasnou trpělivost a optimismus.

30. 8. 2012

Tento den jsem strávila skoro celý v domově.

Začala jsem cvičením qi gongu. Šlo o můj vlastní program, namísto klasického cvičení. Dostala jsem k dispozici mobilní skupinu čiperných senierek. Cílová skupina teda skupina max. 10 lidí, kteří jsou schopní se bez pomoci hýbat.

Aktivita se prováděla vsedě. Potřeba byla pouze hudba, relaxační. Bohužel nás ale rušily zvuky rekonstrukce z přízemí.

Nejdříve jsem zahájila krátkou přednáškou o tom, z čeho cvičení vychází. Jde o taoistické cvičení těla a dechu, který se směřuje do břicha. Cvičení ovlivňuje funkci vnitřních orgánů, náladu, oběh krve. Poté jsme se vsedě rozcvičili jednoduchými cviky z klasického strečinku. Zapojila jsem uvolňovací cvik, při kterém se nahlas smějeme a klientky se

váhavě zapojily, ale nakonec je to rozesmálo. Poté šlo o několik cviků, dynamických nebo statických, s důrazem na dech. Cvičení trvalo asi půl hodinu.

Dále jsem se zúčastnila cvičení paměti a oběda. Na obědě jsem předčítala z knihy klasického poezie. Mělo to velký úspěch, ačkoliv svému přednesu moc nefandím.

Následně jsem měla čas pro svůj výzkum, teda dva individuální rozhovory.

Odpoledne přišel čas na druhou část mého programu. Sociální pracovnice si v podstatě vyžádala promítání či přednášku. Protože dechové cvičení bylo laděné asijsky, promítala jsem fotky ze své návštěvy Hong Kongu. A aby to nebylo příliš pasivní, zapojila jsem do začátku krátký kvíz o realitách. Na promítání jsem měla cca 30 klientů. Bála jsem se, aby jim nebylo líto, že už se tam nepodívají. Ale bylo mi vysvětleno, že už to mají vyřešené sami v sobě. Přesto mi ale děkovali a dokonce i někteří v slzách. To bylo velké překvapení.

Následně jsem jim pomáhala dostat se nazpět do jejich pokojů, spolu s pracovníci. Byla to pro mě typická ukázka rozdílu práce se seniory a ostatními skupinami. Po skončení promítání a diskusi jsem aktivitu rozpustila, ale oni se nehnuli. Teprve poté mi došlo, že sami nemohou. Potřebují vozíčky, chodítka, pomoc...

4. 9. 2012

Tento den jsem pokračovala v programu a to zeměpisným kvízem. Cílovou skupinou byli klienti, kteří bez problému reagují a to v počtu 10–15. Potřebovala jsem tabuli pro psaní bodů. Klienty jsem rozdělila do dvou skupin a ptala se na otázky různé náročnosti z oblasti Afriky, Asie, Evropy a Severní Ameriky. Vítězové i poražení získali diplom. Sice mi bylo řečeno, že diplom bývá něco, na čem jim záleží. Ale po rozdělení jeden pán zajásal: „Mám papír na poznámky! Muž si vzít ty zbylé?“

Problematické bylo, že tahouni a ti, kteří si více pamatovali, nenechali zbytek skupiny dostatečně se rozmyslet. Ale nakonec to šlo ukočírovat. Kvíz měl velký úspěch a mám prý přijít znovu, hlavně když bude pršet.

Zbytek dne jsem strávila s kartičkami ovoce a zvířat a hrála jsem s klienty hry na vzpomínání, jak se objekty jmenují, jestli je jedli/chovali, a konverzací.

5. 9. 2012

Tento den jsem se rozloučila na pletení košíků. Po této aktivitě jsem dostala obrovský pletený koš a batikovaný polštář, všichni se se mnou přišli rozloučit a já byla dojatá. Věděla jsem, že se mi bude stýskat nejen po pracovnících, ale také po klientech. Někteří mě si mě skutečně získali.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Pro mě byla tato praxe tou nejlepší za celé studium. Opravdu hodně mi toho dala. Co se týče cílové skupiny, neměla jsme nikdy zkušenost s prací se seniory. Takže jsem do praxe šla trošku s obavami, jak budou reagovat na mě a jak s nimi zacházet. V hlavě mi strašila historka, jak předešlý student vyklopil jednoho seniora na vozíčku, takže když jsem někoho vezla, dávala jsem si hrozný pozor. Musím říct, že mě tahle skupina ihned získala. Samozřejmě občas mi někdo nesednul, nebo jsem nevěděla, co s nimi, hlavně, když bylo imobilní. Taky jsem jednou vešla na pokoj a jedna paní na mě zavolala „Sestro,

já jsem se posrala!“ Takže byly i šokující okamžiky, ale jinak mi přišlo hrozně jednoduché začít ty lidi poslouchat, jejich příběhy, hladit je po ruce, snažit se jim osvětlit den.

Pracovníci mi přišli skutečně úžasně zapálení a jejich práce tak náročná. Se zdravotnickým personálem jsem se nedostala příliš do styku, ale terapeutky jsou skutečně takovými anděly. Mají zlatou trpělivost a srdce taky. Sociální pracovnice skutečně dbá na dobrovolnost při výběru a věnuje tomu obrovskou pozornost a spoustu času. Taky dobře zná každého z klientů, jako by to byla její vlastní rodina. Sama je pohnuta jejich příběhy.

Všichni mi pomáhali, jak to šlo a dokonce mi nabídli, že můžu přijít s podněty nebo něčím, co mi nebude jasné. Stejně jako kdyby mě něco vyděsilo, či překvapilo, například imobilní pacienti. Také bylo příjemné, že hodně z personálu je z naší katedry. Všichni mi vycházeli vstříc. Měla jsem na konci napsat vlastní hodnocení, ale i když to chtěli, prostě nedokážu vymyslet žádné negativum. Budova i vybavení je skvělé, lidé pracující uvnitř jsou úžasní. Práce je to sice plná předsudků a nesnadná, ale pro ty lidi, klienty, má obrovskou cenu. Navždy to změnilo mé vnímání práci se seniory.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Cíl výzkumu:

Popsat, kdy a jak si respondent poprvé uvědomil, že stárne

Popsat životní příběh respondenta

Respondenti:

Paní P. , věk: 87 Rodina: manžel zemřel na rakovinu, syn

Paní M., věk: 88 Rodina: syn zemřel jako dítě, druhý syn, manžel již nežije

Sběr dat:

Narativní rozhovor, Životní příběh, doplněn polostrukturovaným rozhovorem

Analýza:

Doslovná transkripce rozhovorů, otevřené kódování, kategorizace

Kategorie které mi vplynuly z rozhovorů s klientkami:

- Život
- Hodnoty
- Jak se mnou zacházejí
- Víra
- Rodina
- Domov seniorů
- Smrt
- A začala jsem stárnout

Diskuse:

Život

- o Paní P. uklízela u doktora, byla pro něj jako rodina, dokonce jí udělali svatbu. S manželem dostali byt od cementárny. Narodil se syn. Poté přišla o prso a žebro, voda v pohrudnici – dostala se na invalidní důchod. Manžel zemřel, syn se odstěhoval. Byla na vyšetření šedého zákalu, v nemocnici poprvé spadla. Spadla znovu, dostala strojek na srdce, nemohla být už sama. Sociální pracovnice ji dvakrát navštívila. Dnes je v domově a je spokojená a vytížená novými koníčky.
- o Paní M. S. bydlela s maminkou, bratrem a sestrou v Jundrově. Otec jim zemřel. Ve 14 se vyučila na vyšivačku na ulici Václavská. Manžel, pracoval ve zbrojovce. Měli dva syny, jeden ale zemřel. 5 let přesluhovala, zaučovala nové továrnice. V důchodě pro ni stále jezdili, ale ona už byla unavená. Manžel zemřel, ona je nyní v domově, chtěla by domů, ale tam už nikdo není.

Hodnoty

- o Paní P. si potrpí na pořádek a je na sebe pyšná, že si pokojík udržuje v pořádku. Má velký smysl pro humor a je optimistka. Pořád se směje.
- o Paní M. taktéž poukazuje na to, že měli jako jediní vydlážděný dvorek a čisto na něm. Hodně pro ni znamená rodina, pro syna šila z látek, které dostávala v práci. Když jí řekli, kolik vyučila učnic, byla překvapená. Sama nechápe, proč se někteří bojí, aby je jejich učni nepřekonali.

Jak se mnou zacházejí

- o Paní P má špatné zkušenosti z nemocnice. Neustále ji posílali z jedné do druhé, i přes její pokročilý věk. A co je nejhorší, ani jí nejdříve neřekli, že dostane strojek.

Víra

- o Víra je pro obě hodně důležitá. Dává jim naději a sílu. Obě jsou křesťanky. Když někdo zemře v domově, modlí se za jeho duši. Uklidňují se, že na setkání s Bohem byl připravený a ony budou taky.

Rodina

- o Vztahy s rodinou byly velmi pevné a ceněné. Paní M žila v domku s dalšími třemi generacemi! Také se dokázala postavit smrti svého syna. Obě nechtějí být na přítěž zbytku rodiny. Raději zůstaly samy doma, aby nikoho neobtěžovaly.

Domov seniorů

- o V domově navazují nové vztahy. Záleží jim na novém příteli, přítelkyni. Paní P chtěla do domova jít sama, i když sociální pracovnice ji musela nejdříve dvakrát navštívit, než se rozmyslela. Paní M by se ráda vrátila domů, je jí smutno. Ale nejde to. Pokud mohou, hodně čtou.

Smrt

- o Je přítomná, čas od času někdo umře. Víra jím hodně pomáhá. Popláčou si, hodně o dotyčném mluví, ale život jde dál. Smrti se obě nebojí. Je to jediná spravedlnost.

A začala jsem stárnout

- o Paní P: „Spadla jsem, rozbila jsem si hlavu o futra. A říkali mi, vy už sama nemůžete být. Můžete spadnout i doma. Děvče já jsem tomu nechtěla věřit.“

„Ta noha mě tak bolí a doktor říká, já vám napíšu hůlku. Já hůlku? Já ještě chodím. A kolik vám je roku? Přes 70. Tak to máte nárok!“ smích „Tak to bylo.“

„Jste slabší, špatně vidíte, slyšíte.“

- o Paní M: „To už bylo hodně pozdě. To mi bylo hodně. Myslím až v 60.“

„Cítila jsem se unavená. Vstávala jsem každý den v půl čtvrté. Z Jundrova jsem chodila pěšky na Václavskou.“

„Stárnu, už je to tady. Tak jsem si to skoro řekla.“

„No kdepák jít do důchodu! To jsem si nepřipustila.“

Politici v vězni

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Petr Pijáček

ÚVOD

Při počátečních úvahách, týkajících se průběhu praxe, jsem se dostal do problému, jak tuto praxi uchopit. Zadání bylo jasné, chtěl jsem se soustředit na Charitní dům ve Vlčnově, kde žiji, ale zároveň jsem chtěl využít možnosti vymknout se klasickému pojetí. Mým záměrem bylo absolvovat část praxe na Charitním domě a tu doplnit o narativní rozhovory. Již delší dobu jsem se chtěl seznámit se členy Konfederace politických vězňů v Uherském Hradišti a tato praxe mi k tomu dala důvod. V první části píšu o Charitním domě a druhou zaměřuji na aktivizaci politických vězňů formou narativních rozhovorů. V první části kromě popisu zařízení a poskytovaných služeb píšu o něčem, co jsem nazval „komunitní rozměr“.

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Charitní dům Vlčnov

Vznik charitního domu ve Vlčnově byl iniciován zastupitelstvem obce Vlčnov v roce 2002, vlastní realizace stavby byla dokončena v roce 2004, kdy byl i zahájen jeho provoz. Podnětem, na základě kterého bylo o stavbě rozhodnuto, byl zájem občanů žijících v obci. Druhým činitelem bylo uvědomění vedení obce, které každoročně o vánočních svátcích navštěvovalo vlčnovské občany v zařízeních okresu Uherské Hradiště. Tito občané často uváděli touhu trávit sklonek života v rodné obci. Provozovatelem Charitního domu je oblastní charita Uherský Brod, které byl charitní dům bezúplatně převeden obecním úřadem. Budova je patrová, zcela bezbariérová. V přízemí jsou pokoje uživatelů, zázemí pro pracovnice a prostory pro zajištění chodu zařízení (prádelna, sušárna, sklad a garáž). V prvním patře se nachází společenská místnost vybavena malou knihovnou, která současně slouží jako jídelna, kuchyně se základním vybavením a kaple.

Průběh služby:

Charitní dům ve Vlčnově je pobytové zařízení rodinného typu. V nepřetržitém provozu je zajišťována péče 15 uživatelům. Před přijetím musí zájemce o službu vyplnit Žádost o přijetí do zařízení, o které rozhoduje vedoucí zařízení, která při vyhovění všem kritériím, se zájemce spíše Smlouvu o poskytování sociálních služeb dle zákona 108/2006. Zájemce seznámí se všemi právy a povinnostmi, které mu podpisem smlouvy vznikají. Na základě této smlouvy jsou uživatelům poskytovány služby v souladu se standarty kvality sociální péče.

Služba primárně zajišťuje:

- 1) Ubytování – ubytovací kapacita je 15 lůžek. Uživatelé jsou ubytováni v jednolůžkových pokojích s vlastním sociální zařízením. Tyto pokoje jsou vybaveny základním nábytkem, klienti si pokoje zpravidla dovybavují ještě vlastním drobným nábytkem.
- 2) Poskytnutí stravy – Uživatelům jsou podávány 3 jídla denně, obědy jsou dováženy z Uherského Brodu. Během dne je k dispozici pečivo a čaj. Strava je podávána v jídelně, na základě žádosti bývá podávána v pokoji. Charitní dům má vlastní malou kuchyňku, takže doba vydávání jídla může být individualizována.
- 3) Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu – s ohledem na zdravotní stav a po domluvě s uživatelem pomáhá personál při sebeobsluze (oblékání, svlékání, vstávání, přesun z lůžka, na invalidní vozík). Na všech pokojích jsou telefony spojené se sesternou, pomocí kterých si uživatelé mohou přivolat pečovatelku.
- 4) Pomoc při osobní hygieně, poskytnutí podmínek pro osobní hygienu – personál zajišťuje uživatelům, kteří vzhledem ke svému zdravotnímu stavu potřebují pomoc při osobní hygieně, pomoc při umývání, použití WC apod.
- 5) Zprostředkování kontaktů se společenským prostředím – uživatelé nejsou omezováni v návštěvách rodiny a přátel. Personál také zajišťuje v případě zájmu uživatelům účast na bohatém kulturním životě obce.
- 6) Sociálně terapeutické a aktivizační techniky – personál podle svých možností provádí s uživateli aktivity zaměřené na rozvoj a udržení současných dovedností a schopností. Zařízení také pravidelně navštěvuje aktivizační pracovníce, která individuálně i skupinově provádí aktivizační činnosti.
- 7) Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí – tato pomoc, zajišťovaná pracovníci CHD, spočívá v pomoci při vyřizování na úřadech, poště, nemocnici apod.

Personál:

Provoz Charitního domu nepřetržitě zajišťují 3 zdravotní sestry, 4 pracovníci přímé péče a 1 sociální pracovníce, vedoucí zařízení a aktivizační pracovníce.

Cílová skupina:

Cílovou skupinou jsou senioři nad 65 let, kteří mají z důvodu věku, nebo zdravotního stavu sníženou soběstačnost, vyžadují pravidelnou pomoc a nemají v blízkém okolí rodinu, nebo z důvodů nemožnosti, či odmítnutí péči rodinou poskytovat. Přednostně se vyhovuje občanům Vlčnova. O pobyt je velký zájem, který dokládá více než 50 žádostí o umístění. V současné době je v zařízení 13 žen a 2 muži.

Komunitní rozměr:

V průběhu praxe jsem si velmi silně uvědomoval komunitní rozměr, který je dán možností vlastního pobytového zařízení v tak malé obci, jako je Vlčnov, který má kolem 3000 obyvatel. V rámci aktivizace a zajišťování kontaktů se sociálním prostředím mají senioři možnost účastnit se celoročně života obce. Ve Vlčnově, ležícím na východní Moravě je silný folklórní život, do kterého jsou zapojeni i senioři. Na Charitním domě probíhají celoročně vystoupení folklórních souborů od malých dětí z mateřské školy až po mužské a ženské sbory. V rámci tradičního folklórního roku jsou uživatelé

individuálně navštěvování. Při Velikonocích jsou uživatelky „vymrskány“, v rámci hodů se někteří uživatelé oblékají do krojů a stávají se součástí krojovaného průvodu obcí. Během vánočních svátků probíhá ve Vlčnově vánoční koledování. Po ukončení oficiálního programu se koledníci přesunou na Charitní dům, kde koledují každému uživateli. Velmi silně jsou uživatelé zapojeni do největšího folklorního svátku v obci – Jízdy Králů. Počátkem podzimu a v průběhu zimy uživatelé (i muži) dělají z barevného krepového papíru růže, kterými jsou zdobeni koně jízdochráňových jezdců. Tímto způsobem jsou uživatelé součástí širokého společenství, díky kterému je tento vzácný zvyk živý. Objem vyrobených růží je obrovský, jejich významnou část vyrábí právě senioři z Charitního domu. Veškeré folklorní aktivity jsou pro uživatele příležitostí zazpívat si a pocítit plnou sounáležitost s obcí. Dalším významným komunitním prvkem je církevní život. Za uživateli pravidelně dochází farář z místního kostela, na kterého jsou věřící lidé zvyklí. Možnost žít duchovní život a zpovídat se stejnému člověku, jako za života mimo Charitní dům vnímám jako velké pozitivum. Silný pocit sounáležitosti je dán více faktory. V první řadě jde o přednostní umístění pro občany obce, takže senior sice opouští své přirozené mikroprostředí, ale stále zůstává členem obce se všemi pozitivy, které z toho plynou. V první řadě jde o lepší možnost navštěvovat své blízké rodinou, ale i mnoha známými. Uživatelé také při vycházkách vnímají stejné prostředí, které je obklopovalo celý život, s místními místy se jim pojí všechny vzpomínky. Další výhodou stálosti prostředí a tedy „nevykořeněnosti“ je znalost poměrů, kterým senioři jako „místní“ rozumí. Personál a uživatelé žijící stejný kontext mají sladěnou určitou část identity, takže žadatelé neprožívají tak silně přechod z jejich přirozeného prostředí. Pečovatelky, lékař a prakticky veškerý personál zajišťující provoz jsou lidé, se kterými uživatelé celý život žili, s mnohou z nich je pojí přátelské vztahy. Zmíněný komunitní rozměr sebou nese i určitá negativa, která jsou zapříčiněna zase blízkostí, stálostí malé komunity. Jde o pokračování vztahových problémů, které senioři měli za svého života s jinými občany. Konkrétně jde např. o stav, kdy uživatelka nesnese u jednoho stolu druhou uživatelku z důvodu poměru, který druhá zmíněná měla s manželem první uživatelky. Takových kolizních vztahů je přítomnou více, ale nejde o záležitost, která by ovládala, určovala atmosféru v zařízení, která je velmi dobrá. Další formou společenské aktivizace je zapojení místních spolků, školky a školy. Jsem si vědom, že zmiňované výhody komunitního života plynou z vysoké míry religiozity místních a z tradičního života, naplněného folklórem, života, který je stále podřízen rytmu církevního a folklorního roku. Tyto faktory jsou samozřejmě dané místním prostředím, polohou Vlčnova, pro kterou je zvýšená religiozita a „tradiční“ pojetí života typické. Výhody stálosti přirozeného prostředí tvoří bezpečnější pozadí, což je podle mého názoru klíčové.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

První část praxe jsem se rozhodl strávit v Charitním domě Vlčnov. Během podzimu jsem se domluvil s vedoucí zařízení, Terezou Holečkovou, která mi vyšla velmi vstřícně a do zařízení jsem tak mohl chodit kdykoliv, podle mých časových možností. Naše domluva byla taková, že se stačí ohlásit den předem.

1. 23. 11. 2012, 1. návštěva CHD
2. 1. 12. 2012, 2. návštěva CHD
3. 8. 12. 2012, 3. návštěva CHD

4. 15. 12. 2012, Účast na vánočním programu
5. 16. 12. 2012, 4. návštěva CHD
Druhou část praxe jsem prováděl mezi bývalými politickými vězni.
září–listopad 2012 – získávání informací a kontaktů
listopad 2012 – telefonické kontaktování respondentů, domluvení schůzek
6. 23. 11. 2012, Realizace rozhovoru s panem Vladimírem Drábkem
7. 29. 11. 2012, Realizace rozhovoru s panem Františkem Pevným
8. 07. 12. 2012, Realizace rozhovoru s panem Jaroslavem Vaculínem
9. 14. 12. 2012, Realizace rozhovoru s panem Jiřím Pešákem

Počet klientů, s kterými tým pracoval

V rámci první části praxe jsem blíže pracoval se 3 uživatelkami Charitního domu Vlčnov. V první fázi jsem konzultoval s vedoucí zařízení formu aktivizace. Mnou navrhovanou aktivizací, vedení narativních rozhovorů, vítala jako nejlepší možnou formu. Skupinovou aktivizaci zajišťuje aktivizační pracovnice a podle slov vedoucí není uživateli příliš využívána, což vzhledem k cílové skupině není nijak překvapující. Z tohoto důvodu jsem zvolil individuální aktivizaci s uživatelkami, které na tom byly „lépe“. Druhou část praxe jsem provedl narativní rozhovor se 4 bývalými politickými vězni.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

1. návštěva CHD, 23. 11. 2012

Moje první návštěvu jsem si domluvil s vedoucí, paní Holečkovou přes telefon. Po příchodu jsem byl uveden do sesterny, kde jsme společně probrali náležitosti ohledně podpisu smlouvy. Smlouvu jsme nemohli podepsat na místě, jelikož odborné praxe schvaluje ředitel oblastní charity, pod kterou CHD Vlčnov patří. Poté jsme si vzájemně sdělili naše představy ohledně průběhu a formy praxe. Do tohoto okamžiku jsem neměl jasnou představu, jak aktivizaci provést, chtěl jsem formu zvolit až po konzultaci s vedoucí. Jako nejlepší možná řešení se ukázaly osobní návštěvy na pokojích, povídání a dělání procházek i projížďek po Vlčnově. Po ukončení rozhovoru mě paní vedoucí ukázala všechny prostory charitního domu, řekla mi základní informace a nasměrovala mě do prvního pokoje k paní K. S touto uživatelkou jsme se hned po příchodu seznámili, velmi se zajímala o praxi a důvodech, proč ji vykonávám. Pokračovali jsme rozhovorem o jejich dětech, životě ve Vlčnově a jejich vzpomínkách. Paní K. je již trochu zapomnětlivá, takže někdy opakovala stejné vzpomínky. Při odchodu byla smutná z toho, že jsem autem a nemůžeme si společně dát štamprlu slivovice. Její příběh mě velice zaujal.

2. návštěva CHD, 1. 12. 2012

Na tuto návštěvu jsem měl naplánované 3 „besedy“ u uživatelů. První jsem navštívil paní J., která je upoutaná na lůžko. Po mém představení jsme se bavili o jejím životě, jehož středobodem je křesťanská víra. Paní J. byla členkou církevního řádu, kterému zasvětila život v Brně. Velmi jí chyběla přítomnost lidí, jen málokdy se za ní někdo zastává na návštěvu. Slíbil jsem, že se stavím příště.

Po této návštěvě jsem pomáhal s roznášením oběda, při kterém jsem se letmo seznámil i s ostatními uživateli CHD. Po obědě jsem pokračoval za panem F., který je jedním

z aktivnějších uživatelů. S panem F. jsme se rychle seznámili, po chvíli jsme společně vymysleli, že bychom mohli jít na procházku. Jelikož má pan F. obtíže při chůzi, vzal jsem ho na vozíček. Projeli jsme střed obce, pan F. mi vyprávěl, jak se obec měnila, kam chodil apod. Po návratu jsme ještě dlouho pokračovali v rozhovoru, takže jsem se k poslední návštěvě nedostal.

3. návštěva CHD, 8. 12. 2012

Na tento den jsem měl naplánované nahrávání s paní K., chtěl jsem zaznamenat její příběh, který mě velice zajímal. Nahrávání jsem měl „předdomluvené“ z minulé návštěvy. Paní K. souhlasila s podepsáním souhlasu s natáčením a následným použitím pro studijní účely. Při nahrávání jsme se velice pobavili, paní K. vzpomínala na celý svůj život a na závěr jsme si i společně zazpívali. Bylo to velice příjemné.

Účast na vánočním večírku, 15. 12. 2012

Tuto sobotu probíhalo ve Vlčnově vánoční koledování. Byly zpřístupněné památkově chráněné domy, ve kterých se dralo peří, vařila kyselice a zpívaly koledy. Při poslední návštěvě CHD jsme se domluvili s paní K., že tuto akci společně navštívíme. Po krátké domluvě s vedoucí CHD jsem vyzvedl paní K., naložil jsem vozík do auta a jeli jsme do středu obce, kde koledování probíhalo. Vozil jsem paní K. po jednotlivých stanovištích, kde jsem jí pomohl vstát. Paní K. se dávala hned do řeči s ostatními návštěvníky, se kterými se často znala. Takto jsme objeli všechny tři objekty, kde akce probíhala. Paní K. byla velice spokojená, po ukončení a návratu na CHD ještě přišli uživatelům zazpívat členové souboru Vlčnovjan.

4. návštěva CHD, 16. 12. 2012

Na tento den jsem si naplánoval další návštěvu paní J. Mluvili jsme spolu opět o jejím životě, zmínila se, že by chtěla napsat dopis páteru Koláčkovi, který působí v české sekci Vatikánského rozhlasu. Slíbil jsem jí, že se pokusím sehnat na něj kontakt a v případě, že to bude možné, se jej pokusím zkontaktovat.

Rozhovor s panem Drábkem, 23. 11. 2012

Tento rozhovor, který probíhal v Kudlovicích, jsem si domluvil přes vnuka pana Drábka, se kterým jsem se náhodou poznal. Po telefonu jsme si domluvili termín nahrávání, který se nám oběma hodil. Předem jsme se domluvili, že pan Drábek si přichystá písemnosti a fotografie ke svému případu. Natáčení probíhalo v příjemné atmosféře. Na začátku jsem pana Drábka informoval o tom, že chci nahrávku použít v rámci praxe. Pro jistotu jsem si připravil a nechal podepsat informovaný souhlas s natáčením. Pan Drábek je přes svůj věk (85 let) v dobré psychické kondici, vyprávěl souvisle, jasně analyzoval průběh jeho zatčení, situaci za minulého režimu i při převratu v roce 1989. Natáčení bylo velmi zajímavé, velmi mě motivovalo k natočení dalších pamětníků.

Rozhovor s panem Pevným, 29. 11. 2012

Kontakt na pana Pevného jsem získal přes kontakty mé sestry na gymnáziu v Kroměříži, kde pan Pevný v mládí studoval. Přes telefon jsme se domluvili na návštěvě v jeho brněnském bytě. Pan Pevný je ubytován v jezuitské rezidenci v centru Brna. Na začátku setkání byl pan Pevný opatrný, musel jsem se hodně doptávat. Pan Pevný je ve svých

téměř 92 letech ve velmi dobrém stavu. Rozhovor jsme natáčeli téměř 2 a půl hodiny, pan Pevný se neopakoval. Poté jsme se kvůli únavě rozloučili s tím, že se ještě vrátím a rozhovor dotočíme.

Rozhovor s panem Vaculínem, 7. 12. 2012

S panem Vaculínem jsem se setkal v jeho domě v Šumicích u Uherského Brodu. Kontakt na něj jsem získal od KPV UH, které je členem. Pan Vaculín měl spoustu materiálů vztahujících se k jeho případu, kterými jsme začali. Pročítali jsme si zprávy a pokračovali jsme rozhovorem. Pan Vaculín byl odsouzen za domnělou pomoc zahraničnímu agentovi, se kterým měl spolupracovat na vojně. Popisoval průběh vazby, nekonečných výsledků, odsouzení a samotné věznění. Velmi se rozčiloval nad tím, že doteď nedostal do rukou oficiální rozsudek, ve kterém by bylo uvedeno, za co byl odsouzen. V budoucnu jsme domluvení na další setkání.

Rozhovor s panem Pešákem, 14. 12. 2012

Kontakt na pana Pešáka mě poskytla paní Pavličková, která mu dělá asistentku. Pan Pešák byl velmi ochotný, sdělil mi podrobně průběh jeho odbojové činnosti za protektorátu, následné uvěznění, transport do Polska a souhru náhod, která jej zachránila před rozsudkem smrti. Velmi silné bylo také vyprávění o jeho poválečném osudu, kdy byl vyhozen ze zaměstnání kvůli odmítnutí sovětské okupace. Prohlédli jsme si fotografie z místa věznění a domluvili se na dalším natáčení.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Jako metodu výzkumného šetření jsem zvolil narativní interview. Tyto rozhovory se skládaly z 2 částí. V první fázi tzv. *hlavního vyprávění*, měly podobu nepřerušovaného vyprávění. Pamětníka jsem jen málo vedl podpůrnými otázkami, které směřovaly jeho vyprávění dál. Na začátku jsem pamětníka požádal o popis jeho nejstarších vzpomínek na dětství, školu, dospívání. Jelikož jsou většinou vzpomínky na dětství pozitivní, neuváděly pamětníka do stresu a pomáhaly vytvořit dobrou atmosféru, která je pro úspěšný průběh natáčení klíčová. Druhá fáze nahrávání je tzv. *dotazovací*. V této fázi (2. kole rozhovorů) jsem se snažil pamětníkům klást doplňující otázky dvojího druhu. První jsou otázky internální, které se týkají témat obsažených ve vyprávění. Druhým typem jsou otázky externální, týkající se témat, která nebyla obsažena v rozhovoru, ale zajímala mě. Při kladení otázek jsem se držel dělení Rosenthalové.

1. Otázky o průběhu života – např. Můžete mi říct o době, kdy jste byl vězněn od začátku do konce?

2. Otázky týkající se určitého tématu – např. Můžete mi povědět o tom, jak vaše věznění prožívali vaši rodiče?

3. Specifické otázky – doptávání se detailů již zmíněné situace

Průběh nahrávání:

S jednotlivými pamětníky jsem se domlouval telefonicky, ve všech případech mi vyšli při natáčení vstříc. Celkovou nahrávku se mi podařilo udělat pouze s panem Vaculínem. Po prvním kole rozhovorů jsem zkontaktoval Archiv bezpečnostních složek, kam jsem zadal dotaz na materiály týkajících se těchto pamětníků. Pouze v případě pana Vaculína

archiv dohledal materiály během krátké doby (jelikož s nimi pracovníci archivu shodou okolností právě pracovali). Jelikož má archiv lhůtu k dohledání materiálů 2 měsíce, k ostatním případům zatím materiály nemám. V případě pana Vaculína jsem obdržel vyšetřovací spis, který jsem prostudoval a panu Vaculínovi poskytl. Na základě studia 1. nahrávky a vyšetřovacího spisu jsem si napsal doplňující otázky, které mě zajímaly při druhé návštěvě pana Vaculína. Na začátku nahrávání jsem byl roztržitý, nevěděl jsem, jak moc mám zasahovat do vyprávění pamětníka. Poslech nahrávek mě dal poznat, že moje vstupy do hovoru byly velice naivní, málo strukturované.

Analýza nahrávky:

Po prvním kole rozhovoru jsem si nahrávku několikrát poslechl a zaznamenal si témata, která mě blíže zajímala. Na tyto témata jsem se doptával v druhém kole nahrávání. Poté jsem obě nahrávky spojil dohromady. Nahrávku jsem si několikrát přečetl, rozdělil do jednotlivých tematických polí a na jejich základě jsem vytvořil biografický portrét, který se skládá z životopisných odrážek (základní data o respondentovi, sociální pozice, hlavní souvislosti, významné události). Tyto odrážky slouží k orientaci v životním příběhu pamětníka. Poté jsem vypracoval protokol, ve kterém jsou detailně popsány jednotlivé významové pole vlastního vyprávění. Mimo protokol jsem vypracoval časovou osu nahrávky, která slouží k rychlé orientaci v nahraném materiálu. Finální část práce je kazuistika pamětníka, v mém případě zaměřená na zážitky spojené s totalitní komunistickou zvlášť. Design jednotlivých částí jsem převzal od Post Bellum.

JEDNOTLIVÉ ČÁSTI VÝZKUMU:

1. Životopisné odrážky

- + 11. 11. 1926 se narodil v Šumicích na Uherskohradištsku.
- + Základní školu odchodil v Šumicích, v roce 1946 složil maturitní zkoušku na obchodní akademii v Uherském Hradišti.
- + 1. 10. 1948 nastoupil prezenční vojenskou službu v Uherském Hradišti, kde 11 měsíců navštěvoval důstojnickou školu.
- + V září 1949 přestoupil k útvaru v Hodoníně.
- + 1. 10 1950 zatčen v Hodoníně, vyslýchán na Obranném Zpravodajství v Brně, držen ve vyšetřovací vazbě na Cejlu.
- + 6. 9. 1951 odsouzen za špionáž a vlastizrady k 16 letům vězení.
- + 1,5 roku pracoval v dole č. 12.
- + 3 roky byl vězněn v táboře Barbora.
- + 5. 5. 1954 mu byl trest milostí prezidenta republiky zkrácen na 8 let.
- + 11. 3. 1955 byl po 4,5 letech propuštěn pod 5letou podmínkou.
- + V současnosti je členem Konfederace politických vězňů v Uherském Hradišti.

2. Protokol

Jméno a příjmení pamětníka: Jaroslav Vaculín

Datum narození: 11. 11. 1926

Datum natáčení: 7. 12. 2012 (Šumice)

Část 1. Mládí, nástup na vojnu

- popis aktivit vyvíjených v Šumicích,
- reakce místní KSČ,
- nástup na vojnu,
- problémy s přihláškou a studiem záložní důstojnické školy,
- nástup a problémy na útvaru v Hodoníně.

Část 2. Zatčení, vyšetřování, odsouzení

- průběh vyšetřování na 5. oddělení Obranného zpravodajství v Brně, nátlakové metody,
- dvojnásobné soudní řízení, napoprve proces odložen,
- odsouzení k 16 letům vězení,
- popis atmosféry ve vazební věznici Brno-Cejl.

Část 3. Jáchymov

- nástup do tábora č. 12,
- přestup na tábor Barbora,
- setkání se spoluvězněm, kamarádem Josefem Koudelkou,
- popis pracovního systému v táboře,
- „přilepšování“ nákupem v táborové kantýně,
- pomoc řeckým spoluvězněm,
- popis korekce, zostřeného režimu,
- nástupy a sčítání na Barboře,
- popis útěku 4 vězňů.

Část 4. Propuštění, život „po tom“

- předvolání k veliteli, oznámení propuštění,
- popis propouštění z lágru,
- návraty do Jáchymova po propuštění, hledání tábora Barbora,
- problémy při hledání zaměstnání po propuštění,
- návrat domů, oslavy návratu.

Část 5. Doplňující otázky

- donašeči,
- kamarádství ve vězení,
- věznění kněží,
- čekání manželky,
- návštěvy ve vězení,
- reakce šumických komunistů na předčasné propuštění.

Jelikož jsme rozhovor museli několikrát přerušit, skládá se z 3 nahrávek. Niže přikládám přesnou časovou osu jednotlivých nahrávek.

Nahrávka č. 1

01:33–15:30

čtení vlastního životopisu

Nahrávka č. 2

12:30–14:22

podrobnosti zatčení

14:55–20:20

vyšetřování na 5. oddělení v Brně a následné odsouzení

23: 30–26:20

nástup vězení v Trenčíně

26:21–27:46

přesun do věznice Brno-Cejl

27:47–32:15

život na Cejlu

32:50–33:50

přesun a nástup do Jáchymova

33:51–33:55

nástup a život tábora č. 12

33:56–37:25

setkání s p. Josefem Popelkou ve vězení

37:49–38:25

nástupy a sčítání

39:16–44:38

popis systému práce, přestup k těžbě, přestup k signalizaci

44:40–47:53

přesun a život v táboře Barbora

48:01–49:20

přilepšování v táborové kantýně

49:25–52:53

pomoc Řekům

53.30–55:10

předvolání k veliteli, popis „bunkru“ – ostrého režimu

55:11–59:40

popis propuštění z lágru

59:43–01:03:22

návrat domů, přemlouvání k pokračování v jáchymovské těžbě ve funkci těžmistra,

01:03:25–01:07:12

návraty do Jáchymova, hledání tábora Barbora

01:07:16–01:14:03

nástupy a sčítání na Barboře

01:14:04–01:19:38

popis útěku 4 vězňů ze šachty č. 12

Nahrávka č. 3

0:00–08:15

problémy se zaměstnáním po propuštění

08:17–14:55

pohled na polistopadový vývoj

3. Kazuistika

Příběh Jaroslava Vaculína

Mládí, nástup na vojnu

Jaroslav Vaculín se narodil 11. 11. 1926 v Šumicích u Uherského Brodu. Lidovou školu a navazující měšťanskou školu vychodil v Šumicích, maturitu pak složil na uherskobrodském gymnáziu. Založil v Šumicích lidovecký dorost tzv. OMLADINU, cvičil v křesťanské tělocvičné jednotě OREL, pravidelně hrával operety. *„Tato činnost byla KSČ trnem v oku, a proto následovaly okamžité zákazy naší činnosti, Ukradli nám všechn majetek ORLA, finanční prostředky, promítací přístroj atd.“* V roce 1948 nastoupil v Uherském Hradišti prezenční vojenskou službu. Jako syn zemědělce, pocházející ze silně věřící rodiny měl v roce problémy s přestupem z výběrového kurzu do záložní důstojnické školy. Komunisté ze Šumic odmítali vydat doporučení, po dlouhém naléhání toto doporučení p. Vaculín dostal. Po nástupu do školy vystoupil při hodině politické výchovy proti kolektivizaci a od 150 spolužáků sklídl potlesk. *„Tím byl právě můj osud potvrzen. Byl jsem neustále sledován.“* V roce 1949 nastoupil k útvaru do Hodonína. Zde byl dvakrát navrhnout na povýšení, čemuž nebylo vyhověno. V Hodoníně dělal zástupce velitele roty až do doby svého zatčení, které proběhlo 1. 10. 1950, v den ukončení vojny. Poté následoval převoz na 5. oddělení Obranného zpravodajství v Brně.

„Po přijetí do rukou vyšetřovatelů nastalo peklo, nátlakové způsoby, osvěcování žárovkouto bylo k nevydrženíz toho vedra jsem nemohl ani myslet. Celou noc a celý den mě vyšetřovaliale pořád nic. Pořád po mě chtěli vědět, proč tam jsem. Neustálá otázka proč jsi tady? Tak bylo pokračováno den co den po dobu 14ti dnů. Po celou tuto dobu jsem napsali asi 10 řádků“

Poté následoval přesun celého 5. oddělení do Trenčína. Po neúspěšném vyslyšení bylo vyšetřovateli vymyšleno napojení na dezertéra Pyskatého, napojení na zahraniční rozvědku. Poté následoval transport zpět do Brna, kam p. Vaculín jel vlakem přes rodné Šumice. Vazbu p. Vaculín nastoupil ve věznici Brno-Cejl, cela č. 6. *„Bylo to tam hnusné, také ponuré. Jenom ta místnost působila sklesle.“* Soudce napoprve případ pro naprostou nedůvěryhodnost odložil, napodruhé 6. 9. 1951 byl p. Vaculín odsouzen za velezradu a vyzvědačství na 16 let.

Jáchymov

„Ani minutu! Ani minutu bych tady nezostál, protože to byl můj nejhorší úsek života a nechcu to vůbec ani vidět!“

Ve skupině 80 vězňů dovezen na centrální jáchymovský lágr, odkud se dál dostal na šachtu č. 12. Ubytování v barácích bylo pro 200 lidí, v táboře byl i „kulturák“, který sloužil při příležitostech státních výročí k ideologickému přeškolení trestanců. V tomto táboře pracoval v uranovém dole, kde nakládal vytěženou surovinu. Po roce a půl byl

p. Vaculín přesunut do tábora Barbora. Na tomto pracovišti potkává p. Vaculín známého z Lidové strany, Josefa Popelku ze Starého Města u Uherského Hradiště. P. Popelka pomohl p. Vaculínovi k získání lepší práce. Na Barboře už byly povoleny kulturní akce např. koncerty vězeňské kapely. Za práci vězni dostávali poukázky, za které si v táborové kantýně mohli koupit. „*Pečivo ani moc ne, to nedávali sviňáci, protože to by jsme byli dobře živení.*“ Z vydělaných peněz kupoval do zásoby cukr, který často dával řeckým spoluvězňům, kteří byli odsouzeni za protikomunistický odpor v Řecku. „*Oni měli kluci veliký hlad, protože oni neplnili, nestačili na to, nebyli zvyklí na tu zimu, velice trpěli a mně jich bylo velice líto. Já jsem plnil normu na 130 %, takže už to bylo dobré, ale co to bylo platné, když to byl kriminál a nesměls říct, co sis myslíš, o to to bylo horší.*“

Korekce

Zostřený režim, tzv. lágr v lágru

„*Chleba, voda, spávat na tuhém, nebo vůbec nespávat. Byly to bunkry, obezděné, betonové. To bylo tak nízké, že sas nemohl ani postavit. Voda. Tam bylo třeba 10 chlapů, sednut sis nemohl, protože na té zemi byla voda. Tam mrzlo, když 10 chlapů dýchá, ten strop to byla samá kapka. To byla hrůza.*“

Nástupy

„*Na Barboře bývaly nástupy velice zlé, někdy bývalo –25, –28. Když nás vyvezli nahoru, tak nás seřadili 10×10 čtverec, opásali nás. Ti krajní museli nést lano, to mělo vpředu oka, zamkli to visacím zámkem. Šli jsme koridorem, to byly dvojité ostnaté dráty. Oni ty svině zvedli tu vodu do toho koridoru, to bylo jak potok, nama rozšlapané na břečku a to se táhlo tak 500 metrů, možná i víc a z poloviny byla ta voda. Když sem šli zpátky, tak ten fárác oblek jsem měl promoklý. Kdyžs ztratil gumák, nemohl ses vrátit. To se furt tím husím pochodem šlapalo, gumák ostal tam a ten kluk šel na jednu holů nohu až do tábora. Takové to bylo, takové hrůzy! A eště k tom padal sněh! No to bylo neco příšerného! Došli jsme do tábora a než nás spočítali, to trvalo půl druhé hodiny. To sme sa taprv mohli rozejít, honem sme utékali, vysvlekli sme ty mokré hadry, nebylo to kde sušit. Utékali jsme na snídani, na černou kávu, žbřínu, kůsek chleba. Hotovo. To byla snídaně. Černá káva a kůsek chleba. Rychle sa člověk umyl a rychle pod deky, aby do těch 12 aspoň 3 hodiny spal. To byla hrůza, člověk v nepřetržitém švunku a zaneprázdnění.*“

Útěk vězňů

„*Jednou se na šachtě č. 14 se asi 4 kluci pokusili utéct. Podařilo se jim. Odstranili mříže u stoly a utekli. To se zjistilo hned na šachtě, když jich sčítali, když vyjeli z dolu. Pak byl alarm, všeci hledali se samopalama. A oni někteří byli vylezení na stromech, jenomže ti psi jich našli. Stopa. Oni sa podívali a ten kluk byl vylezený v koruně a nechtěl zlézt. Bác ho, spadl dolu. Zastřelili ho, tak to oni dělali. Nevím kolik jich zastřelili, ale u nás na 12ce potom udělali nástup. Tam bylo jistě 1000 chlapů, to byl veliký alarm. Moseli jsme nastúpit do zástupů. Pak byl v pravo bok a po řadě ... pak přivezli přepadovů škodu, otevřeli korbu. Na slámě tam ležel chlap, stáhli ho za nohy a praštili s ním na zem a řada po řadě jsme museli jít a podívat. Nesměl ses otočit, chraň Bože otočit se! Chlapi někteří tam omdleli. Hrůza! Toto trvalo 2 hodiny, takže chlapi, co došli z noční, dohromady nespali. Toto jsem tam zažil, otrěsnou věc.*“

Svoboda!

V březnu 1955 vězeňský ústav rozhodl, že vzhledem k plnění daných úkolů a dobrého chování byl nečekaně podmíněně propuštěn. Po nákupu nového oblečení v táborovém skladu, byl propuštěn.

Před propuštěním p. Vaculína přemlouvali, aby šel dělat do jáchymovských dolů těžmistra. „Dívat sa na ty kluky, kvůli těm kamarádům. To je drastické, já bych to nevydržal. Tak jsem řekl, že ne.“

Po příjezdu do Šumic šel hned domů. Příchod byl přijímán s radostí. „Já jsem myslel, že se mamince něco stane, to sa nešlo spat.“ Po 4 dnech i za svoji přítelkyni, se kterou byl v dopisním kontaktu a která na něj čekala. Svatba se konala ještě toho roku. Šumičtí komunisté reagovali po svém. „Darebáka! Nač ho púšťali? Měli ho tam nechat!“

ZHDNOCENÍ PRAXE

Praxe pro mě byla velice přínosná, a to i přesto, že jsem si ji rozdělil na 2 části. V první části, kterou jsem prováděl na CHD Vlčnov jsem pochopil, jak velkou roli hraje prostředí do kterého je zařízení zasazeno. Velice dobře na mě zapůsobil fakt, že uživatelé jsou dle svých možností dobře zapojeni do společenského života v obci, což vyplývá hlavně z upřednostňování občanů Vlčnova při umísťování. Nejlepší formou aktivizace podle vedení CHD i podle mé zkušenosti je prosté trávení času s těmito seniory. Podle jejich vyjádření je kontakt s lidmi to nejdůležitější, ti, kterým není dopřán, si nepřejí nic jiného. V tomto směru by je CHD Vlčnov velmi otevřený, v budoucnu by se mohlo přistoupit k většímu zapojení dobrovolníků z řad žáků ZŠ, nebo středoškolských studentů z obce. Nahráváním pamětníků jsem získal vzpomínky na život před desítkami let, které spolu s jejich nositeli nezmizí, ale zůstanou uchovány.

Stejně zajímavá pro mě byla druhá část praxe, kterou jsem strávil s bývalými politickými vězni. Smysl nahrávání rozhovorů s těmito lidmi je v uchování jejich příběhů pro další generaci. Jelikož jsou tito lidé již velice staří, jde o poslední možnost, jak tyto příběhy zachránit. Zájem o nahrávání vězňů mě dovedl ke spolupráci s občanským sdružením Post Bellum, které se orální historii věnuje od roku 2001. Na začátku nahrávání jsem byl roztržitý, nevěděl jsem, jak moc mám zasahovat do vyprávění pamětníka. Poslech nahrávek mě dal poznat, že moje vstupy do hovoru byly velice naivní, málo strukturované. Oba dva tyto problémy se mi podařilo, když ne odstranit, alespoň výrazně zmírnit. Pochopil jsem, že vedení rozhovoru s touto cílovou skupinou není jednoduché, ale také, že se v něm mohu praktikováním zlepšovat. Díky praxi jsem si velice rozšířil obzor, poznal velmi zajímavé a inspirující životní příběhy. V neposlední řadě jsem se díky aktivizaci seniorů také stal spolupracovníkem Post Bellum, v čemž mám v plánu pokračovat.

Senioři se učí a baví

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Tereza Sebeniová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Senior dům, Husova třída 1651/125, 37011 České Budějovice

Charakteristika:

Jedná se o soukromé zařízení. Uživatelům poskytuje zdravotnické služby, domácí péči, podporu sociálního pracovníka, volnočasové aktivity, kulturní akce a další.

V komplexu budov jsou služby pečovatelek, ordinace praktického lékaře, jídelna, kavárna a obchod, kadeřnictví, manikúra, pedikúra, rehabilitace a masáže.

Bydlení usnadňuje bezbariérový přístup, signalizační zařízení pro přivolání pomoci v každém bytě, společné prostory na chodbách, výtah.

Počty uživatelů:

145 klientů

Složení personálu:

Chod zajišťují tito zaměstnanci:

- ředitel,
- sociální pracovnice,
- 5 recepčních,
- vedoucí sestry, zástupkyně vedoucí sestry + dalších 7 sester,
- 3 asistentky domácí péče, 3 externí asistentky domácí péče,
- 4 uklízečky,
- správce (údržbář).

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 4. 11. 2012, 12.00–15.00: Seznámení s chodem zařízení, s uživateli, s personálem, domluva aktivit
2. 11. 11. 2012, 8.00–16.00: Návštěva Martinských trhů na Piaristickém náměstí v Českých Budějovicích
3. 17. 11. 2012, 9.00–15.00: Ovládání mobilních telefonů

4. 18. 11. 2012, 9.00–15.00: Ovládání mobilních telefonů
5. 25. 11. 2012, 13.00–18.00: Aktivity na přání uživatelů Senior domu
6. 1. 12. 2012, 15.00–19.00: Rozsvícení Vánočního stromu na náměstí Přemysla Otakara II. v Českých Budějovicích

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

3–9 uživatelů, ve věku od 68 let do 79 let.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Setkání s chodem zařízení, 4. 11. 2012

Po telefonické domluvě jsem měla setkání se sociální pracovnicí soukromého Senior domu, abych si domluvila praxi. Seznámila jsem se s personálem, který pracuje s uživateli domu a s prostředím. Nahlédla jsem i do bytů, ve kterých senioři žijí a seznámila se s uživateli.

Se sociální pracovnicí jsem se dohodla, že moje praxe – tedy aktivizace seniorů, se bude odvíjet od toho, o co mají uživatelé Senior domu zájem. Domluvily jsme se, že je nebudeme do ničeho nutit a dáme jim spíše na výběr.

Asistentky domácí péče a zdravotní sestry mi sdělily, že senioři mají často problém s ovládáním mobilních telefonů. Dále jsem se od sociální pracovnice dozvěděla, že mnoho seniorů není z Českých Budějovic a proto se bojí vzdálit se od Senior domu (prochází se okolo objektu), případně nechodí vůbec ven.

Proto jsem se rozhodla, že aktivity zaměřím na poznání Českých Budějovic a na ulehčení práce seniorům s mobilními telefony, což může ulehčit i práci personálu.

V tento úvodní den jsem v zařízení strávila cca tři hodiny, personál byl velmi příjemný a ochotný. Na seniorech jsem viděla radost a očekávání.

Návštěva Martinských trhů, 11. 11. 2012

Během týdne jsem zjistila, že jsou na Piaristickém náměstí v Českých Budějovicích Martinské trhy. Sociální pracovnice uživatelům Senior domu nabídla, že by tam mohli v mém doprovodu jít. Přihlásilo se 8 seniorek. Rozhodla jsem se, že se čtyřmi půjdu na trhy v dopoledních hodinách a s dalšími čtyřmi po obědě v odpoledních hodinách. Do centra jsme ze zařízení jely Městskou hromadnou dopravou. Cesta trvala okolo čtvrt hodiny, ze zastávky jsme šly pěšky na náměstí. Cestou jsem seniorkám povídala o památkách, ukazovala jim obchody a odpovídala na dotazy, které se vztahovaly k Českým Budějovicím. Na náměstí byla spousta stánků s lidovými výrobky (klobouky, keramika, šperky apod.), jídlem a různým občerstvením. Prošly jsme snad většinu stánků a všechny dámy, zde nakoupily část Vánočních darů. Celé trhy byly doprovázeny folklorní muzikou, kterou jsme si poslechly při ochutnávce Svatomartinského vína.

Na trhy jsme se vydaly ráno po osmé hodině a vracely jsme se na půl dvanáctou na oběd. Seniorky si tuto návštěvu trhů moc chválily a říkaly, že jim to ušetřilo mnoho starostí. Měly radost z toho, že konečně vyrazily někam jinam, než jen okolo Senior domu.

S odpolední skupinkou jsme vyrazily okolo jedné hodiny a vracely se před čtvrtou hodinou. Návštěva trhů probíhala opět v podobném duchu – seznámení s Českými

Budějovicemi (dvě dámy byly z Českých Budějovic, tak nám vyprávěly pověsti), procházka po trzích, ochutnávka vína.

Sociální pracovnice mi řekla, že seniorky byly nadšené a že se těší na další setkání se mnou, což mě velice potěšilo.

Ovládání mobilních telefonů, 17. 11. 2012 a 18. 11. 2012

Tento týden jsem věnovala ovládání mobilních telefonů. Sociální pracovnice opět zjistila zájemce o tuto činnost a poté jsme společně rozepsaly časový harmonogram. Vzhledem k tomu, že každý z uživatelů má jiný typ telefonu, bylo nutné, abych se každému věnovala jednotlivě. Pracovním místem pro nás byl vždy byt zájemce o tuto aktivitu. Zájemců bylo devět. V sobotu jsem pracovala s pěti uživateli – se třemi dámami a s dvěma pány. V neděli jsem pracovala se čtyřmi muži. Sociální pracovnice záměrně rozdělila seniory podle časové náročnosti práce s nimi. V neděli jsem měla více času, proto jsem pracovala se čtyřmi muži, kteří si chtěli spíše více povídat, než se věnovat mobilním telefonům. Na každého uživatele jsme tedy měla hodinu. V sobotu nám vždy stačilo něco okolo půl hodiny.

Mým cílem bylo seznámit seniory se vším, co jejich telefon umí, ale hlavně zacházet s nejdůležitějšími funkcemi – volání a posílání SMS zpráv. Na volání a posílání SMS zpráv jsme za pomoci barevných fixů vytvářeli jednoduchý návod na míru. Nakonec nám vznikla stručná kartička, kterou sociální pracovnice každému nechala zalaminovat. V zařízení jsem během víkendu strávila něco okolo deseti hodin. Od personálu vím, že návody všem ulehčily práci. Senioři často zapominají, nyní jim stačí podívat se na návod a vše je vyřešeno. Všem to šetřilo mnoho času.

Aktivity na přání uživatelů Senior domu, 25. 11. 2012

Na Martinských trzích se mi tři seniorky zmínily, že si často chodí „pokecat“ ke kávě v Senior domu. Požádaly mě, zda bych se k nim někdy nechtěla připojit, že by to pro ně byla příjemná změna. Případně by mohly poznat nějakou novou kavárnu v okolí domova.

Šla jsem s nimi tedy v neděli odpoledne na kávu do nedalekého obchodního domu Géčko. Byl krásný sluneční den, tak jsme to spojily i s malou procházkou přírodní rezervací Vrbenské rybníky. Vede zde naučná stezka, žije zde mnoho druhů ptactva. V Géčku jsme si daly kávu a zákusek. Dámy mi vyprávěly o svých rodinách a hlavně vnučatech. Já jsem jim ukazovala fotky svých neteří, takže jsme měly příjemně strávené odpoledne. Do Senior domu jsme se vrátily opět pěšky. Seniorky mě po návratu pozvaly, abych si s nimi dala jejich tradiční partičku karet. Hrály jsme Autobus a i přesto, že tuto hru umím, tentokrát jsem nevyhrála ani jednou ☹. Se seniorkami jsem strávila něco okolo pěti hodin. Byl to pro mě příjemný oddychový den. Myslím, že těmto skvělým dámám udělal radost, že jsem jim věnovala svůj čas a vyslechla si jejich životní příběhy.

Rozsvícení Vánočního stromu, 1. 12. 2012

Na naše poslední setkání jsme se šly podívat na náměstí Přemysla Otakara II. na rozsvícení Vánočního stromu. Šlo se mnou pět seniorek. Muži zájem neměli, prý se na Vánoce nijak zvlášť netěší. Do centra jsme jely městskou hromadnou dopravou, při cestě na náměstí na nás dýchala vánoční atmosféra, protože všechny okolní uličky už měly výzdobu. Strom se rozsvítil v půl páté, za doprovodu koncertu dětského sboru. Dalšími

doprovodnými akcemi byli stánky s občerstvením a jídlem. S dámami jsme si na zahřátí daly čaj a punč a vyrazily jsme na večeri zpět do Senior domu. Dámy tento den mluvily o pečení cukroví, předaly mi spoustu rad a po večeri mi ochotně sepsaly spoustu nových receptů.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Na minulém studiu jsem praxi u seniorů absolvovala, ale absolutně se nedá rovnat s touto. Především praxe byla hlavně o nemocných a nemohoucích lidech, kteří jsou nuceni do aktivit, jen aby byli vyvedeni ze stereotypu jejich života. Z těchto aktivit nic nemají, nebaví je, mnohdy si je už ani neuvědomují. Mají zajatý denní režim, jehož součástí je aktivizace seniorů. Jeden pracovník s nimi hraje hry typu člověče nezlob se – uživatele musí neustále probouzet, nutit je do hraní; další z pracovníků uživatelům čte pohádky apod. Proč seniory do něčeho nutit, proč jim nedat na výběr, proč je jednou nenechat odpočinout a nevláčet je mezi dalších dvacet lidí?

Tato praxe je jiná už z důvodu toho, že Senior dům je soukromý, každý uživatel zde má svůj byt. Může a nemusí zde využívat péče zdravotních sester či asistentek domácí péče. Může a nemusí se účastnit společenských akcí. Jsou zde spíše senioři vitální, kteří mohou a chtějí svůj volný čas trávit aktivně.

Praxi hodnotím velmi kladně, nikdo se do ničeho nenutil, všichni jsme si vyšli vstříc. Bylo to spíše o zájmu uživatelů, než abych je nutila do nějakých aktivit, které by mě přišly smysluplné, ale seniory nebavily. Praxe byla o navazování vztahů, přiblížení Českých Budějovic lidem, kteří je neznají. Připomenutí si vánočních tradic. Byla jsem zde spokojená a děkuji Senior domu za poskytnutí prostoru a možností.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Vzhledem k tomu, že jsem s uživateli Senior domu pracovala s mobilními telefony, rozhodla jsem výzkumné šetření zaměřit na jejich znalosti, zkušenosti s novými technologiemi jako jsou mobilní telefony, počítače, internet.

Výzkumné šetření jsem realizovala za pomoci sociální pracovnice, která mi vytipovala 15 uživatelů Senior domu, kteří budou ochotni se mnou hovořit. Pro seniory jsem měla připraveno třináct otázek. Pro snazší komunikaci výzkumné šetření probíhalo dotazníkovou formou. Každého uživatele jsem jednotlivě navštívila v jeho bytě a odpovědi jsme společně vypisovaly na papír.

Otázky:

1. Vlastníte mobilní telefon?
2. K čemu mobilní telefon používáte?
3. Máte problémy s ovládním mobilního telefonu?
4. Vlastníte nebo máte přístup k osobnímu počítači?
5. Kde jste se naučil(a) práci s počítačem?
6. Máte problémy s ovládním počítače?
7. Máte přístup k internetu?
8. Na co internet používáte?

9. Máte problémy s ovládáním internetu?
10. Jaké další nové (moderní) technologie používáte?
11. Jak jste se naučil(a) zmíněné technologie používat?
12. Kdo Vám s používáním těchto technologií pomáhá?
13. Kdo Vás k použití těchto technologií přivedl?

Výzkumného šetření se zúčastnilo 8 žen a 7 mužů ve věku od 68 let do 90 let.

1. Vlastníte mobilní telefon?

Třináct respondentů z patnácti dotázaných vlastní mobilní telefon.

2. K čemu mobilní telefon používáte?

Dvanáct respondentů telefon používá k volání (s rodinou, lékařům) a psaní SMS zpráv. Jeden z dotázaných telefon využívá jenom k telefonickým hovorům.

3. Máte problémy s ovládáním mobilního telefonu?

Dva z respondentů problém s ovládáním telefonu nemají – zvykli si na svůj telefon a jsou s ním spokojeni. Jedenáct dotázaných problémy má – pletou si tlačítka pro zvednutí hovoru, špatně vidí na tlačítka, zapomínají, jak si mohou přečíst SMS zprávu.

4. Vlastníte nebo máte přístup k osobnímu počítači?

Dva dotázaní vlastní osobní počítač, tři z respondentů mají přístup k počítači u rodiny. Další deset seniorů počítač ani přístup k němu nemají.

5. Kde jste se naučil(a) práci s počítačem?

Pět respondentů odpovědělo, že se práci s počítačem naučilo při zaměstnání (jeden z nich nyní počítač nevlastní). Jeden respondent se naučil pracovat s počítačem díky vnoučatům.

6. Máte problémy s ovládáním počítače?

Pět respondentů, kteří počítač mají nebo k němu mají přístup se shodují, že největším problémem je, když po nich počítač něco požaduje v anglickém jazyce.

7. Máte přístup k internetu?

Všech pět respondentů, kteří mají počítač nebo mají k němu přístup, má přístup i k internetu.

8. Na co internet používáte?

Senioři internet používají k vyhledání zpráv ze světa, počasí, televiznímu programu, sportu, používání emailu.

9. Máte problémy s ovládáním internetu?

Dotázaní problémy s ovládáním internetu nemají. Jeden z respondentů hovoří o problému s přetíženou sítí.

10. Jaké další nové (moderní) technologie používáte?

Jeden z dotázaných využívá fotoaparát, další DVD přehrávač.

11. Jak jste se naučil(a) zmíněné technologie používat?

Respondenti se v devíti případech naučili tyto technologie používat za pomoci rodiny, pět z dotázaných se je naučilo používat v zaměstnání a jeden díky sestřičkám v Senior domě.

12. Kdo Vám s používáním těchto technologií pomáhá?

Všem seniorům s ovládním a používáním pomáhá jejich rodina, zejména vnoučata.

13. Kdo Vás k použití těchto technologií přivedl?

K použití těchto technologií pět respondentů přivedlo zaměstnání, osm rodina, jeden si koupil mobilní telefon sám.

Shrnutí:

Největší zkušenosti mají senioři s mobilními telefony, ale i přesto mají problémy s jejich ovládním. Ti z dotázaných, kteří vlastní nebo mají přístup k počítači, mají přístup i k internetu. Pracovat s počítačem se převážně naučily v bývalé práci. Zkušenosti s novými technologiemi mají senioři hlavně díky rodině, která je k jejich používání přivedla.

Dotazník:

Muž – 68 let

1. Vlastníte mobilní telefon?

Ano.

2. K čemu mobilní telefon používáte?

K telefonování a posílání SMS.

3. Máte problémy s ovládním mobilního telefonu?

Ano – špatně vidím na klávesnici.

4. Vlastníte nebo máte přístup k osobnímu počítači?

Vlastním a pokud je volný (manželka), tak i mohu používat.

5. Kde jste se naučil(a) práci s počítačem?

V bývalém zaměstnání a samostudiem.

6. Máte problémy s ovládním počítače?

Ano – když na mě mluví anglicky.

7. Máte přístup k internetu?

Ano – platí to samé jako u otázky číslo 4.

8. Na co internet používáte?

Informace ze světa a sportu + videa.

9. Máte problémy s ovládním internetu?

Ano – je občas velmi přetížen.

10. Jaké další nové (moderní) technologie používáte?

X

11. Jak jste se naučil(a) zmíněné technologie používat?

V zaměstnání.

12. Kdo Vám s používáním těchto technologií pomáhá?

Rodina – hlavně manželka.

13. Kdo Vás k použití těchto technologií přivedl?

Nutnost pro práci.

Zkušenost jako klíč

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Petra Mádlová, Markéta Sedláková, Tereza Skládalová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Klub seniorských aktivit

Klub seniorských aktivit je místem, kde se pravidelně každý týden setkává skupinka seniorek za účelem společného trávení času. Klub na Václavské není veden odborným personálem, jelikož si dámy řídí vše samy.

Dříve se seniorky scházely v klubu Václavka, ze kterého se po nějakém čase přesunuly do Domu pánů z Kunštátu. V současné době se klub nachází na ulici Václavská. Prostory, ve kterých Klubu seniorských aktivit sídlí, poskytla radnice městské části Brno-střed.

Klub funguje pravidelně tři dny v týdnu a to pondělí, úterý a čtvrtek. V klubu se pravidelně schází kolem 20–25 seniorek, přičemž každé úterý v prostorách klubu probíhá šachový turnaj a fotografický kroužek pro seniory (opět veden samotnými členy klubu). Setkání v klubu má samozřejmě daný harmonogram. Dámy postupně přicházejí do klubu a hned u vstupních dveří se zapisují do členské knihy. Klub je otevřen od 14.00 a do 15.00 mají seniorky čas na to si společně popovídat a sdělit to nejnuttější a zároveň se připravit na cvičení, které pravidelně začíná v 15.00. Cvičení se ale neúčastní všechny členky klubu. Ať už ze zdravotních důvodů, nebo jen na základě aktuálního rozpoložení. Cvičení není povinné, a proto se každý může rozhodnout dle svého, zda dnes cvičit bude či ne. Po cvičení následuje zasloužená kávačka a začíná debata kroužek. Dámy debatují nad různými tématy, sdělují si zážitky z uplynulých dnů a prostě se baví.

Dámy Klubu seniorských aktivit pořádají pravidelné vycházky po Brně a okolí. Každé úterý v 9.00 se schází před klubem a podle počasí vyrazí na předem naplánovanou trasu. Často vyletují celé dopoledne a po vycházce jejich kroky směřují přímo do klubu na pravidelné odpolední setkání. Co se týká dalších aktivit seniorek, pravidelně každé léto pořádají zájezdy do Beskyd a dvakrát za rok navštěvují termální lázně v Maďarsku.

Vybavení klubu je také poměrně na dobré úrovni. Seniorky zde mají k dispozici počítač s tiskárnou, masážní lůžko, zdravotní rotoped, kuchyňku atd. Dámy si založily i vlastní bazárek věcí a oblečení. Co se již některé z nich nehodí či nelíbí, donese do klubu a tam společně vymění s ostatními. To samé platí i s knihami. Důkazem je obsáhlá sbírka knih, ve které by si nejjeden čtenář vybral hned několik velmi zajímavých titulů.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 6. 11. 2012, 14.00–17.00: Seznámení se s chodem Klubu seniorských aktivit, seznámení s klientkami, návrh aktivit
2. 13. 11. 2012, 14.00–18.00: Přednáška a diskuze na téma: mladá generace
3. 15. 11. 2012, 14.00–17.00: Oslava narozenin, povídání v klubu
4. 20. 11. 2012, 9.00–12.00, 14.00–16.00: Výlet na přehradu, posezení v klubu – povídání
5. 22. 11. 2012, 14.00–17.00: Přednáška a diskuse na téma: sekty
6. 27. 11. 2012, 15.00–17.00: Reminiscenční aktivity
7. 29. 11. 2012, 14.00–17.00: Předvánoční dílna – výroba ozdob
8. 4. 12. 2012, 15.00–18.00: Mikulášská besídka – návštěva dětí z NZDM
9. 18. 12. 2012, 15.00–18.00: Vánoční besídka – hudební vystoupení, vánoční zvyky
10. 20. 12. 2012, 10.00–13.00: Návštěva divadelního představení „Betlém aneb převeliké klanění se sotva narozenému Jezulátku“ v divadle Husa na provázku

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

30 žen, ve věku 65–89 let

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Když jsme vešly do dveří, většina dam na nás překvapeně hleděla a hlavou jim jistě běžely otázky typu: „Nespletly jste si děvčata dveře?“ apod. Pozdravily jsme a představily náš návrh budoucí spolupráce. Seniorky se na nás nejprve nechápavě koukaly a vesele se nás ptaly: „Proč, proboha, chcete dělat něco se starýma babkama?“

Ačkoliv byla naše první návštěva klubu zprvu rozpačitá, končila nadšením a nastartovala v nás velké odhodlání k další práci a hlavně spolupráci. Poté, co jsme dámám vyložily náš záměr, jsme s potěšením zjistily, že mají o naše návštěvy i plánované aktivity velký zájem. Domluvily jsme si tedy setkání na příští týden a naše „aktivizace“ měla dveře otevřené.

6. 11. 2012

Když jsme ve 14.00 zazvonily na zvonek klubu, dostalo se nám rozpačitého přivítání. Některé z dam vůbec netušily, že máme přijít a ty které o naší plánované návštěvě věděly, byly překvapené, že jsme vůbec dorazily. Zřejmě zprvu nevěřily, že to s navštěvováním klubu myslíme opravdu vážně. Nicméně nás vzaly mezi sebe a bylo vidět, že jsou rády, že jsme dorazily.

Posedaly jsme si ke stolu a začalo se povídat. S děvčaty (realizátorkami) jsme se nejprve krátce představily a řekly pár slov o našich zájmech a zálibách a poté se nám každá z dam jednotlivě představila jménem. Po počátečním vzájemném oťukávání, se naše povídání stalo přirozené a nenucené a dalo by se říci, že jsme se v klubu adaptovaly celkem rychle a bez větších problémů. Mezi dámami jsme se cítily přirozeně a spokojeně. Nejprve jsme se bavily o chodu jejich klubu. Zajímalo nás, jaké aktivity pro sebe pořádají, jaká platí pravidla v klubu, pokud nějaká platí atd. Chtěly jsme zkrátka vědět, jak to v takovém klubu seniorských aktivit chodí.

Seniorky si s námi chtěly především povídat. Když jsme se jich ptaly, co by je nejvíce zajímalo, říkaly, že všechno. Vyptávaly se nás na to, co rády děláme, na naše starosti a radosti a co je nejvíce zajímalo, byly naše lásky. V průběhu našich povídání často zaznívaly věty typu: „Já už bych nechtěla být mladá, takových starostí“, „No jo, ti mladí, ti si umí užít život“ apod. Z našich rozhovorů jsme si sem tam dělaly poznámky o tom, co seniorky zajímá a jaká témata nejraději diskutují. Navrhly jsme jim, že bychom pro ně rády připravily bloky krátkých přednášek na různá aktuální společenská témata, která by se mohla týkat právě seniorů v dnešním světě. Dámy souhlasily a společně jsme daly dohromady několik oblastí, které je zajímají a chtěly by se o nich bavit a plánovaný blok přednášek nazvaly pracovním názvem „*senior v moderní době*“. Po zdánlivě chvilce jsme se podívaly na hodinky a s údivem zjistily, že tři hodiny uběhly jako voda a naše první setkání v klubu se chýlí ke konci. Domluvily jsme se tedy na příští setkání a těšily se na nadcházející týden.

13. 11. 2012

Do klubu jsme opět dorazily na 14.00 a na tento den jsme měly naplánované povídání na téma Mladá generace. Kolem čtvrt se sešla většina dam, uvařila se první káva nebo čaj a začalo se povídat. Aby bylo nějaké trapné ticho, to v žádném případě nehrozilo. Seniorky na naše povídání téměř okamžitě reagovaly a chtěly si brát slovo a podělit se o ostatními o své zkušenosti z jejich mládí a s mladými lidmi a zároveň ze stáří a s mladými lidmi. Po hodinové diskusi se šlo tradičně cvičit. Byly jsme velmi rády, že jsme se mohly cvičení účastnit. Dámy ale opět předčily naše očekávání. Během cvičení neustále klábosily, vtipkovaly, smály se, zkrátka a dobře bylo vidět, že je to veselá parta. Během cvičení jsme vyslovily návrh, že bychom pro ně příští týden připravily hodinu my. Dámy tuto nabídku přijaly s nadšením a se slovy: „že je alespoň naučíme nějaké super moderní cviky na protažení.“ Po cvičení jsme se usadily zpět ke stolu a povídaly si. Navrhly jsme dámám krátkou hru „Hádej, kdo jsem“. Každá si na papírek napsala vlastnosti, větu, prostě cokoliv, co danou osobu nejvíce vystihuje. Poté jsme papírky četly nahlas a všichni hádali, o kom je řeč. Aktivita se jim velmi líbila. Hodně jsme se nasmály a nutno říci, že až na pár případů, téměř všichni poznali, kdo kterou charakteristiku psal.



15. 11. 2012

Na tento den byla naplánovaná oslava narozenin jedné ze seniorek, paní Elišky. Přišly jsme do klubu tradičně na druhou hodinu a přípravy byly už v plném proudu. Byly jsme domluvené, že pomůžeme s výzdobou a občerstvením. Vyráběly jsme jednohubky a chlebičky a přitom si povídaly se seniorkami o různých věcech, vařením počínaje a muži konče. Poté, co jsme připravily občerstvení, šly jsme cvičit. Měly jsme pro dámy

připravených několik cviků na protažení rukou, nohou a především zad, které velmi ocenily. Pro zpestření cvičení jsme si zahráli aktivitu na procvičení koordinace těla „Jdi! Stop! Jméno! Tlesk!“ Tato aktivita člověka zaručeně dostatečně zmáte a stoprocentně rozveselí. Všichni jsme se u toho náramně zasmály a stala se z toho naše malá tradice, jelikož jsme ji pak hrály při každém dalším cvičení. Po hodině pravidelné dávky protažení mohla začít plánovaná oslava. Během cvičení do klubu dorazily zbylé dámy a především oslavenkyně. Hodovalo se, povídalo a nakonec i zpívalo. Bylo to příjemně prožité odpoledne a nám opět dodalo úsměvy na naše tváře.



20. 11. 2012

Na úterý jsme měly naplánovanou procházku po Brně. Počasí nám celkem přálo a tak jsme se vydaly k brněnské přehradě. Na Václavské jsme nasedly na šalinu, která nás dovezla až na místo. Cestou nám dámy vyprávěly o dosavadních výletech, kde již všude byly a kam mají v plánu zajít. Během procházky okolo přehrady jsme se konečně více rozpovídaly. Seniorky nám vyprávěly své příběhy, o svých rodinách a zážitcích. Bylo velmi příjemné pozorovat, s jakým nadhledem a optimismem některé z nich nahlíží na svět.



Po dopolední procházce jsme se šly domů naobědvat a odpoledne jsme vyrazily na chvilku do klubu. Některé z dam z dopolední procházky přišly také a společně jsme ostatním vyprávěly, jak jsme pochodily. Poté jsme šly cvičit. Využily jsme několik zpestřujících aktivit, například „Zrcadlo“, kdy se dámy rozdělily do dvojic a jedna opakovala vše po té druhé. Tato aktivita je bavila, jelikož říkaly, že konečně mohou také někomu předvíchat a vymýšlet cviky a zároveň to musí zvládat s ním.

22. 11. 2012

Na tento den jsme měly naplánovanou přednášku na téma sekty. Jelikož v průběhu předchozích setkání dámy projevíly o toto téma velký zájem, rozhodly jsme se ho zpracovat do krátké přednášky, kde jsme seniorkám představily základní pojmy týkající se tohoto tématu. Bylo vidět, že se o toto téma zajímají a nejedna z nich měla s nějakou sektou vlastní zkušenost. Během přednášky pozorně poslouchaly, přikyvovaly a bylo znát, jak se těší na následnou diskusi. Mnoho z nich se rozpovídalo o vlastních zkušenostech se sektou a v jednu chvíli se strhla i malá hádka o tom, zda Zednáři jsou či nejsou sekta. Jedna paní dokonce přivedla svou maminku, která s nějakou ze sekt úzce sympatizuje.

a byla velmi vděčná za to, že jsme toto téma před ní otevřely a vnesly mezi dámy pár nových a cenných informací.

Naši diskuzi přerušila jedna ze seniorek (tento den přišla až na cvičení) s tím, že je již čas na cvičení. Dámy souhlasily, ale musely jsme slíbit, že po cvičení budeme v tomto tématu dále pokračovat. Jak jsme slíbily, tak se stalo. Po cvičení jsme si uvařily kávu a čaj a povídky dál. Jedna z dam přišla s otázkou: „Zda ty sekty nejsou i ti, co nabízejí to zboží na internetu?“ V tu chvíli se nám otevřelo další téma – senioři a reklama/předváděcí akce a bylo o zábavu do konce setkání postaráno.

Dnešní den byl ve znamení povídání, které si myslím nás všechny celkem obohatilo a vneslo do naší mysli spousty nových postřehů a otázek zároveň.

27. 11. 2012

Na dnešní den jsme se jako praktikantky těšily, neboť nás čekaly reminiscenční aktivity. Při minulém setkání jsme dámám zadaly dva domácí úkoly a byly jsme nesmírně zvědavé, kolik klientek se na dnešní setkání svědomitě připraví, případně kolik jich dorazí, když ví, že se budeme věnovat vzpomínání na „staré dobré časy“. Byly jsme proto celkem nervózní. Na druhou stranu jsme věřily, že se na nás dámy „nevykašlou“ a rády se do aktivit zapojí.

Prvním zadáním bylo zamyslet se a napsat vzkaz mladé generaci, formou dopisu. Zajímalo nás totiž, jaký pohled seniorky na dnešní mládež mají, zda budou srovnávat své mládí s mládím dnes, jaké myšlenky a témata se v dopisech objeví... Druhým domácím úkolem bylo donést předmět, který charakterizuje jejich dětství, mládí, dospívání, zkrátka dobu minulou, na niž rády vzpomínají...

Resumé? Dopisy přišly čtyři, předmětů osm a klientek se do aktivit zapojilo nakonec čtrnáct.

Nejprve jsme se věnovaly předmětům, které dámy donesly. Objevilo se mezi nimi následující: kartáč na vlasy, zlatý řetízek s medailonkem, vařečka, obyčejná tužka na psaní, látkový vyšívávací kapesník, černobílá fotografie rodičů, starý klíč a stužka do vlasů. Sedly jsme si na židle do kruhu a dámy, jedna po druhé, začaly nenuceně vyprávět, proč vybraly právě ten a ten předmět a jaké vzpomínky se jim k věci vážou ... Všechny vzpomínky byly veselé, a tak jsme se společně nasmály. Dámy si předměty komentovaly navzájem, připojovaly další krátké příběhy a historky...

Po krátké pauze na kávu a čaj jsme se začaly věnovat dopisům mladé generaci, čímž jsme přirozeně navázaly na příběhy z mládí. Ty z dam, kdo dopisy napsaly, je postupně přečetly ostatním přítomným a pak následovala diskuse nad tím, co jsme z dopisů vypíchny my praktikantky. Dotkly jsme se témat: mezigenerační vztahy v rodinách, mezigenerační ne/solidarita, myšlenkové pochody dnešní mládeže, trávení volného času, vyjadřování mladých, chování ve společnosti (na ulici, v obchodě ...), etiketa. Bylo zajímavé poslouchat názory dam, které mají za sebou různé životní příběhy, a pokusit se je pochopit.

Ani jsme se nenadály a čas se nachýlil ke konci otevírací doby klubu, a tak přestože toho bylo ještě mnoho k povídání, musely jsme dámám poděkovat, rozloučit se s nimi a těšit se na další setkání.

29. 11. 2012

Jelikož se neúprosně blížily vánoční svátky, rozhodly jsme se naše setkání v klubu zpestřit výrobou jednoduchých vánočních ozdob, aby si dámy mohly také nějakou maličkost odnést s sebou domů. Každá si vyrobila vlastní dekoraci, kterou si může vystavit nebo ji někomu darovat. Svíčky jsme ovázaly stuhou a připnuly k nim rolničku; menší svíčky jsme postavily do skořápek od vlašských ořechů a na smrkovou větvičku jsme daly sušené plátky pomeranče a stuhu. Dámy byly velmi kreativní a nakonec měly velkou radost z toho, že se mohou doma pochlubit svými výtvy. Přestože se zpočátku u dam objevily i obavy z toho, že nebudou šikovné, vyráběly všechny a ve finále byly spokojené.

Při této „předvánoční dílničce“ přišla mimo jiné řeč i na pečení cukroví, udržování vánočních tradic, úklid domácnosti nebo shon v ulicích města. Na příště nám dámy slíbily recepty na různé druhy cukroví.

Pro pobavení jsme si připravily rébusy a křížovky s vánoční tematikou, což svůj účel splnilo a my opět odcházely pozitivně naladěny.

4. 12. 2012

Tentokrát klub navštívil Mikuláš, čert a dva andělé, za něž se převlékly děti z nízko-
prahového zařízení pro děti a mládež. Dámy byly velmi překvapené, když děti zazvonily a jaká to byla legrace, když byly požádány, aby řekly básničku! Některé raději zazpívaly, což jim nečiní sebemenší problém. Dámy dětem nabídly čaj a sušenky, děti jim za to nakonec ještě zabrejkovaly. Potlesk byl velký a obě strany (jak děti, tak seniorky) spokojené. Po vystoupení děti ještě poseděly a povídalo se. Seniorky se zajímaly o to, kam děti chodí do školy, kolik mají sourozenců, kde bydlí, kolik jim je apod. Bylo vidět, že většina z dam má děti (obecně) rádo a některé se i rozpovídaly o svých vnoučatech a pravnoučatech, co s nimi podnikají, jak často se vídají atp.

Děti z nízko-
prahového zařízení byly romské, přesto jsme nezaznamenaly žádný negativní projev ze strany seniorek, naopak jsme cítily jejich vřelost a zájem o život dětí.

Touto poněkud netradiční mikulášskou besídkou jsme si potvrdily, že je přínosné podporovat kontakt jak mezi generacemi, tak mezi majoritou a menšinou. Otázkou zůstává, kde pro tato setkávání najít prostor...

18. 12. 2012

Rozhodly jsme se udělat příjemnou tečku za praxí v klubu, a proto jsme přichystaly další překvapení – vánoční besídku za účasti dvou mladých hudebníků. S dámami jsme přichystaly občerstvení, ozdobily vánoční stromeček, zapálily svíčky a najednou zazvonil zvonek u dveří. Přišli muzikanti a začalo to pravé veselí – zpívaly se lidové písně za doprovodu houslí. O přestávkách se povídalo o Vánocích a jedlo se. Atmosféra se změnila až v okamžiku, kdy se naše setkání chýlilo ke konci.

Muzikanty jsme s díky vyprovodily a pak jsme dámám řekly, že jim moc děkujeme za to, jak nás přijaly a že už se bohužel pravidelně vídat nebudeme, neboť praxe je u konce. Ve tvářích některých dam se objevil smutek, ukápla i slzička. Vesměs nám všechny poděkovaly za to, že jsme za nimi chodily. My jim jako formu poděkování nabídly, že mohou jít s námi do divadla, a to navíc za zvýhodněnou cenu, což seniorky uvítaly.

Tentokrát jsme za sebou zavíraly dveře klubu se smíšenými pocity, protože nám bylo líto, že je praxe u konce a bylo nám více než jasné, že dámy už tak často vídat nebudeme. Na druhou stranu jsme měly pocit dobře odvedené práce, že jsme se dámám maximálně věnovaly.

20. 12. 2012

Do divadla Husa na provázku se rozhodlo jít deset dam. Měly jsme s nimi sraz v 9.30 hod. na Zelném trhu, neboť představení „Betlém aneb převeliké klanění se sotva narozenému Jezulátku“ začínalo v 10 hodin. Představení bylo zvláštní v tom, že se první dějství odehrávalo mimo divadlo – před Petrovem. Hrál se pro školy, což bylo naším záměrem – aby seniorky přišly do kontaktu se studenty alespoň jako návštěvníci divadla.

Bonusem byla krátká exkurze po divadle – podívaly jsme se do zákulisí, což se dámám líbilo, protože žádná z nich doposud tuto možnost neměla.

Návštěvu divadla jsme zakončily posezením v divadelní restauraci, kde jsme si popovídaly nad šálkem čaje a kávou o shlédnuté hře a s přáním klidných svátků se rozloučily...

ZHODNOCENÍ PRAXE

Petra

Když se za touto praxí ohlédnu, vyvstane mi na tváři letmý úsměv. S touto cílovou skupinou jsem dříve pracovala pouze jako dobrovolník v domě s pečovatelskou službou v Jičíně. Musím říci, že tato praxe byla ojedinělá a výjimečná už pouze tím, že se nejednalo o skupinu lidí, kteří by fungovali v rámci nějaké sociální služby.

Od první návštěvy v Klubu seniorských aktivit bylo jasné, že tento kolektiv dam se nám bude na konci praxe jen těžko opouštět. Společně jsme si užily mnoho legrace, porozumění i malých hádek, nadšení i rozčarování, ale ve výsledku bychom neměnily. Tedy alespoň já ne. V průběhu praxe jsem měla mimo jiné možnost nahlédnout do života seniorů dnešní doby a musím říci, že není nic pravdivějšího a upřímnějšího než lidský příběh, který slyšíte vyprávět přímo toho, kdo jej prožil.

Senioři pro mě zprvu nebyli nijak lákavou cílovou skupinou, se kterou bych chtěla v budoucnu pracovat. Vždy mě to táhlo spíše k mladým lidem a jejich problémům. Po této praxi však musím svůj pohled na věc změnit a jsem za to velmi ráda. Staří lidé mají mladým hodně co dát a stejně tak je to i naopak. Proto si myslím, že tyto skupiny lidí by k sobě měly nacházet cestu častěji, jelikož se v ní skýtá velký potenciál.

Díky této praxi jsem objevila své další možnosti v práci s lidmi a dodala jsem si odvahy se příště s odhodláním pustit do práce s touto cílovou skupinou.

Markéta

Práce s touto cílovou skupinou nebyla pro mě nová. Již v rámci střední pedagogické školy jsem navštěvovala zařízení, která se zabývají prací se seniory. Další důležitou zkušeností byla pro mě realizace narativních rozhovorů s pamětníky dob válečných. Před vstupem do klubu jsem tedy byla vybavena jistou zkušeností či očekáváním.

Během prvních návštěv zařízení, jsem ale poznala i jiný rozměr stáří. Skupina seniorek docházejících do klubu byla plna elánu a pozitivní energie. Někdy jsem měla chuť přizvat celé Brno, společnost, ať se přijdou podívat na ty údajně zatrpklé, nudné, pomalu

umírající zbytečné lidi (jak bychom mohli vykreslit extrémní stereotypy o seniorech), jak jsou aktivní, plní sil a životní moudrosti. A to mě na celé praxi nejvíce bavilo!

Odcházela jsem s pocitem naplněnosti. Pamatuji se, že z vycházky se nám v žádném případě nechtělo pryč, do školy. Během odpoledních posezení u kávy mi nejednou vyhrkly slzy smíchu a přestože jsme často vyslechly tíživé životní situace, opravdu děsivé životní příběhy, odcházely jsme vždy velmi pozitivně naladěny. Praxe v klubu byla pro mne především prostorem pro mezigenerační setkávání. Postupně jsem si uvědomovala, že stačí přijít, mít možnost potkat se a najednou neexistuje mezigenerační problém, nevázne komunikace. Samozřejmě, že my jako zástupci mladší generace jsme měly třeba jiné, odlišné názory na určitou problematiku než seniorky, ale možná právě to bylo obohacující. Možnost komparace názorů a postojů. Našla jsem s uživatelkami klubu společnou řeč například co se týče vaření. Najednou fungoval přenos zkušeností oboustranně. Zcela jistě hrálo velkou roli vřelé přijetí od senierek.

A kdo mi nevěří moje nadšení, ať si pustí naše video ze zařízení, které ho zaručeně vtáhne!

Tereza

Když jsem se dozvěděla, že nás čeká praxe se seniory, netušila jsem, do jakého zařízení jít – nikdy jsem s touto cílovou skupinou nepracovala a ani jsem seniory nevyhledávala, kromě své babičky, kterou navštěvuji tak jednou do měsíce. Naštěstí jsme se domluvily ve skupince, že zkusíme nějakou neokoukanou organizaci, a tak jsme zavítaly do Klubu seniorských aktivit, za což Pétě a Markétě děkuji, protože to byla skvělá zkušenost. Setkávání s dámami pro mě bylo přínosné – nejen že jsem poznala ženy s různými životními příběhy, které byly ochotné se o ně podělit, ale zkusila jsem si také práci v týmu, která má svá pro i proti.

Praxe utekla jak voda – třicet hodin, kterých jsem se zpočátku bála, bylo rychle naplněno. Tento můj pocit byl zřejmě dán srdečnou atmosférou, v níž praxe v Klubu probíhala. Díky praxi jsem se utvrdila v tom, že senioři jsou lidé, kteří mají nám, mladým, co říci a je škoda, že je mnoho mladých lidí nechce poslouchat. Proto jsem ráda za tu možnost strávit s nimi více času, který bych si zřejmě sama nenašla...

Díky nabytým zkušenostem (aktivní naslouchání, specifická komunikace, rozvržení času při plánování programu atp.) se již nemusím obávat, že bych nezvládla s touto cílovou skupinou v budoucnu pracovat a nebudu se tedy bránit práci se seniory.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Ze začátku výzkumu jsme si kladly tyto otázky:

Existují mezigenerační problémy?

Co je to generace?

Existuje společný prostor, průsečík dvou a více generací?

Z literatury vyplývá především nutnost tento společný prostor setkávání dvou generací vytvářet. Cílem je odbourat bariéry, stereotypní nahlížení, rigidní komunikaci.

Generace – paralelní účast identického úseku kolektivního dění

- participace na stejných událostech – spojující zážitky
- společný historicko-sociální životní prostor

Zkušenost – důležitost časového horizontu

- první dojem – tendence ukládat se jako přirozený obraz světa, zážitek z mládí
- další podobná zkušenost je komparována s původní, vzniká teze a antiteze

Sedimentovaná generační zkušenost se stává rámcem pro percepci. Na základě tohoto faktu mohou vznikat odlišné pohledy na svět, protichůdné životní názory. Každá generace má jinou startovní čáru. Velkou roli hraje i generační identita, pomocí níž se jedinec zasazuje do vlastního významového, interpretačního rámce.

Domníváme se, že efektivní cestou vedoucí k poznání (je-li to vůbec v duchu konstruktivistických teorií) je výzkum zaměřený na mezigenerační diskurs, generační sémantiku. Analýza mezigeneračního diskursu umožňuje sledovat umístění vlastní generace skrze odlišení se od jiných, prostřednictvím diskursivních praktik. Ve výzkumu by bylo esenciální identifikovat právě tyto praktiky. Vycházíme z předpokladu, že diskursivní praxe zahrnuje sociální jednání, které lze identifikovat v čase a místě. Lidé filtrují komunikaci skrze kulturní okruhy. Různí lidé mohou používat stejné okruhy (artikulovat stejná témata), zaujímají srovnatelná stanoviska v diskursivních praktikách. Generace ustanovuje dominantní sémantický řád, řád významů ve svých diskursivních praktikách. Výzkum by byl zaměřen na hledání vzorců znaků, jazyka, myšlení.

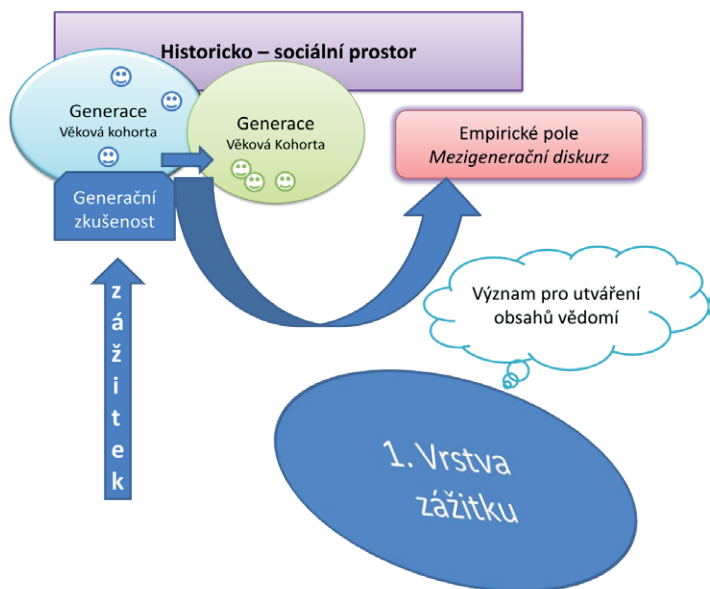
Giesen uvádí, že bariéru porozumění mezi starší a mladší generací stavějí kolektivní traumata jako je válka či totalita.

Kladly jsme si otázku:

Je možná transmise zkušenosti?

Mladá generace od starší často slýchává: „*Ty si to ani nedokážeš představit, co je to válka, ty seš mladá.*“

Základem pro mezigenerační porozumění je vzájemné poznávání, prostor pro vzájemné interakce. Signifikantní je i sociální učení, které pomáhá odstraňovat formy věkové segregace. V procesu učení hraje velkou roli lidská zkušenost.



MARADA, R. Generace. *Sociální studia* 1–2. 2007

Kromě narativních rozhovorů s dámami v klubu a ohniskové skupiny na téma mezi-generačních vztahů jsme se rozhodly natočit také krátké video v ulicích Brna, kdy jsme náhodně vybíraly zástupce z mladé a seniorské generace a žádaly je o vzkaz – mladí vzkazovali seniorům a naopak.

Po analýze výpovědí jsme došly k závěru, že mladá generace nemá téměř co říci a naopak senioři jsou plní životní moudrosti. Proto by bylo vhodné podporovat vztahy mezi generacemi, aby došlo ke vzájemnému obohacení, pro což se nacházel prostor například v rámci naší praxe.

Člověk člověku

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Michaela Zapletalová, Jana Šašínková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Lesná – Okružní 832/29

Domov pro seniory Okružní, leží v klidné oblasti brněnské městské části Lesná. Byl postaven v letech 1992–93 a uveden do provozu 6. května 1994. Domov je obklopen stromy všeho druhu, v zahradě altánek, blízko taktéž lékárna, obchod.

Posláním domova je poskytnout podporu a pomoc lidem v seniorském věku při překonávání obtíží spojených s jejich nepříznivou životní situací, podporovat je v soběstačnosti a udržení přirozených vazeb, zajišťovat individuální potřeby formou nepřetržitého provozu. Cílová skupina jsou senioři, kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku a chronického onemocnění, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné osoby.

Domov poskytuje ubytování a základní péči jednotlivcům i manželským párům. V obytné části se nachází celkem 57 bytů pro 69 obyvatel, kapacita je až na pár míst zaplněná. V objektu je 46 garsoniér a 8 jednopokojových bytů s obytnou kuchyní a 3 dvoulůžkové pokoje. Výměra garsonky je cca 36 m², bytu s obytnou kuchyní 52 m². Každá bytová jednotka má lodžii s výhledem na zahradu. Každý byt má možnost telefonické přípojky, telefony zároveň slouží jako komunikační systém pro sestry a uživatele. Návštěvy nejdu přes centrální ohlašovnu – recepci, ale zvoní u hlavního vchodu přímo na byty seniorů.

Součástí domova je taktéž Centrum denních služeb, které zajišťuje pro seniory řadu aktivizačních činností, akcí, kroužků. Jedná se o příležitostní akce (typu výjezd do vinného sklípku, pečení vánočního cukroví, jablečná či bramboráková slavnost ...), o pravidelné kroužky (jóga, keramika, povídání v „kavárničce“ ...) a také Denní centrum funguje pravidelně dopoledne od 8.00 do 12.00, kdy klienti dochází tvořit, povídat, pročíst noviny, popít kávu a společně něco prožít. Ergoterapeutky a sociální pracovnice mají pro klienty vždy nachystanou nějakou aktivizační činnost. Cílem Denního centra je zmírnění negativních vlivů stárnutí v oblasti soběstačnosti a podpora psychické a fyzické kondice seniorů, zkvalitnění jejich života i života rodin, které o ně pečují. Do tohoto centra mohou chodit i senioři, kteří nežijí v Domově.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 12. 11. 2012, Pondělí: seznámení s denním centrem a s klienty v obou skupinách, zapojení se do programu (zpívání), setkání s panem kronikářem, turnaj v šipkách

2. 13. 11. 2012, Úterý: hrátky variace na smyslové vnímání
3. 14. 11. 2012, Středa: prožitkové, kontaktní hry, jóga
4. 15. 11. 2012, Čtvrtek: výroba ozvučených dřívěk a poté prvky muzikoterapie
5. 16. 11. 2012, Pátek: relaxační, prožitkové hry

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Senioři ve věku od 77 do 100 let, 6 mužů, 14 žen, rozdělení do dvou skupin dle činností, které chtěli vykonávat. První skupina je zaměřena více na kvízy, otázky, všeobecný přehled, druhá skupina ráda dělá rukodělnou činnost, zpívá. Tyto skupiny souvisí s onemocněním, které se na pokročilý věk vážou, tedy ve druhé skupině byli klienti s vážnějším druhem nemoci – Parkinson, demence, proto i aktivity byly tomuto přímo úměrné.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Pondělí, 12. 11. 2012

Čekám na Míšu před domovem. Obě dvě nestíháme. Ranní mlha hladí nový den, a podzimní chlad probouzí ze snů. Kroky kolem mě jsou přiměřené této ranní hodině, najednou uslyším jedny, těsně za mnou, jež mě vytrhnou z pozorování veverka v borovicovém hájku. Jsou čilé jako rybka, nezvykle rychlé a plné energie na pondělní ráno. Asi Míša. Otočím se. Za mnou se usmívá postarší paní s hůlkou, která mě oslovuje. Hovoří o tom, jak chodí každý den svá „kolečka“ kolem domova, o oblíbené rajské, která dneska bude na oběd a o sýkorkách, které pravidelně krmí na parapetu okna. Po chvíli se k nám připojuje další starší pán, který vyběhl do lékárny jen na skok pro medikamenty ostatním, co chodit nemohou. Naše diskuze je úsměvná a radostná. Dozvídám se, že pán má 95 let a dáma o pět méně. Nestačím se divit, v tom přichází Míša a vydáváme se přes práh Domova pro seniory na Lesné...

Zemité probuzení po laskavém hovoru. Smlouvy, podpisy, kodexy, pravidla, řád, přezůvky, ... Sociální pracovnice není po ránu zcela sociální a my s Míšou jsme hozeny do velmi úzkého prostoru „stážistek“, jež ohraničují přesné hodiny v Denním centru. Naše představy individuálních návštěv a jisté volnosti plynou do nikam.

S chutí přímého kontaktu s klienty vydáváme se však po schodech do Denního centra, kde nás čekají dvě ergoterapeutky. Jsou velmi laskavé, s ochotou nám popisují fungování Denního centra – setkávání probíhá ve dvou skupinách, v jedné klienti vyrábí a tvoří a převažují zde rukodělné aktivity (my jsme se setkali s plstěním vzorů na plátěnou tašku, pletení obvazů pro malomocné, vybarvování obrázků), v druhé skupině mají zase slabost pro kvízy, binga, riskuj, či jiné paměťové hry. V první skupině, ve které nakonec zůstáváme, jsou klienti většinou s onemocněním – v hlavní roli Parkinson, demence. Je poměrně těžké navázat komunikaci, ovšem záhy zjistíme, že je třeba zvýšit intenzitu hlasu. Sledujeme ergoterapeutku Marušku, jak s láskou obchází všechny klienty s dotazem, zda si dají kávu nebo čaj. Poté následuje kratičké přečtení novinových titulků (v druhé skupině vzhledem k čilosti klientů je toto čtení intenzivnější), ovšem nesetká se s velkou odezvou a tak přechází ke kvízu. Zjišťujeme, že ani kvíz není to pravé ořechové, Maruška však ví, jak skupinu zaujmout – k jejich každodenním činnostem (plstění, kreslení, pletení) se proto vydává pro zpestření k „Já písničkář“ a zpíváme skoro jednu

po druhé. Takto uplyne čas velmi rychle, my i klienti jsou spokojeni, jen si s Míšou dáváme za cíl, naučit se druhé sloky... Také nás tento den v centru navštíví pes, kterého klienti mohou pohladit a dát mu piškotek, čehož někteří rádi využijí, někteří s respektem k chundelaté kouli, jiní se neohroženě mazlí a krmí jedním piškotem za druhým... Poté, co jsme pomohli klientům s přesunem do tělocvičny, kde je čeká cvičení, se přesunujeme do druhé skupiny. Vítá nás ergoterapeutka Jana a zde je konverzace o mnohé živější, louskáme ořechy a smějeme se nad rozličnými tématy. Zalituju, že už se v našich dobách nedere po večerech peří...

Odpoledne máme setkání s velmi aktivním panem, jež je místní kronikář. Ukazuje nám kroniky a my se dozvídáme o chodu domova víc. Zjišťujeme, že se tu pořádají tuze zajímavé akce – jablečné slavnosti, soutěže v rozličných disciplínách (šipky, kuželky), vaření bramboráků, koncerty, či jen společné výpravy „na jedno“. Také hodně hovoří o své rodině, o krajině, kterou má rád i o „domovním“ časopise – okružníku, který vede a do kterého oslovuje ostatní kamarády – klienty, aby popustili své básnické i prozaické duše v podobě článků.

Den v Domově pro nás však ještě nekončí a my se vydáváme na turnaj v šipkách, respektive trénink na turnaj, který se bude konat mezi ostatními Domovy. Když přichází, hra je v plném proudu. Účastní se jen muži, jedna babička, která sedí vedle, je prý psychická podpora a maskot skupiny. Smějeme se. Pozorujeme Marušku, jak ochotně posouvá dolů terč těm, kteří jsou na vozíčku, pozorujeme některých úzasně přesnou mušku, pozorujeme skupinovou sounáležitost při podpoře dohrání toho posledního... Nakonec jsme vyzváni ke hře taktéž a Míša si svým obratným postojem a následnou výhrou jistě zaručuje obdiv mnohých mužů. Šipky končí a všichni účastníci se spontánně vydávají zhodnotit (nejen) hru do tamní „kavárničky“ – milého prostoru pro sdílení. Pro nás je to čas vydat se domů...

Úterý, 13. 11. 2012

Čeká nás dopoledne v „kvízové“ skupince. Splníme ranní rituály – kávy do obvyklých hrnečků a sklenici vody, noviny (a diskuze o nich taktéž) a vydáváme se opět do světa kvízů. Poté se vydáváme trochu jinou cestou – smyslového prožitku. Posíláme všeliké věci a klienti poslepu hádají. Čichají, hmatají a je to fajn pozorovat. Poté si o věcech povídáme formou „storytellingu“ a vymýšlíme, k čemu by věci sloužily, kdyby nesloužily k tomu, k čemu slouží. Klienti se zprvu ostýchají, ale brzy se odvážou a to je pak nápadů – třeba česnek jako odpuzovač nápadnic či masážní ježek jako metlička na vejce. Někteří s touto technikou mají problém, je těžké vymyslet nereálnou funkci předmětu a tak jen s radostí poslouchají nové vynálezy ostatních. Čas utekl a klienti děkují, někteří nás dokonce objímají. Všichni se těší na oběd, má být guláš. Jedna paní se ptá, zda máme oběd a i přes naše řeči o velké svačině nám po pár minutách šibalsky donese svůj oběd v jídlonosiči. My, odzbrojeni její rychlostí, tvrdohlavostí a velkou laskavostí dohromady, radíme se o tomto skutku s ergoterapeutky, jež nám doporučují oběd sníst. S Míšou pojíme guláš s pěti a kujeme pikle, jak sdělit „díky“ a taktéž co si na další den přichystáme...

Odpoledne je jedna z mnohých oslav cílé a tuze vitální paní, která má sto let. Všichni se těší na společný čas a také na dort. My zanecháváme Domov za sebou, v jeho intimitě oslav...

Středa, 14. 11. 2012

Jsmo opět v kvízové skupince. Začínáme si pamatovat, kdo pije kávu s mlékem a kdo ne. Pomůžeme obhospodařit ranní rituály a poté začínáme s naším programem (naše představa byla spíše s důrazem na větší prožitky, kontakt). První aktivita (jména s přidávaným jménem na stejné písmeno, jež nás vystihuje) byla fajn. Klienti si snaží vzájemně radit a je to úsměvné. Druhá aktivita byla poměrně složitější – asociace na slova, jež řekne člověk vedle mě a poté společně odkrývání. Princip volné asociace je pro klienty velmi těžký, je patrné ovlivnění prvním slovem a pak obtížné pružně reagovat na slovo vedle, někteří mají tendence si tuto hru přizpůsobit známému slovnímu fotbalu. Tedy přeladujeme. Dotyková hračka ve dvojicích – jeden má zavřené oči, druhý se ho dotkne na pěti místech na těle, poté první hádá místa dotyku. Sami netušíme, jak bude tato aktivita přijata. Klientům se daří a mě udivuje, s jakou rychlostí jsou schopni doteky odhalovat, zvláště pak u dvojice, jejichž věk je dohromady 195 let... Také zjišťujeme, že vzájemná fyzická interakce není překážkou, ba naopak, klienty tato hra baví. Náš blok zakončíme zvukovou hrou – Africký déšť. Jedná se o zinscenování kapek deště pomocí dlaní a prstů. To se nesetkává s úspěchem a vrcholí to glosou sympatického pána, který s úsměvem křikne, že to dělat nemůže, nýbrž nemá prsty. Což je pravda. Celé je to ale velmi mile shovívavé vůči nám...

Celý program diskutujeme s ergoterapeutkou Janou, která nám vysvětluje, že klienti na jistý druh aktivit nejsou naladěni, protože si myslí, že je to „pod jejich intelekt“, jsou velmi citliví na zacházení „jako s dítětem“. Je pravdou, že si tito naši klienti asi nejraději lámou hlavu nad vypečeným kvízem... Také paní „obědové“ předáváme tiramisu dezert, ze kterého má opravdu radost...

Odpoledne je jóga, kterou vede dobrovolnice ve středním věku. Velmi pěkně, otevřeně a srozumitelně. Účastní se i stoletá paní a já se nemohu ubránit letným pozorováním jejich cílých pohybů. Bohužel musím v půlce lekce odcházet...

Čtvrtek, 15. 11. 2012

Tento den jsme v rukodělné a zpívající skupince. Připravenou máme výrobu přírodních hudebních nástrojů z klacíků a skořápek vlašských ořechů. Zapojují se skoro všichni klienti, mám z toho radost. Společně s Míšou pomáháme navlékat skořápky na provázek a sledujeme třesoucí se ruce babiček. Jemná motorika je v této skupině horší. Vyrobeno. Teď je čas je vyzkoušet. Klienti hrkají dřívkem a skořápky tak hrají o sebe na známé melodie lidovek. Zpívají i ti, co normálně moc nekomunikují. Hudba zní v nás, za stolem sedí paní a vyšívá, v okně se honí vítr s listím a já pociťuju zvláštní klid. Pokoru ke stáří.

Pátek, 16. 11. 2012

Opět jsme s rukodělnou skupinou. Ze včerejší zkušenosti jsme si připravily kontaktní a relaxační blok s přírodninami a masážemi, ovšem ergoterapeutka Maruška má program svůj. Pomáháme tedy s realizací, loupeme ořechy a snažíme se konverzovat, většinu času opět zpíváme.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Naše představy o programu byly trochu odlišné od těch, jež nám byly nabídnuty, o to více jsme mohly pozorovat samotnou dynamiku ve skupině, detaily, přirozeně

konverzovat a prožít inspirující čas alespoň na chvíli. Vzhledem k našemu zaujetí k této cílové skupině a technikami, které jsme opravdu chtěly realizovat (masáže, dotykové a relaxační hry), bychom v návštěvách rády pokračovaly. Jako největší handicap však vnímám čas.

Bylo obohacující pracovat se starými lidmi. Zjistila jsem, že ráda naslouchám příběhům, ráda se nechávám fascinovat životním optimismem. Také jsem zjistila, že stáří má dvě strany mince. A naučila jsem se plést.

Nikdo není sám

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Klára Tesaříková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Centrum pro seniory Zahrada, o.p.s.

A. Bartoše 1700, 768 61 Bystřice pod Hostýnem

Popis a cíle organizace

Obecně prospěšná společnost Centrum pro seniory Zahrada byla založena dne 14. 9. 2011 usnesením zastupitelstva města Bystřice pod Hostýnem. Zařízení je postaveno v okrajové městské části města Bystřice pod Hostýnem. Lokalita je z jedné strany v blízkosti sídliště města, z druhé strany se nachází zahrádkářská kolonie. Posláním Centra pro seniory Zahrada je poskytnutí podpory a pomoci lidem, kteří se nachází v životní etapě, ve které již ubývá sil. Podpora a pomoc je nabízena v oblasti tělesné, duševní i duchovní.

Centrum pro seniory Zahrada, o.p.s. je bezbariérovým zařízením vybudovaným s ohledem na potřeby starší generace. Budova je třípodlažní, vybavená dvěma výtahy – osobním a nákladním. Ubytování je zajištěno ve 40 jednolůžkových pokojích a v 17 dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením. Pokoje v druhém a třetím podlaží mají svůj vlastní balkon.

Celý objekt je rozdělen podle barev a jednotlivá oddělení jsou pro větší přehlednost označena písmeny: V přízemí se nachází objekt A v barvě šedé (kuchyňský provoz, kanceláře aj.), nalevo od vstupu je oddělení B v barvě starorůžové, v 1. patře na napravo od schodiště nachází oddělení C v barvě hnědé, nalevo od schodiště oddělení D v barvě modré. Ve 2. patře najdeme na pravé straně oddělení E v barvě okrové a nalevo oddělení F s barvou zelenou.

Zařízení poskytuje standardní vybavení pokojů (polohovatelné postele, uzamykatelné skříně, noční stolek, konferenční stolek, židle, křeslo, poličky, signalizační zařízení pro přivolání personálu aj.), každý pokoj má vlastní sociální zařízení (WC, umyvadlo, sprchu se sedátkem). Teplota v pokojích odpovídá nárokům cílové skupiny, místnosti jsou osvětleny tak, aby nebyla ohrožena bezpečnost uživatelů. Zařízení disponuje řadou technických a kompenzačních pomůcek (hrazdy k lůžku, jídelní desky k postelím, invalidní vozíky, toaletní křesla, chodítka aj.)

- První poschodí – zde se nachází velké jídelna, která zároveň slouží jako místnost pro kulturní a jiné vyžití uživatelů. Dále zde najdeme moderně vybavený kuchyňský provoz, 4 kanceláře, příruční prádelnu, šatnu pro zaměstnance a v neposlední řadě se zde nachází jedno oddělení určené především těm, kteří mají největší míru závislosti na pomoci druhé osoby. Na oddělení je místnost personálu, koupelna s polohovatelnou vanou, ošetřovna, pracovní terapie s kulturní místností a skladovací prostory.
- Druhé poschodí – zde najdeme malou kapli, 2 venkovní terasy, 24 pokojů pro uživatele, 2 pracovní terapie, 2 kulturní místnosti, místnost personálu, kuřárnu, a skladovací prostory.
- Třetí poschodí – opět zde najdeme 24 ubytovacích jednotek pro uživatele, místnost pro personál, 2 pracovní terapie, 2 kulturní místnosti, 1 kuřárnu a skladovací prostory.
- Čtvrté poschodí – tvoří půdní prostory, strojovna VZT a několik skladů, včetně skladu pro osobní věci uživatelů (např. sezónních věcí).

Kapacita zařízení je 74 lůžek, ale v současné době jsou naplněny pouze tři oddělení a to B, C, D, zbytek bude doplněno v lednu roku 2013.

Hlavním cílem je spokojený uživatel. Toho je dosaženo poskytováním takových služeb, které jsou individuálně přizpůsobené potřebám uživatelů a lze je prostřednictvím naší služby realizovat.

Cílová skupina

Senioři, kteří jsou příjemci starobního nebo invalidního důchodu a kteří nejsou schopni bez pomoci druhé osoby ani za pomoci terénních sociálních služeb vést samostatný život ve svém domácím prostředí. Věková hranice uživatelů od 60 let.

Nabídka poskytovaných služeb

Centrum pro seniory Zahrada poskytuje následující služby:

- Ubytování – ubytování je poskytováno v jedno a dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením (WC a sprchový kout). Pokoje jsou vybaveny polohovacími postelemi, standardním nábytkem a telefony umožňujícími přivolání obslužného personálu. Uživatel si může dovybavit pokoj vlastními drobnými zařízeními (předměty, popř. drobným nábytkem (na základě dohody s vedením služby)). Ubytování v sobě zahrnuje úklid prostor, praní prádla a jeho drobné opravy. Uživatelé mohou využívat společné prostory jako je jídelna, kulturní místnost, pracovní terapie, kaple apod.
- Strava – poskytovatel zajišťuje celodenní stravu odpovídající věku, zásadám racionální výživy a potřebám dietního stravování, v minimálním rozsahu 3 hlavních jídel. Strava je uživatelům podávána v jídelnách nebo na pokojích, dle možností a přání jednotlivých uživatelů. Na každém oddělení je uživatelům k dispozici kuchyňka s ledničkou, sporákem, mikrovlnou troubou, rychlovarnou konvicí apod.
- Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu a pomoc při zvládnání úkonů péče o vlastní osobu. Pracovníci v sociálních službách poskytují potřebnou pomoc a podporu uživatelům dle jejich individuálních potřeb při osobní hygieně, při oblékání, svlékání. Pomoc při přesunu na vozík či lůžko, pomoc při vstávání z lůžka, uléhání, při změnách poloh, pomoc při prostorové orientaci a pohybu ve vnitřním i vnějším prostoru.

- d) Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím. Poskytovatel prostřednictvím svých zaměstnanců podporuje uživatele v udržování, případně při obnovení kontaktů s rodinou. Na pokojích má každý uživatel k dispozici telefon, na který je možné se dovolat přímou linkou z vnějšího prostředí. Také uživatel má možnost, po předplacení kreditu, volání kamkoliv mimo zařízení.
- e) Sociálně terapeutické činnosti. Uživatelům jsou pravidelně nabízeny aktivizační činnosti, které odpovídají jejich věku, zájmům a které přispívají k pocitu seberealizace a potřebnosti.
- f) Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Složení personálu

Ředitelka společnosti: Mgr. Šárka Jelínková

Sociální pracovnice: Bc. Tereza Hnilová

Vedoucí obslužné péče: Bc. Jana Světlíková

Aktivizační pracovnice: Naděžda Nováková

V Centru pro seniory Zahrada, o.p.s. dále pracují zdravotní sestry, údržbáři, uklízečky a kuchařky. Každé oddělení má k dispozici dva/dvě ošetřovatele/ošetřovatelky, 3× týdně dochází do zařízení lékař a 1× týdně psycholog. Klienti mohou využít také služby jako pedikúra a kadeřnictví.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 8. 11. 2012, 8.30–13.30: Seznámení se zařízením a pracovníky, dohodnutí o realizaci praxe a aktivitách. Osobní setkání se všemi klienty prostřednictvím vyplňování dotazníku zjišťující spokojenost se stravováním v zařízení.
2. 9. 11. 2012, 8.30–14.00: Příprava aktivizace, individuální aktivizační činnost – rozhovory, reminiscenční terapie, předčítání – oddělení B
3. 15. 11. 2012, 8.30–13.30: Individuální aktivizační činnost – rozhovory, reminiscenční terapie, předčítání, motivace ke skupinovým aktivitám – oddělení D. Pomoc při stravování.
4. 16. 11. 2012, 8.30–13.30: Individuální aktivizační činnost – rozhovory, reminiscenční terapie, předčítání, motivace ke skupinovým aktivitám – oddělení C. Doprovod do jídelny. Pomoc při stravování.
5. 22. 11. 2012, 8.30–13.30: Individuální aktivizační činnost – rozhovory, reminiscenční terapie, předčítání – oddělení B, D. Doprovod do jídelny. Pomoc při stravování.
6. 23. 11. 2012, 13.30–18.30: Individuální aktivizační činnost – rozhovory, reminiscenční terapie, předčítání – oddělení B, D. Skupinová aktivizační činnost – bingo, paměťová cvičení.

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

V centru pro seniory Zahrada je zatím ubytováno 36 klientů, z toho 7 mužů a 29 žen. V průběhu své praxe jsem se seznámila se všemi klienty, avšak ne všichni byla ochotni k aktivizaci přistoupit. Pokud klient projevil nesouhlas s mou přítomností, dále jsem jej již nenavštívila. V závěru jsem tedy pracovala s 20 klienty (2 muži, 18 žen).

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Protože Centrum pro seniory Zahrada o.p.s. zahájilo svůj provoz 1. 10. 2012, komunikovala jsem s pracovníci zejména e-mailem, domluvit se na vyhovujícím termínu praxe nebylo složité a do zařízení jsem se tedy poprvé vydala 8. 11. 2012.

Den první, 8. 11. 2012

První den byl pro mě poměrně hektický, nejen cesta do Bystřice, ale následně i pohyb v zařízení. Ihned po mém příchodu jsem byla seznámena s provozem zařízení i jeho pracovníky, dostala jsem svoji jmenovku, aby mě nikdo nevyhodil, dohodli jsme se na realizaci, podepsali jsme smlouvu o provedení praxe a šlo se na věc. Protože centrum pro seniory je otevřeno teprve od října tohoto roku a není plně obsazeno (náročnost přijímání, ostatní klienti budou dobírání v lednu 2013) mohla jsem si prohlédnout vše bez zásahu do soukromí klientů. Ze stejného důvodu jsme se s aktivizační pracovníci dohodli, že se budu podílet na individuální aktivizaci klientů a současně je motivovat ke skupinovým aktivitám, které začnou být realizovány od prosince tohoto roku.

Následně jsem byla hozena tzv. do vody, protože jsem dostala za úkol obejít všechny pokoje a vyplnit s klienty dotazník ohledně spokojenosti se stravováním v zařízení. Tímto jsem se mohla osobně seznámit se všemi klienty, ale zároveň jsem si prošla řadou nepříjemností, kvůli tomu, že jsem nebyla seznámena s diagnózou některých klientů. Těžká komunikace byla v oddělení imobilních klientů, ale v ostatních částech zařízení klienti přivítali mou přítomnost. V mnohých pokojích jsem zůstávala i po vyplnění dotazníku a vyslechla jsem si celou řadu životních příběhů, z toho důvodu jsem byla nucena přerušit část dotazníků na druhý den, ale mohu říct, že to stálo za to. V době oběda jsem pak pomáhala na oddělení imobilních klientů a to zejména s přesunem do jídelny, ale i se stravováním. Zbytek času jsem pak věnovala dalším návštěvám pokojů s dotazníkem.

Den druhý, 9. 11. 2012

Druhý den probíhal v podobném duchu jako den předchozí – navštěvovala jsem pokoje klientů s dotazníkem a vyslechla jsem si opět celou řadu zajímavých příběhů. Zároveň jsem se klientů ptala, zda by se mnou neudělali rozhovor k mému výzkumu. Velice silný moment byl rozhovor s klientkou, které před půl rokem zemřel manžel, o němž jsme spolu hovořili, došlo i na pláč, ale povedlo se mi obrátit pocity klientky k lepšímu. Konečně jsem měla pocit, že má moje přítomnost smysl. V době oběda jsem opět pomáhala na oddělení imobilních klientů. Ve zbývajícím čase jsem pročítala dotazníky, z nichž šlo sledovat celkovou spokojenost se stravou v zařízení, ale zároveň velké plynutí, protože se objevily stížnosti na velké porce. Zajímavé zjištění pro mě bylo, že většina obyvatel centra byla velice nespokojena s kuskusem, který už by nikdy nechtěli jíst.

Den třetí, 15. 11. 2012

Den třetí jsem se již zaměřila na individuální aktivizaci, kdy jsem navštěvovala pokoje na oddělení C. Po příchodu do pokoje jsem se představila a nabídla klientovi/klientce mou společnost. Ve většině pokojů mou společnost uvítali a tak jsme si povídali, četli knihy i noviny, hráli deskové hry, prohlíželi fotky a v některých případech i zkusili různá cvičení – přesmyčky, přiřazování názvů knih k úryvkům, hledání významu slov, méně známé letopočty, spojování čísel, poznávací cvičení a jiné. I když se zdá, že jsem měla hodně času,

stihla jsem navštívit pouze pět pokojů, klientky se vždy rozpovídaly a vzpomínaly na svůj život. Nejzajímavější rozhovor byl s paní, která oslaví za týden sté narozeniny. Na otázku, co si myslí, že je zárukou dlouhověkosti mi jen odpověděla – „Dřít jako kůň, umět si se vším poradit a nevzdávat se.“ V době oběda jsem opět pomáhala na oddělení imobilních klientů. Po obědě, kdy většina klientů odpočívá, jsem se pustila do přípravy terapeutické místnosti, která bude sloužit jako místo pro aktivizaci klientů – výzdoba, stříhání pexesa.

Den čtvrtý, 16. 11. 2012

Den čtvrtý byl ve stejném stylu jako den předchozí – individuální aktivizace na pokojích – oddělení C i D. Na oddělení D jsem se již setkala s menším zájmem, ale dá se předpokládat, že to bylo z toho důvodu, že se jedná o klienty, kteří jsou v centru nejkratší dobu a ještě si zvykají na nové prostředí. Z rozhovorů s mnohými klienty bylo patrné, že jim chybí v centru nějaký domácí mazlíček, ale ti jsou zde bohužel zakázáni. Po diskuzi s aktivizační pracovníci jsme se dohodli, že stejně jako většina skupinových aktivit, začne od prosince také zooterapie, bohužel ne se psem, ale alespoň s morčetem a postupem času se domluví i možnost návštěvy psa. Součástí mé návštěvy jednotlivých pokojů bylo také zjišťovat, co by klienti uvítali za skupinové činnosti a tím přispět k vytvoření vhodných skupinových aktivit pro prosinec – mimo přítomnosti zvířat to byly pohybové aktivity, pečení, čtenářský klub a nebo také zpěv. V době oběda jsem opět pomáhala na oddělení imobilních klientů. Po obědě jsem se zase připravovala terapeutickou místnost – úprava nástěnky, pravidla binga.

Den pátý, 22. 11. 2012

Den pátý probíhal obdobně jako dny předchozí – individuální aktivizace na pokojích – oddělení B, C, D. V tento den jsem již navštěvovala klienty, kteří společnost potřebovali a chtěli. Dokonce se mi podařilo seznámit několik klientek z různých oddělení, které se od této doby navštěvují, povídají si, čímž jsem přispěla k tomu, aby mohly skupinové aktivity fungovat. V době oběda jsem opět pomáhala na oddělení imobilních klientů. Po obědě jsem se věnovala individuální aktivizaci klientů, které jsem dopoledne nestihla a realizovala jsem rozhovory k mému výzkumu.

Den šestý, 23. 11. 2012

Poslední den byl pro mě hodně smutný. I za tak krátkou dobu jsem si s některými klienty vytvořila hlubší pouto. V tento den jsem navštívila opět některé pokoje s individuální aktivizací a zároveň jsem zjišťovala, zda se klienti chtějí účastnit „Mikulášské akce“, koncertu sboru a divadelního představení dětí z MŠ, které se v centru chystají. Mile mě překvapilo, že většina klientů se přesunula od počáteční nechuti účastnit se skupinových akcí a na „Mikuláše“ se všichni těšili. V době oběda jsem opět pomáhala na oddělení imobilních klientů. Odpoledne se nám podařilo realizovat první skupinovou činnost – bingo a paměťové soutěže.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Celkově tuto praxi hodnotím jako velice přínosnou jak pro mě, tak pro klienty. Bylo nesmírně zajímavé stát se součástí rozvíjejícího se centra a podílet se na vzniku celé aktivizační činnosti. V zařízení tohoto typu jsem ještě na praxi nebyla a proto mě mile

překvapilo, že má negativní očekávání se nenaplnila. Personál byl ke mně velice milý, s některými klienty už to tak jednoduché nebylo, ale to mě neodradilo. Vždy jsem se snažila klientům nabídnout pozitivní náhled na svět i v případě mnohých krizí. Práce s novými klienty v centru byla často velice psychicky náročná a zažila jsem nejednu pláč, ale vždy jsme našli společné východisko a jistotu, že zde klient není sám a že si může promluvit nejen s personálem, ale i s dalšími klienty.

Jako malý nedostatek hodnotím to, že mě nikdo neseznámil s některými diagnózami klientů a tak jsem se dostala nejednou do nepříjemné situace jak pro mě, tak pro klienta, ale na druhou stranu, když jsem se sama zeptala, vše mi bylo objasněno.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Cíl výzkumu, metoda sběru dat

Protože Centrum pro seniory Zahrada je v provozu teprve třetí měsíc, zaměřila jsem svůj výzkum na to, jak a proč se senioři ocitli v zařízení, jak se sžívají s novým prostředím a jaké těžkosti a radosti jsou s tím spojené. Rozhodla jsem se vše zjistit pomocí kvalitativně orientovaného výzkumu, který mi umožní jít více do hloubky všech emocí a pocitů jednotlivých respondentů. Zaměřila jsem se především na jedinečnou a subjektivní zkušenost respondentů. Jako hlavní výzkumnou otázku jsem si položila:

„Jak senioři vnímají svou cestu do centra pro seniory a jak ji interpretují?“

Díličí otázky:

1. Jak se senioři srovnávají se svým přechodem do centra pro seniory?
2. Jaké jsou motivy, které člověka vedou k přechodu do centra pro seniory?

Cílem je tedy zmapovat, jak se senioři vyrovnávají s přechodem do zařízení přímo pro ně určené, co je k této cestě motivuje a především zachytit jejich subjektivní prožitky.

Metoda sběru dat

Jako metodu sběru dat jsem zvolila polostrukturované rozhovory, které nejsou tak omezující jako rozhovory strukturované. Schéma rozhovoru jsem z větší části dodržovala. Jen v několika málo případech jsem musela některé otázky vynechat a to proto, že respondent na otázku odpověděl v rámci jiné otázky. Rozhovory byly provedeny se čtyřmi respondenty. Délka rozhovoru byla od 20 minut po 40 minut.

Výběr vzorku

Výběr vzorku pro toto šetření byl záměrný, základním kritériem byla ochota respondentů se mnou hovořit, věk zde nehrál žádnou roli. Dále jsem na základě zvolené metody sběru dat hledala respondenty, u nichž bude jistota, že budou schopni vyprávět. Vzhledem k povaze výzkumu jsem se také snažila oslovit ty respondenty, kteří mě znají, mají ve mně důvěru a dokážou se mnou hovořit otevřeně.

Oslovila jsem 6 respondentů, s kterými jsem realizovala několik individuálních aktivizačních činností. Avšak dva respondenti si svoji účast na výzkumu rozmysleli. Výzkumný soubor tedy tvoří čtyři ženy ve věkovém rozmezí 81–99 let. Pro lepší orientaci a zachování anonymity jsem jednotlivé respondentky označila jinými jmény, a to dle počátečních písmen od A po D. Je důležité také zmínit, že každá klientka bydlí v bytě (pokoji) sama.

Průběh a sběr dat

Vzhledem k povaze výzkumu jsem se snažil zvolit takové prostředí, které bude respondentům příjemné. A protože jsem se s nimi znala poměrně dobře (díky své praxi zde), všichni mi nabídli, že je mohu navštívit v jejich bytech (pokojích) v centru. Na úvod jsem všem sdělila, jakým způsobem bude rozhovor probíhat a čemu budou sloužit získaná data. Respondenti měli také možnost zeptat se mě na cokoliv nejasného. Následně byli informováni o tom, že rozhovor bude nahráván a že bude použit jen pro potřeby mé práce.

Po dokončení úvodních informací jsem začala s následujícími otázkami:

- *Já bych si s Vámi dnes nejdřív chtěla tak trochu zavzpomínat. Zajímalo by mě, jestli si pamatujete, jaká byla Vaše cesta sem do centra pro seniory?*
- *Co se stalo, že jste museli do centra pro seniory odejít?*
- *Jak na Váš odchod reagovaly Vaše děti?*
- *Děkuji, že jste si se mnou zavzpomínali na Vaše první dny v centru pro seniory. A jak se Vám v centru líbí dnes?*

Odpovědi respondentů byly vždy jasné a stručné. Každý rozhovor byl doplněn i o nějakou historku ze života, které byly ale spíše mimo tento výzkum, proto je zde neuvádím. Na závěr jsem všem respondentům poděkovala za ochotu a otevřenost ve svých výpovědích.

Analýza dat a jejich interpretace

Získaná data byla nejprve přepsána. Rozhodla jsem se pro doslovnou transkripci, kdy text zůstane ve svém původním znění a stylisticky nebude měněn. Jména ve všech rozhovorech jsou změněna, a to z důvodu zachování anonymity respondentů.

Získaná data jsem nejprve několikrát důkladně četla a pomocí kódování se snažila najít kategorie, které se ve vyprávění objevují nejčastěji a jsou příběhům společné. V následujícím textu stručně uvedu jednotlivé cesty seniorů do centra.

Cesta první – paní Anežka

Paní Anežka bydlí v centru pro seniory od října roku 2012. Rozhovor s ní byl velice emotivní. Původně bydlela ve velkém domě na Slovensku, ale když ji onemocněl muž přestěhovali se zpět do Bystřice pod Hostýnem (opět do domu). Po smrti manžela se ve velkém domě sama bála. Děti nemá. Při našem rozhovoru padly i slzy, zejména při dlouhém vyprávění o manželovi. Rozhovor jsme proto rozdělili na dva dny.

Do centra pro seniory se dostala díky kamarádkám a doktorovi, kvůli své nemoci. *„Hlavně už hodně zapominám a občas jsem se cestou domů ztratila, bylo to hodně nepříjemné.“* Říká, že se jí do centra nechtělo, protože se bála, že se s nikým neseznámí. Přejichod pro ni byl poměrně náročný: *„Nikoho jsem tu neznala. Manžel mi umřel, děti nemám a tak trochu jsem doufala, že už tu dlouho nebudu.“* První dny pro ni byly nejhorší. Cítila se hodně sama a chyběl jí muž. Dále říká, že dlouho čekala než se vyřídily všechny žádosti, ale následně bylo vše rychlé. Ani se nenadála a byla v novém pokoji a sama.

Svou cestu do domova vnímá jako posun k lepšímu. Říká, že personál je zde úžasný, vždy když něco potřebuje, někdo tu pro ni je. Může si s někým popovídat a hlavně se díky personálu seznámila s dalšími uživateli a dnes se konečně necítí už tak sama. Těší se na skupinové aktivity.

Cesta druhá – paní Božena

Paní Božena se nastěhovala do centra koncem října 2012. Rozhovor s ní byl velice zábavný a odlehčený. Měla jsem možnost vyslechnout téměř celý její životní příběh.

Stejně jako paní Anežka bydlela v domě, ale kvůli své omezené pohyblivosti nevládala schody. „*Už jsem byla taková, no, jak to říct, nemožná. Schody jsem nevylezla. Do obchodu jsem nedošla. Už jsem nechtěla nikoho otravovat.*“ A tak se synem vyplnili žádost, zajeli se podívat jak to v centru vypadá. Říká, že všichni na ni byli milí a hodní. A tak se koncem října mohla nastěhovat. S pomocí rodiny si sbalila věci a je zde. Ještě než se nastěhovala, tak jí to všechno děti v bytě nachystaly.

Paní Božena říká: „*Jsem tu jak v ráji. Celý život jsem dělala a dělala a teď tu mám pohodlíčko. Každou návštěvu vítám.*“ Svou cestu do centra hodnotí velice pozitivně a přínosně. Je velice společenský člověk, takže si ihned získala přízeň, jak dalších uživatelů, tak personálu. Jedinou špatnou věc spatřuje v tom, že je zde málo mužů.

Cesta třetí – paní Cecilie

Paní Cecilie se nastěhovala v říjnu 2012. V průběhu našeho rozhovoru jsme se dostali od jejího dětství až konečně k nastěhování do centra.

„*Tak já jsem se sem dostala hlavně proto, že jsem už taková neschopná. Neučešu se. Nikam si nedoжду a nikdo na mě nemá čas.*“ Paní Cecilie má dvě dcery, které jí pomáhali s vyřizováním a stěhováním do centra, ale moc času na ni nemají, protože bydlí mimo Bystřici. Říká, že se jí v centru líbí, ale začátek byl smutný. „*Všichni tu byli takový zaražený a smutný, teda jako my starý, ale sestřičky se tu o nás starají skvěle. Mám teplej čaj, funguje mi topení a mám si s kým popovídat, to mi stačí.*“

Paní Cecilie je dnes v centru spokojená, říká, že cesta sem byla dobré řešení, ale obává se, že v budoucnu nebude mít dostatek financí, protože jí dcery ani vnuci nemají z čeho přispět. Ale ke všemu se staví optimisticky.

Cesta čtvrtá – paní Dana

Paní Dana, stejně jako ostatní respondentky, bydlí v centru od října roku 2012. V průběhu rozhovoru jsme se opět nedržely přesně našeho tématu. Dokonce mi odrecitovala básničku, kterou napsala (dle jejich slov) už hodně dávno.

Paní Dana byla od začátku přesvědčena, že do domova chce. Doposud bydlela u své dcery, ale ta se musela stěhovat do menšího bytu a proto se měla ona přestěhovat do centra. První noc pro ni byla hrozná. Najednou tam byla sama a nikoho neznala. Noc probděla a druhý den volala dceři, aby ji vzala domů. Tak se taky stalo, ale po několika dnech si to rozmyslela, protože chtěla dceři vážně pomoci a opět se do centra vrátila. Říká: „*Hrozně mě překvapilo jak na mě byli všichni milí a nenadávali mi, že jsem zase zpět. Všechno to bylo takový těžký. Nemám ráda stěhování a změny.*“

Paní Dana vnímá svou cestu do centra jako pomoc své dceři. Zvyká si a těší se na skupinové aktivity. Dnes je v centru spokojená. Dcera za ní často dochází.

Shrnutí

Mé respondentky vnímají i interpretují svou cestu do centra pro seniory velice reálně se všemi negativy i pozitivy. Vnímají ji jako těžkou změnu v jejich životě, která je

doprovázena mnohdy další krizovou situací (ztráta manžela, onemocnění ...). Všechny respondentky nakonec našly v centru zalíbení a postupně se učí zde žít. Z odpovědí respondentek vyplývají tři hlavní okolnosti, které ovlivňují cestu seniora do domova pro seniory. Patří sem – důvody, které vedou k přestěhování do domova, předkontakt s domovem a úloha rodiny při vstupu seniora do domova pro seniory.

Předkontaktem se myslí možnost navštívit domov ještě před nastěhováním. Respondentky se shodly na tom, že se vše událo poměrně rychle, ani se neohlédly a už byly v cizím prostředí. Nedostatkem je především to, že seniori se na tuto životní změnu nemohou dostatečně připravit.

Další okolností jsou důvody, které vedou k přestěhování do domova pro seniory. Na základě rozhovorů to byly důvody zdravotní, sociální a psychické. Nejčastěji to pak byly důvody zdravotní. Mezi sociální důvody patří strach ze samoty, který často souvisí s omezenou pohyblivostí, ale také ztráta partnera. Mezi nejčastější psychické problémy pak patřila ztráta paměti.

Poslední okolností je postoj rodiny. V případech mých respondentek bylo nejčastější, že se rodina nemohla nebo nechtěla starat. Ale častější bylo, že seniorky nechtěly své rodiny zatěžovat a omezovat. Proto se jim také dostávala podpory při stěhování. Podpora nebo naopak nezáměr rodiny má vliv na průběh vstupu seniora do domova pro seniory.

Protože se jednalo o kvalitativní výzkum nelze jeho výsledky zobecnit.

Práce s příběhem v prostředí domova pro seniory

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Dagmar Weisbauerová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Podpěrova 501/4, 621 00 Brno-Medlánky

Domov pro seniory Podpěrova má kapacitu 70 uživatelů, přičemž poskytuje 54 jednolůžkových, 3 dvojlůžkové obytných jednotek a 5 obytných jednotek pro páry. K 31. 12. 2011 bylo v zařízení 68 uživatelů s průměrným věkem 85 let a domov evidoval 580 žádostí o přijetí. Při přijímání klientů záleží na aktuálním zdravotním stavu a příspěvku na péči, ne na délce podané žádosti. V zařízení pracuje 40 zaměstnanců.

Cílovou skupinu představují mladší senioři ve věku od 65 do 80 let a starší senioři nad 80 let se sníženou soběstačností.

Zařízení spolupracuje s občanským sdružením Ratolest, které zajišťuje dobrovolníky a jejich proškolení, v současnosti do domova dochází 5 dobrovolníků.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 15. 8. 2012, 9.00–11.00: Administrativní náležitosti se sociální pracovnící Mgr. Petrou Štafínovou, DiS., konzultace s ergoterapeutkou Bc. Helenou Machulovou – prohlídka keramické dílny a dalšího zázemí, informace o poskytovaných volnočasových aktivitách.
2. 17. 8. 2012, 9.30–11.30: Vypravěčská dílna: Vyprávění aktivity z rána – trénink krátkodobé paměti. Vzpomínání – vyprávění příběhů z minulosti na základě podnětu – jablko.
3. 22. 8. 2012, 9.00–11.00: Trénování imaginace, např. tvoření příběhů tady a teď, skupinová práce – každý může říct pouze jedno slovo. V druhé polovině opět vzpomínání.
4. 23. 8. 2012, 8.00–16.30: Celodenní výlet do Luhačovic.
5. 28. 8. 2012, 8.30–11.00: Práce s pohádkou, tvorba vlastních pohádek, na základě vlastních příběhů. Skupinová práce, každý může říct jednu větu.
6. 5. 9. 2012, 9.00–12.30: Studium materiálů u sociální pracovníce, pomoc pečovatelským s roznosem obědů
7. 6. 9. 2012, 7.30–12.00: Roznos snídaní. Informace o chodu zařízení od sociální pracovníce.
8. 14. 9. 2012, 8.00–11.00: Informace o možnostech dobrovolnické práce v zařízení, vypravěčská dílna, práce s pohádkou.

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Má praxe se skládala z několika částí, z administrativní, pečovatelské a přímé aktivizaci. Přičemž v každé z částí jsem se věnovala jinému složení klientů. V přímé aktivizaci jsem pracovala průměrně se 6 klienty ve věku přibližně mezi 70 a 85 lety.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Mezi administrativní činnosti, které tvořily přibližně šestinu praxe, jsou řazena sezení se sociální pracovníci a ergoterapeutkou, studium materiálů a získávání informací o chodu zařízení. Ačkoliv jsem během těchto hodin nebyla v přímém kontaktu s klienty, považuji je za velmi přínosné. Sociální pracovníce i ergoterapeutka (ostatně stejně jako i ostatní personál, se kterým jsem přišla do styku) ke mně přistupovaly velmi otevřeně, ochotně zodpovídaly mé dotazy a poskytovaly mi důležité informace pro pochopení chodu celého zařízení.

Mezi pečovatelské aktivity patří pomoc ošetřujícímu personálu s roznosem obědů a snídaní a celodenní výlet do Luhačovic.

Asistence ošetřujícímu personálu v zařízení pro mě představovala výzvu, takovou činnosti jsem nečekala. Vzhledem k tomu, že tato část praxe probíhala až po většině mnou realizovaných praxí, musela jsem přepnout z role „pedagogického pracovníka“ do role „pracovníka ošetřujícího“. Během roznosu jídla mi hlavní ošetřovatelka vysvětlovala svůj systém i specifické požadavky jednotlivých klientů. Měla jsem možnost nahlédnout do jejich bytů a prohodit s nimi pár slov. Při komunikaci s klienty jsem se však cítila nesvá, nedokázala jsem před svou kolegyní začít přirozeně hovor, připadala jsem si v místnosti nepatřičně a cize. Jeden den jsem dostala dokonce na starost krmení jedné klientky. Připadala jsem si nemotorně, na podobnou situaci jsem nebyla připravená. Nicméně celou tuto zkušenost jsem vnímala velmi pozitivně. Se dvěma klientkami se podařilo navázat delší hovor a věděla jsem, že bych byla schopná komunikovat i s ostatními klienty, v případě, že bych byla sama a musela situaci zvládnout. I když bych samozřejmě potřebovala více praxe pro práci s klienty, kteří potřebují větší míru asistence.

Celodenní výlet, který rovněž řadím do pečovatelských aktivit, přinesl opět jinou zkušenost, díky tomu, že jsem měla možnost být pohromadě s přibližně dvaceti klienty a třemi dalšími pracovníci. V průběhu výletu jsem zajišťovala dozor a věnovala se pomalejším účastníkům. Během dne jsme se dostali do různých situací, které byly více či méně náročné a ošemetné. Celkově bylo velmi zajímavé pozorovat vztahy mezi klienty, mezi klienty a zaměstnanci a různé projevy stárání.

Cílem přímé aktivizaci bylo původně především vyprávění, práce s příběhem a vzpomínání. Chtěla jsem se na základě různých cvičení a podnětů dostat k osobním výpovědím klientům. Vycházela jsem z toho, že staří lidé nasbírali za celý svůj život spoustu historek a zajímavých událostí, na které vzpomínají a které by rádi sdělili ostatním. Doufala jsem, že se nám podaří vyprávět příběhy delší a košatější, aby se dali případně zpracovat dál v rámci divadla nebo nějaké malé publikace. Ovšem vzhledem k časové dotaci praxe nebyla tato vize naplněna.

V průběhu sezení klienti většinou vyprávěli kratší zkratky, které asociovali vzpomínky další, a jednalo se spíše o sérii drobných příběhů. Více jsme se věnovali tvoření tady a teď.

Aktivity, které byly původně myšlené jako pouze rozechřívací, se často protáhly a zabraly více času, než jsem plánovala. V průběhu aktivit jsem často řešila problém toho, že si klienti vzájemně skáčou do řeči, berou si slovo nebo si při některých hrách napovídají a vykřikují. Řešila jsem, jak moc je mám napomínat a nakolik nechat na skupinové dynamice, aby se vzájemně utišili. Někdy se při vyprávění příběhu rozběhlo několik paralelních diskusí, vlivem toho, že něčí příběh vyvolal v dalších účastnících vzpomínky, které potřebovali sdílet. Někdy se diskuse stočila na řešení každodenních banalit. V takových situacích jsem diskusi většinou po chvíli ukončila a vrátila se zpět k původnímu tématu a původním aktivitám.

Při prvních dvou lekcích byla přítomná i paní Helena (ergoterapeutka), která si často brala slovo a povzbuzovala klienty ve chvíli, kdy jsem čekala, až se vyjádří, aniž bych na ně nějak tlačila. Na druhou stranu mi však i pomáhala, protože jsem občas používala příliš složitá souvětí nebo jsem mluvila potichu a bylo proto třeba zadání nějakého úkolu zopakovat. Helena byla výrazným prvkem a byla si toho sama vědoma, proto mi po druhé lekci sama navrhla, že se stáhne do pozadí a dá mi víc prostoru. Některé lekce jsem vedle bez její přítomnosti, což bylo příjemné, ale zároveň i náročné, protože Helena obvykle klienty před sezením obešla a připomněla jim, že se máme setkat.

Na jednotlivé lekce jsem se předem připravovala, vycházela jsem z toho, co se klientům minule líbilo a v čem by bylo dobré pokračovat či naopak změnit. Někdy jsem měla připraveno i několik variant programu, ale nakonec jsem v závislosti na náladě a rozpoložení klientů musela improvizovat a přizpůsobit aktivity aktuálním potřebám.

Zpětné vazby od klientů byly vesměs příznivé, účastníci dávali najevo, že se na další hodiny těší. Někdy však byli unavení a aktivity jim připadaly složité.

1. setkání 17. 8. 2012

(přepis z deníku)

Účastnilo se 7 klientů, z toho 2 muži + paní Helena. Ta připravila kávu a nanukáč, klienti jí přáli k nedalekému svátku.

Během čekání na ostatní si klienti povídali, představili jsme se a řešili zapeklitost tangramu. Po desáté si paní Helena vzala slovo a představila mě. Následně jsem se představila a řekla, proč jsme se sešli – příběhy kolem nás, v nás.

Jména – říct jméno (příjmení) + předvést aktuální náladu

Pro klienty nezvyklá aktivita, začínala nesmělá paní. Většinou spíš řekli, jak se cítí a pak až předvedli – většinou stejný pohyb rukama, jako jsem udělala já. Pozn. Příště opět vyzkoušet, ať si zvládnou každý vymyslet vlastní vyjádření vlastní nálady.

Příběh dnešního rána – cíl rozmluvit se a naslouchat, sdělit co se nám stalo dnešní ráno, můžeme ozvláštnit fantaskním prvkem.

Začíná paní Helena. Po každém příběhu se hovor stočí a klienti začnou řešit něco aktuálního. Neříkají příběh s nějakým zvláštním (smyšleným) momentem, jak byli vyzváni. Spíš každodenní rituál. Zdá se to obtížné, nepovažují to za zajímavé. Dvě klientky příběh neřekly.

Jablíčka – na stůl jsem připravila jablka, klienti si je rozebrali. Vnímat vůni, chuť, barvu, tvar. Jaké nám vyvolává vzpomínky, co by to mohlo být jiného? *Záměrem imaginace po kruhu a přiřazení nových funkcí jablku př. Koule na kuželky x říkají spíš jaké má jablko*

symbolsy – hřích, moc, Vánoce... Jaké jsou vaše příběhy s jablkem? Klienti občas mluví jeden přes druhého a nenechají se domluvit. Vznikají paralelní diskuse – příště upozornit, aby si víc naslouchali. Téma se od jablek přesouvá, občas se k němu vrátíme, ale končí se u hříbků.

Závěrečné poděkování a pozvání na příští středu

Pozn. Paní Helena si hodně brala slovo a byla dominantní, jak vůči klientům, tak vůči mně. Občas skákala do řeči (ale to všichni). Být příště důraznější, řídit si to sama. Dát na začátku pravidlo naslouchání a neskákání si do řeči, i když je to těžké.

Klienti mají Helenu rádi a je dobrá, ale musím si to víc řídit. Někdy padala dynamika. Nevím, jak moc je přerušovat, když se stočí jinam. Jak moc je pro ně důležité to, co řeší. Nechají se přerušit? Nechci být příliš autoritativní, i když je pravda, že když mluvím, celkem poslouchají. Mluvit víc nahlas a zřetelněji!!!

2. setkání 22. 8. 2012

6 později 7 klientů

Jméno plus přídavné jméno (přívlastek)

Vzpomínky z minulé lekce – jedno slovo

Společný příběh – každý jedno slovo, žánr – pohádka, western

Asociace + zpět (řekl jsem, protože on/a řekla...)

Vyprávění příběhů, Helena nabízí téma schůzek a dozvídáme se několik zajímavých historek

Co si pamatují ze dneška – jedno slovo

(přepis deníku)

Úvodní hry zabraly hodinu. Myslet a tvořit tady a teď je pro ně náročné, ale pobavili jsme se. Tendence skákat ostatním do řeči a říkat, co mají říct, jak dokončit příběh, jakou dát asociaci.

Paní M. mi na konci řekla, že na příště bude mít připravený příběh, který by ráda řekla. Velmi mě to potěšilo, protože je nasmělá a moc se nezapojuje. Evidentně potřebuje čas na přípravu a je vidět, že nad tím přemýšlí i během týdne, což je úžasné.

Zpětná vazba od Heleny – spokojená, ale mám mluvit jednodušeji. Ptala se, zda není rušivý prvek. Domluvily jsme se, že se bude držet zpátky, ale bude se dál účastnit.

3. setkání 28. 8. 2012

4 klienti, paní Helena na dovolené

Děšť – klepání prsty o dlaň stupňování a snižování intenzity, nejprve s otevřenými očima, pak se zavřenými – vnímání skupinové dynamiky

Připravené varianty padají – hudební varianta pro nedostatek Orfových nástrojů, psací varianta z důvodu toho, že klienti neradi píšou. Využijeme toho, že má paní M. připravený příběh.

Titulkování – jaký název bychom dali příběhu, který jsme právě slyšeli.

Další příběh a další titulkování.

Na základě titulků: Kůzlata bez kozy, opuštěná kůzlátka... se dostáváme k pohádce O třech kůzlátkách.

Převyprávění pohádky, každý může říct jednu větu.

O kůzlátkách

Kůzlátka šla na vandr. Po cestě potkali zlého vlka. Kůzlátka se ho bála a vlk se na ně vrhl. Vlk sežral kůzlátka. Ale kůzlátka ho v břiše moc tlačila. Nemohl dál jít. Náhodou kolem něho šel myslivec. Vlk kůzlátka vyzvracel. Myslivec zastřelil vlka. Dobře mu tak.

Povídání o oblíbených pohádkách a převyprávění další pohádky.

Ubrousku prostří se

Chudý chalupář si šel vydělat peníze do světa. Přišel na práci k sedlákovi. Chudý chalupář pracoval, až se z něj lilo, ale sedlák mu ne a ne zaplatit. Já bych utekla (řekla Zuzanka). Šel a šel a sedl si na pařízek a přemýšlel, co má dělat. Přišel k němu dědeček, který měl strašný hlad. Chalupář vytáhl krajíc chleba, polovičku dal dědečkovi a polovičku ze své polovičky dal mravencům. Dědeček dal chalupáři čarovný ubrousek a řekl mu, jak s ním má zacházet. Když řekneš: „Ubrousku prostří se“, ti to splní. Tak se dědeček odvděčil chalupáři, že mu dal krajíc chleba. (*Vypravují, jak to doopravdy bylo, chci dotvořit jejich vlastní verzi. Máme málo času, ale chci zapojit představivost.*) Chalupář se vrátil dom a vykládal, co zažil. Vytáhl ubrousek, dal ho na stůl a řekl dětem, že co si přejí k jídlu, to budou mít na ubrousku. Otec řekl: „Ubrousku, prostří se!“, a v tu ránu byla na stole hromada jídla. A děti měli hojně a zpívali a radovali se a už nikdy neměli hlad.

Zmiňují, že pohádky je baví a že se cítí příjemně.

4. setkání 14. 9. 2012

6 klientů, bez paní Heleny

Rýmy:

Zahrada: ohrada, pohoda, jahoda, nehoda, příroda, lebeda, paráda, lehnout si na záda, záloha

Klobouk: pavouk, brouk, mňouk, šroub, panák

Profous: vous, kous, mrňous, miňous, fous, inkoust

Punčocha: chachacha, katata, gařata, vrtocha, neposlucha, potucha, letucha, ropucha

Kočička: babička, děvečka, vařečka, mincička, punčoška, ponožka, tetička, holčička, opička, větvička, kačenka, stolička, moka, mouka, slepička

Tvorba společného příběhu s užitím zadaných slov

Každý může říct jednu větu/souvětí a musí použít zadané slovo.

Několik kol: jahoda/ pavouk/ mrňous/ chachacha/ větvička; vrtocha/ opička/ brouk/ ohrada/ inkoust; ropucha/ opička, brouk/ ohrada/ inkoust

Maminka sbalila věci do tašky a vzala mrňouska do náruče. Pavouk vylezl na zeď a zakuklil se. Chachacha, řekl mrňous mamince. Hele, pavouk! Pavouk vylezl na větvičku. Když se tak koukal kolem, uviděl jahodu. Kolem šel žák a v tašce nesl inkoust. Brouk mu vlezl do tašky. Byla to jeho oblíbená vrtocha, prohlížet si tašky malých žáků. Brouk vylezl z tašky, utíkal dál a viděl tam ohradu. V ohradě byla opička. Na velkém listě lopuchu seděla krásná velká ropucha. „Hele,“ řekla opička, „tam stojí krásná stolička.“ V přírodě žila

ropucha i opička. To jsem to pěkně vymňouk, pomyslel si brouk. Brouk i opička šli do zahrady a měli tam pohodu. Našli tam šroub. Seděli a seděli nad šroubem, až je všechny zarostla lebeda. A jestli lebedu někdo nevytrhl, tak tam sedí dodnes.

Protože má pan J. narozeniny a neúčastní se dnes setkání, vymyslíme mu jako dárek naši vlastní pohádku.

Příběh pro pana J.

Motýlek vyletěl do oblak. To je ale krása, dívat se na ten svět z nebe, řekl si.

Zatřepetal křídly a schoval se do oblak. Ale už byl unavený, sedl si na strom a díval se kolem do kola a hledal nějaké kvítko, kam by si sednul.

V té chvíli letěl kolem krásný motýl Emanuel s krásným kloboučkem na hlavě. Zastavil se, smekl klobouček a motýla pozdravil. „Dobry den, krásny motýlku, kam si sedneme na chvílku?“ „Zaletíme do baru a napijem se nektaru.“ A krásný motýl řekl: „Bože, to zase budeme opíli!“ „Bylo by nám špatně a přišlo by na nás spaní s bílou paní.“ Emanuel řekl: „Jdem na to!“ Napiili se, usnuli spolu v náručí a zdáli se jim krásné sny.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Celou praxi hodnotím jako jednu z mých nejlepších. Bylo mi umožněno vyzkoušet si spoustu nových věcí a všichni ke mně byli velice vstřícní. Senioři jako cílová skupina mi jsou velmi blízcí a ráda bych se práci s nimi věnovala i nadále. Na praxi oceňuji to, že mi byl přenechán velký díl zodpovědnosti a zároveň jsem mohla čerpat i zkušenosti od zkušených pracovníků.

Velký díl na mé spokojenosti s praxí má i fakt, že jsem se poprvé cítila jako někdo, kdo má co předat a ví, čeho chce dosáhnout.

Více informací viz formulář Závěrečné hodnocení praxe studentem.

Závěrečné hodnocení praxe studentem

Jméno a příjmení praktikanta: Dagmar Weisbauerová

Organizace: Domov pro seniory Podpěrova, příspěvková organizace

Časové období praxe: srpen–září 2012 v rozsahu 30 hodin

Datum hodnocení: 13. 9. 2012

Kritérium hodnocení	Vypište hodnotící komentář
1. <i>obsah</i> praxe (časový program, konkrétní činnosti, struktura praxe, konkrétní náplň praxe, včetně denního harmonogramu praxe)	Volnočasové aktivity, pomoc pečovatelkám, konzultace se sociální pracovníci. Viz samostatný rozpis činností.
2. získané <i>informace</i> (informace získané během praxe, jejich srozumitelnost, použitelnost, jasnost, využitelnost pro další práci apod.) a získané <i>zkušenosti</i> (získané zkušenosti během praxe, další možnosti jejich využití apod.)	Dostalo se mi dostatek jasných a zcela srozumitelných informací o chodu a fungování zařízení a byly by zodpovězeny všechny dotazy. Ačkoliv byla má praxe zaměřena volnočasově a pedagogicky, získala jsem i řadu informací a zkušeností v oblasti sociální práce a pečovatelsví.

3. <i>propojení</i> teorie (znalosti ze studia) a praxe (využitelnost v praxi)	Během praxe, kdy jsem realizovala lekce s klienty jsem využívala metody získané v průběhu studia, využila jsem i dalších poznatků z psychologie, sociální práce atd.
4. <i>jednání</i> s klienty	Jednání s klienty je ze strany zaměstnanců velice profesionální a zároveň lidské a osobní. Velice oceňuji individuální přístup a respektování potřeb jednotlivce.
5. <i>plnění</i> zadaných úkolů	Vzhledem k tomu, že většina mé praxe probíhala v mé režii (vedení lekcí), mnoho zadaných úkolů jsem nedostala. V případě pomoci pečovatelkám jsem více pozorovala a plnila jen drobné úkony.
6. <i>využití</i> komunikačních dovedností (aktivní naslouchání, verbální a neverbální komunikace, vedení rozhovoru apod.)	V průběhu praxe jsem využila všechny zmíněné komunikační dovednosti, především v průběhu lekcí bylo důležité aktivní naslouchání a schopnost nenásilného strukturování společného povídání a vyprávění.
7. <i>organizační dovednosti</i> (struktura org., organizace práce, činnosti apod.) a schopnost plánování (schopnost naplánovat konkrétní činnosti, využitelnost časového rámce apod.)	Co jsem měla možnost vyzkoušet přišla mi organizace práce efektivní a dobře strukturovaná.
8. <i>možnost</i> samostatné práce	Bohatá.
9. schopnost <i>spolupráce</i> (s pracovníky, s vedoucím práce, předávání informací, přesná, jasná komunikace apod.)	Spolupráce s jednotlivými pracovníky probíhala hladce, ať už se jednalo o emailovou nebo osobní komunikaci předávání informací bylo jasné a rychlé.
10. schopnost <i>předání zpětné vazby</i>	Zpětné vazby se mi na požádání dostalo a i přijímání mé zpětné vazby proběhlo v pořádku.

V čem vidím přínos praxe?

V možnosti poznat cílovou skupinu, se kterou jsem doposud nepracovala a v možnosti vyzkoušet si různorodé činnosti. Práce s klienty mě velice bavila a naplňovala.

Co bylo pro mne v rámci praxe důležité, cenné, podstatné?

Otevřená komunikace, vstřícnost, okamžité zapojení do činnosti, ochota zodpovědět veškeré dotazy.

Jak jsem se na praxi cítil/a?

Velice příjemně. Nejen díky personálu, který mě srozumitelně seznámil s chodem zařízení, vstřícně mi vše vysvětlil a zároveň se mnou jednal jako s rovnocenným partnerem. Zároveň pro mě bylo důležité vidět, že stejně tak je jednáno i s klientem.

Co mi na praxi chybělo/vadilo?

Nic. Snad jen, kdyby bylo více času, chtěla bych pracovat i individuálně s klienty, kteří nedochází do dílny.

Co bylo pro mne v rámci praxe nepříjemné?

Nic.

Celkové zhodnocení praxe?

Praxi v DS Poděrova hodnotím jako jednu z dosud nejpřínosnějších a zároveň nejpříjemnějších praxí. Dozvěděla jsem se důležité informace, dostalo se mi možnosti samostatné práce i příležitosti vyzkoušet si řadu rozmanitých činností. I vzhledem k tomu, že mám již několik praxí za sebou, cítila jsem se jistější ve svém působení.

Kreativita věkem nechřadne

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Michaela Koláčková

Aktivizační pracovník se vzděláním základní nepedagogická výchovná činnost, ergoterapeutka, studentka PdF Masarykovy univerzity obor Sociální pedagogika a volný čas.

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Rožnov pod Radhoštěm

Tento domov byl dříve penzionem pro seniory, nyní však **převažují klienti neso-
běstační** a nově jsou přijímáni pouze klienti s 3. a 4. stupněm příspěvku. Aktuální počet klientů ke dni 6. 6. 2013 je 203 osob (kapacita lůžek DS 204). Domov pro seniory poskytuje pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Cílovou skupinou jsou senioři – muži i ženy. (Domovy pro seniory neposkytují služby osobám, které jsou závislé na alkoholu nebo jiných toxických látkách, trpící významnou poruchou osobnosti, která narušuje klidné soužití s ostatními klienty, trpící infekčním onemocněním.)

V personálu převažuje PSS (pracovnice v sociálních službách – pečovatelky) a na každém oddělení je alespoň jedna zdravotní sestra, staniční sestra. Na celý domov je jeden vedoucí a jedna vrchní sestra. Dále zde pracují pradelny, kuchaři a pomocníci v kuchyni, účetní, tři sociální pracovníce, tři aktivizační pracovníce (pečovatelka, pracovníce se vzděláním základní výchovná nepedagogická činnost, ergoterapeutka), jedna fyzioterapeutka, tři údržbáři, uklízečky externí firmy, hospodářka, skladní aj. Nyní od 1. června zde pracuje cca desítka lidí z úřadu práce na dobu 5 měsíců – dlouhodobě nezaměstnaní, také několik praktikantek zejména v oboru pečovatelka.

Domov je rozdělen na dvě ubytovací budovy A a B, každá z nich má dvě oddělení, tedy A1, A2, B1, B2. Domov poskytuje klientům stravu z vlastní kuchyně. Do domova docházejí dobrovolníci z organizace ADRA – buď navštěvují pravidelně jednotlivce anebo se zapojují do pomoci při větších akcích pořádaných aktivizačním týmem.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 21. 3. 2013, 8.00–10.00: Seznámení se s klienty a pracovníky
2. 22. 3. 2013, 8.00–12.00: Výroba velikonočních beránků ze špulek do uší
3. 29. 3. 2013, 8.00–12.00: Výroba velikonočního přání
4. 5. 4. 2013, 8.00–12.00: Vázaná batika
5. 12. 4. 2013, 8.00–12.00: Trénink jemné motoriky

6. 18. 4. 2013, 14.00–17.00: Soutěž o nejhezčího pejska
7. 26. 4. 2013, 8.00–12.00: Trénink mozkových funkcí

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Skupinka 6 klientek ve věku od 80 do 86 let, 4 klientky mobilní, 2 klientky imobilní.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Setkání s klienty a pracovníky, 21. 3. 2013

V 8 ráno, jsem navštívila Domov pro seniory Rožnov pod Radhoštěm. Seznámila jsem se s aktivizačními pracovníky a s prostorem pro aktivizaci seniorů. Poté mě pracovníci seznámili se šesti klientkami, které pravidelně docházely na aktivizaci a které jsem měla mít ve skupině své aktivity.

Výroba velikonočních beránek ze špulek do uší, 22. 3. 2013

Na 8 hodin jsem došla do Domova pro seniory. Spolu s aktivizační pracovnící Janou, jsme nachystaly materiály (nůžky, barevné papíry, kartony, tvrdé papíry, šablony, vatičky do uší, lepidla, pravítka, gumy, prádelní kolíčky) k zahájení aktivity. Předem jsme odstříhaly vatičky od tyčinek, pro urychlení aktivizace. Na 9 hodin se sešly 4 klientky, 2 klientky na vozíčku jsme s Janou dovezly do aktivizační místnosti. Klientkám Jana předvedla finální výrobek a postupně popisovala, jak začít. Sama jsem pomáhala imobilním klientkám s jejich výrobky. Nejdříve klientky podle šablony na karton namalovaly ovál (tělo a hlava beránka), pro některé byl karton moc těžký na stříhání, tak použily tvrdý papír. Potom podle šablony tělo a hlavu beránka klientky obkreslily i na barevný papír. Ty pak klientky nalepovaly na podklady z kartonu nebo z tvrdého papíru. Na tělo beránka klientky dále lepily ustřížené vatičky a na hlavu beránka namalovaly oči a ústa. Beránka uchytily ze spodu kolíčky a nechaly lepidlo zaschnout. Na konci nám mobilní klientky pomohly uklidit. Každá si takto vytvořila jednoho beránka, 2 klientky byly velice zručné a stihly si vytvořit každá 2 beránky. Všichni beránci se při Velikonoční výzdobě vystavěli u jídelny Domova pro seniory.

Výroba velikonočního přání, 29. 3. 2013

Na 8 hodin jsem došla do Domova pro seniory. Spolu s aktivizační pracovnící Janou, jsme nachystaly materiály (bezpečnostní knipy, barevné papíry, šablony, barevné lihové fixy, lepidla, nůžky, děrovač motivů) k zahájení aktivitě. Na 9 hodin se sešly 4 klientky, 2 klientky na vozíčku jsme s Janou dovezly do aktivizační místnosti. Ukázala jsem klientkám, jak pracovat s bezpečnostním klipem. S překvapením jsem zjistila, že je to pro ně složitější práce, než je stříhání papíru nůžkami. Každé klientce jsme rozdaly šablony (ptáček na větvi) a barevné tvrdé papíry. Šablony položily na tvrdé papíry a knipem obrázek vykrajovaly. Celý tvar doopravily nůžkami. Obrázek ptáčka na větvi každá klientka lepila na jinou barvu tvrdého papíru, který byl složen do otevíracího přání. S děrovačí motivů si klientky vytvořily malé papírové květiny, které nalepovaly na přání a barevnými lihovými fixy dopsaly blahopřání na velikonoční přání. Klientkám se tento výrobek líbil a každá si udělala 3 pro vlastní účely. Na konci nám mobilní klientky pomohly uklidit.

Vázaná batika, 5. 4. 2013

Na 8. hodinu jsem došla do Domova pro seniory. Spolu s aktivizační pracovnící Janou, jsme nachystaly materiály (bílé plátna, sáčky s barvou na textil, klubka provázků, nůžky, hrnec s horkou vodou, ocet, hrnec na smytí) k zahájení aktivitě. Na 9 hodin se sešly 4 klientky, 2 klientky na vozíčku jsme s Janou dovezly do aktivizační místnosti. Každá klientka měla k dispozici jedno velké plátno, které si samy, podle svého uvážení, měly svázat provázky. Jana jim předvedla výsledné předem připravené plátno a vysvětlila jim, jak toho docílit. Nejdříve si plátno rozprostřely po místnosti a s naší pomocí začaly plátno uzlovat. Neměly ovšem potřebnou sílu v rukou, tak jsme s Janou některé uzly samy utahovaly. Klientky se shodly, že plátna budou dvoubarevná. Proto klientky nejdříve uzlovaly pouze půlku pláten a ty ponořily do horké vody s červenou barvou. Nezaúzlované části pláten klientky vyvěsili z hrnce ven. Po vyvaření a opláchnutí nabarvených částí octem, klientky uzlovaly neobarvené části pláten a ty pak ponořily do horké vody s modrou barvou. Po vyvaření a opláchnutí nabarvených pláten jsme s Janou plátna odnesly do prádelny, kde je prádleny samostatně vypraly. Po usušení se prádla pověsila do společenské místnosti jako záclony.

Trénink jemné motoriky, 12. 4. 2013

Na 8 hodin jsem došla do Domova pro seniory. Spolu s aktivizační pracovnící Janou, jsme nachystaly materiály (tužky, gummy, černé fixy, krátké pravítka, obrázky s nespojitými liniemi, barevné pastelky, nůžky, izolepy) k zahájení aktivitě. Na 9 hodin se sešly 4 klientky, 2 klientky na vozíčku jsme s Janou dovezly do aktivizační místnosti. Na stolech měli připravené papíry s obrázky. Obrázky neměly propojené linie, klientky viděly očíslované body a tužkami je měly pospojovat a to tak, že měly postupovat od nejmenšího čísla po největší. Cvičení pro ně bylo velmi náročné, protože čísla byla malá. Jana odběhla do aktivizačního úseku, kde obrázky dvojnásobně zvětšila a klientky pak mohly pokračovat v práci. Některé klientky si k přesnějším čarám pomáhaly krátkými pravítky. Když se klientkám podařilo tužkou nakreslit správné linie, černým fixem je obtáhly. Poté si obrázky mohli pastelkami libovolně vybarvit. Po dokončení obrázku si je vystříhly a rozvěsily po budově, většinou ve společenské místnosti a jídelně. Na konci nám mobilní klientky pomohly uklidit.

Soutěž o nejkrásnějšího pejska, 18. 4. 2013

Domov pro seniory uspořádal velkou společenskou událost pro klienty v celé budově. Na 14 hodin jsem došla do Domova pro seniory a pomáhala s chystáním společenské místnosti a s rozvozem imobilních klientů do ní. U dveří do společenské místnosti byl stůl, kde seděli 3 klienti Domova pro seniory. Vybírali dobrovolné vstupné a zároveň přicházejícím nabízeli fazole. Na druhé straně totiž byly vystavené obrázky pejsků od klientů nebo pracovníků Domova pro seniory a u každého obrázku byly misky přichystané na tyto fazole. Jedna fazole znamenala jeden hlas. Návštěvníci proto fazole házeli do misky toho pejska, který se jim líbil. Do Domova pro seniory byl pozván i Zdeněk Srstka jako host a porotce. K poslechu hrála cimbálová muzika a o doprovodný program se postaraly děti z mateřské školky Pod Skalka Rožnov pod Radhoštěm a jejich canisterapeutický pes. Sama jsem pomáhala s občerstvením a rozvozem klientů, pro které program byl moc dlouhý a chtěli na své pokoje.

Trénink mozkových funkcí, 26. 4. 2013

Na 8 hodin jsem došla do Domova pro seniory. Tentokrát jsem celou aktivizační činnost vedla úplně sama. Předem jsem si připravila pořekadla a přísloví, nevyplněné tabulky na papíře a anagramy. Dovezla jsem si imobilní klientky do aktivizační místnosti, kde už mobilní klientky došly. Na rozehrání mozkových buněk jsem jim předčítala začátky přísloví a klientky je měly doplnit. U přísloví Klidná voda, břehy mele, si klientka Marie vybavila písničku, Teče voda, teče, kterou začala zpívat. Ostatní klientky se k ní přidaly a dalších 15 minut jsme zpívaly všechny společně lidové písničky. Poté jsem klientkám rozdala prázdné tabulky na papíře. Do sloupců si vepsaly kategorie: Město, Země, Jméno, Rostlina a Zvíře. Začala jsem říkat nahlas pomalu abecedu a vyzvaná klientka mě měla stopnout. Písmeno, u kterého jsem se zastavila, bylo to, které si měly vypsát do prvního horního řádku a poté do řádků psát u kategorií Město, Země, Jméno, Rostlina a Země na to dané písmeno. Po každém sloupci na jedno písmeno jsme pokračovaly na další sloupec s jiným písmenem. Když si klientky nemohly vybavit slovo začínající daným písmenem v některé kategorii, dávala jsem jim různé nápovědi. Po krátké pauze jsme pokračovaly na anagramy. Každá klientka dostala tři papíry s předtištěnými anagramy na tři témata: Země (Austrálie, Argentina ...); Města ČR (Praha, Brno ...) a Zvířata (žirafa, osel ...). Anagramy a tabulky je velmi oslovily, proto jsem každé dala jednu nevyplněnou tabulku a sérii nevyluštěných anagramů, které si vyplnily na svých pokojích.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Na praxi jsem byla příjemně překvapena z kamarádského prostředí mezi pracovníky Domova pro seniory a jejich klienty. Samotná aktivizace pro mě znamenala cennou zkušenost.

Při každé aktivizaci byly klientky aktivní, žádná nic nenamítala na poskytované aktivity. Naopak, překvapilo mě, s jakým úsilím se snažily dosáhnout uspokojivého výsledku. Dvě klientky byly opravdu velice kreativní a všechny výtvarné činnosti jim šly od ruky, zatímco má aktivita na procvičování paměti pro ně byla velice obtížná, oproti ostatním klientkám.

Na začátku jsem měla potřebu pomáhat klientkám se vším – stříhání nůžkami, lepit, ořezávat, gumovat. Brzy jsem ale poznala, že toho klientky využívají pro osobní volno, proto jsem s tím přestala a hned jim nedělalo problém něco vystříhnout, nebo olepit, apod.

Vedení i aktivizační pracovníci mi ve všem dávali volnou ruku, ale zároveň mi byli rádcí a oporou.

Praxe byla pro mě přínosem ze jména proto, že jsem přesvědčena o potřebnosti větší aktivizace seniorů v budoucnosti. Vycházím z toho, že jednak pokrok v medicíně a stárnutí celé populace a současně i delší časový úsek od odchodu na pracovní odpočinek po dožití, zvyšují počet potenciálních klientů, kteří budou potřebovat aktivizovat nebo jinak zlepšovat svůj seniorský život.

Samotnou praxi považuju za část aktivizačních možností pro seniory. Senioři, kteří po odchodu na pracovní odpočinek mají dostatek zdraví a životního elánu, tak těm bude potřeba umět nabídnout aktivity, které jim umožní plnohodnotné využití života (seniorské kluby, poznávací zájezdy, návštěvy divadel, vzdělávací aktivity ...). Jedná se o nabízení aktivity směrem od nich do života. Senioři, kteří už ztratili rodinné zázemí a žijí

v domovech pro seniory, tak pro ně k uvedeným aktivitám přibudou ještě aktivity dovezené. Aktivizační pracovníci jim zajistí aktivizační činnosti v místě pobytu, ať už formou organizování vzdělávacích přednášek, kulturních vystoupení, výstav, besed a taky formou, kterou jsem si sama vyzkoušela.

Vztah mladých a starých lidí je ovlivňován současnou společností. V médiích se stále propírá téma stárnutí populace, a že mladí lidé mají pracovat a tím vydělávat i na seniory. Do podvědomí lidí se tak dostávají myšlenky na nepotřebné až nežádoucí obyvatele a vzniká tak odpor k seniorům. Mladí lidé si ale často neuvědomují, že díky starším generacím, dostali určitý základ do života. Měli kde bydlet, co jíst a pít, poskytli jim výchovu a vzdělání, určité zkušenosti ze kterých mohli čerpat. Senioři by neměli být odepisováni ze společnosti. Naopak, mladí lidé by se měli postarat o své seniory. Měli by s nimi trávit volný čas, navštěvovat je, brát na výlety, zkrátka, aby je zapojili do svých rodinných aktivit.

Většina seniorů už na pracovním odpočinku netouží po materiálních statcích, spíš touží po empatii od mladší generace i od rodinných příslušníků. Požadovaná empatie se jim dostává od těch mladých lidí, kteří mají chuť s nimi pracovat a zlepšit podmínky jejich života.

Díky této praxi jsem viděla rozdíl mezi 80letým aktivním a soběstačným dědečkem, se kterým žiju ve společné domácnosti a stejně starým imobilním klientem Domova pro seniory. Praxe mi ukázala, že aktivizační činnosti v Domově pro seniory, pomáhají klientům nepropadnout apatii a zachovávají jim schopnost neuzavírat se do sebe a být přirozeně aktivním ve společnosti vrstevníků.

Zpíváme, cvičíme a hrajeme si k aktivnějšímu životu

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Zuzana Dubová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Zastávka, Sportovní 432, 664 84 – příspěvková organizace

Objekt Domov pro seniory v Zastávce u Brna, byl zřízen jako příspěvková organizace pro účely poskytování sociálních služeb seniorům a jeho činnost byla zahájena 1. 1. 1993. Do konce roku 2002 domov spadal pod vedení Okresního úřadu Brno-venkov. Od 1. 1. 2003 je zřizovatelem Krajský úřad Jihomoravského kraje. V dnešní době poskytuje dvě základní služby.

Domov pro seniory je určen osobám starším 62 let, které mají z důvodu věku a zdravotního stavu sníženou soběstačnost nebo omezenou pohyblivost, terénní služby jsou pro ně nedostačující a potřebují trvalou sociální a ošetrovatelskou péči. Služby DS Zastávka jsou určeny k celoročnímu pobytu, uživatelům pobírajících starobní nebo invalidní důchod, pobírající příspěvek na péči a jsou zařazeni v souladu se zákonem č. 108/2006 Sb. o sociálních službách, §8, odst. b (středně těžká závislost, stupeň II), odst. c (těžká závislost, stupeň III), odst. d (úplná závislost, stupeň IV).

Domov pro seniory se zvláštním režimem je určen uživatelům s chronickým duševním onemocněním, např. Alzheimerova demence, poruchami paměti a orientace, se zaměřením na poruchy paměti, syndrom demence, Morbus Parkinson, deprese.

Od tohoto roku se zařízení nově připojilo k projektu: podpora dalšího vzdělávání v oblasti paliativní péče o klienty s demencí, jehož posláním či záměrem je prohloubit odborné znalosti v oblasti demence a zvýšit kvalitu paliativní péče. Domov se snaží nyní své klienty nechat dožít v domově a zabránit tak nešetrným přesunům těchto osob do nemocnice.

V současné době se zde nachází 154 klientů, z čehož 33 klientů využívá službu domova pro seniory. Zbylých 111 klientů jsou klienti se zvláštním režimem.

Klienti jsou na pokojích po třech či dvou. Vždy je snahou aby spolu sdíleli pokoj osoby se stejnou myšlenkovou úrovní, ale také se stejným zaměstnáním, zájmy, apod. Zvlášť jsou klienti v třetí fázi demence, kteří jsou rušiví.

V domově pro seniory pracuje 78 osob. Z toho 53 je v přímé péči, 13 zdravotních sester 2 aktivizační pracovníci a 2 rehabilitační pracovníci. V praxi to funguje tak, že na dva až tři pacienty připadá jeden klíčový pracovník, který svého klienta zná nejlépe, dokonce již v jeho přirozeném prostředí seznamuje s rodinou a jeho možnostmi, a dle toho vytváří pro svůj tým podklady, jež by měly přispět k co nejkvalitnější péči o seniora.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 16. 10. 2013, 7.30–12.30: Seznámení se se zařízením a jeho chodem
2. 17. 10. 2013, 8.00–12.00: Skupinová aktivizace s 5 klienty s demencí
3. 21. 10. 2013, 8.00–12.00: Skupinová aktivizace s 5 klienty s demencí
4. 28. 10. 2013, 8.00–12.30: Skupinová aktivizace se 4 klienty
5. 29. 10. 2013, 8.00–12.00: Individuální aktivizace s 1 klientem
6. 31. 10. 2013, 8.00–12.30: Skupinová aktivizace s 5 klienty
7. 4. 11. 2013, 8.00–12.00: Skupinová aktivizace 4 klientů

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Za celou dobu praxe jsem pracovala dohromady se 13 klienty ve věku od 75 do 88, z toho 10 bylo žen a 3 z nich byli muži.

Klienti, se kterými jsem pracovala, byli v nové budově, kde byli pokoje po dvou osobách. Moje práce tak probíhala vždy s klienty s demencí v druhé a třetí fázi. Pokoje zde sdíleli osoby s podobnými schopnostmi a bývalým povoláním či vzděláním.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Seznámení se se zařízením a jeho chodem, 16. 10. 2013

Měla jsem s vrchní sestrou, jež má na starost agendu přímé péče, předem domluvenou schůzku, protáhlo se jí však jednání na poradě a tak jsem již první den přišla do přímého kontaktu s klienty tohoto domova pro seniory. Byl to klasický podzimní den, venku sychravo a deštivo. Ujala jsem se jedné paní, jež šla trénovat chůzi po chodbě, která spojovala novou a starou budovu. Tuto trasu jsme si dali dvakrát. Po cestě jsme se občas zastavili a povídali si o věcech jako je počasí, odkud paní pochází, jak jí chutná zdejší kuchyně a podobně. Pak se klientka rozhodla že mi ukáže zdejší modlitebnu a výstavku, kde se dozvím vše potřebné. Tedy jídelníček, aktivity, které jsou naplánované na nejbližší dobu, seznam klientů a jejich pokojů. Jelikož vrchní sestra stále nikde rozhodla se paní H., že si ještě jednou zatrénuje. A tak jsme se opět vydali na cestu skleněným koridorem mezi budovami. Na sklech této budovy byly polepy dravců, jež byly našim dalším společným tématem. Paní hádala názvy a já jí případně opravila. Sama bych nevěděla, ale k obrázku byl napsán i název, jenž paní H. se svým zrakem však nevládala přečíst.

Dále se vše odehrávalo už v kanceláři sestry, která zprvu zjišťovala mé schopnosti, dovednosti, ale i důvod k výběru této praxe a vůbec mého studia. Poté mě dosti detailně seznámila se zákonem č. 108/2006 Sb. o sociálních službách a nastínila jak historii domova, tak jeho vývoj fungování a problematiku.

Dále mě seznámila se všemi službami, které domov nabízí a nakonec mě zavedla nahlédnout na průběh fototerapie (světelné terapie).

Dozvěděla jsem se, že mezi pravidelné činnosti domova patří: Canisterapie (1. a 3. středu v měsíci, vždy od 9.00–11.00 hodin), Muzikoterapie, Fototerapie, Bazální stimulace, Reminiscenční terapie.

Skupinová aktivizace s 5 klienty s demencí, 17. 10. 2013

Představovala jsem si, že se první den při práci s klienty aklimatizují, rozkoukám a pochytím základní praktické věci. Tato domněnka byla mylná. Byla jsem představena skupince seniorů s demencí, byly mi ukázány materiály, s kterými mohu pracovat, a už jsou jen vaši. Přiznám se, že jsem z toho byla vcelku vykořeněná, ale aspoň jsem se utvrdila, že jsem člověk flexibilní a snažila jsem si poradit.

Prvně jsme se s klienty seznámila, kdy za podání ruky a věnování milého úsměvu představila každému zvlášť. Následovala po té procvičování paměti. Opakovalo se, co je za měsíc, jaký je rok, apod. Dále jsme využili prvky muzikoterapie. Zpívali jsme písně, to klienty velmi bavilo. Dále jsme si povídali o jejich životě, kde vyrůstali, co studovali, kde pracovali...atd. Poté jsme opět procvičovali paměť. Klientům jsem říkala různá přísloví, které doplňovali. Popřípadě hledali synonyma nebo antonyma k určitým slovům. Nakonec jsme si pustili relaxační hudbu, zavřeli oči a rukama a konečky prstů jsme dělali, že prší.

Skupinová aktivizace s 5 klienty s demencí, 21. 10. 2013

Každý den jsem pracovala s jinou skupinou klientů, kteří byli však ve stejné fázi demence. Takže vždy tradičně proběhlo představení se, připomenutí základních informací (datum, den, rok).

Shromáždili jsme se v kolečku a nějakou chvíli hráli hry na rozvoj paměti. Například dostala jsem velké karty s obrázky. Způsob hry jsem vždy obměnila, ale šlo především o to, aby mi klienti řekli, co vidí, popřípadě něco víc. (Např. obrázek se svazkem klíčků. Doptávala jsem se, kolik je tam klíčků, co se s nimi odemyká, jakou mají barvu... Asociace byly různé. Pan Jesenský odpovídal jen, co viděl, nerozvinul větu, pokud nevěděl, krčil rameny. Zmiňovaná paní Nečasová déle rozmyšlela, ale dokázala rozvinout větu.

Poté jsme zpívali několik lidových písní. Musím říct, že tato aktivita byla opravdu velmi oblíbená, ať se jednalo o kteroukoliv skupinu klientů. Dále jsme hráli hru Člověče nezlob se pro seniory. A byli venku na procházce. Natrhat domácímu mazlíčkovi Honzíkovi (morče) jetel. Po krátké trase, jsme vždy usedli na lavičku, odpočinuli a zase vyrazili. Vrátili jsme se v době obědu. Hodně jsme opět využívala smyslovou terapii. Bavili jsme se o podzimu, padajících listech, klient si je vzal do ruky, bavili se o barvách.

Skupinová aktivizace se 4 klienty, 28. 10. 2013

Dostala jsem na starosti skupinu 4 klientů, v třetí fázi demence. Práce s nimi byla složitější. Jelikož většina z nich komunikovala velmi málo spíš vůbec. Jedna z paní byla i velmi citlivá a bála se. Podáním ruky a úsměvu jsem se s každým přivítala, jako pokaždé jsme si povídali o tom co je za den, jaký je měsíc a rok. Klienti mi v návaznosti měli říct, kdy se narodili oni. Většina z nich věděla, především měsíc, datum, ale s letopočtem to už bylo horší. Například paní Chrástová řekla, že 2. srpna 2000. Na oddych jsme si pustili cédečko s lidovou muzikou a snažili jsme si procvičit konce prstů, kterými jsme se do rytmu dotýkali. Jedna z klientek byla objednaná ke kadeřnici v areálu a tak jsem ji spolu

s ženou na vozíku, odvedla ke kadeřnici. A poté se zase vrátili zpět. Dále jsem vzala knihu od Boženy Němcové. A předčítala jednu kratší pohádku. Pak jsem vytáhla molitanový míček, který jsme si dokola posílali a kutáleli po stole. Čímž jsme procvičovali motoriku. Dále jsme pak i s již ostríhanou paní Pivoňkovou postupně odebrali do druhé budovy, kde se nachází světelná místnost. Světelná terapie jim má v těchto pochmurných dnech bez slunce pomoci zmírnit pocity únavy, úzkosti a podrážděnosti, ale také podpořit regeneraci a snížit nemocnost. Místnost je vybavena speciálními plno-spektrálními zářivkami, které produkují světlo z 98 % shodné se slunečním zářením. Klienti se pohodlně usadili v masážních křeslech a nechali na sebe působit „zdravé“ světlo. Křesla byla jen tři a pak pohovka. Po určitém čase, jsme tedy dali na masážní křeslo i paní na vozíčku. Příjemnou atmosféru v místnosti navozuje i speciální malba s přírodním motivem rozkvetlé louky, která je vyobrazena na všech obvodových stěnách místnosti. Navíc jsme si pustili relaxační hudbu. Strávili jsme zde cca 1 hodinu a poté vyrazili po dvou, zpět na druhou budovu. Kde už se pomalíčku chystalo k obědu, rozdala jsem klientům utěrky, které slouží jako bryndáky, oni si je vzorně zastrčili za triko, či halenku nachystala jsem pití a mezitím zopakovala, co bude dnes k obědu, pak jsem rozdala misky s jídlem, které sestra dovezla a rozloučila se s přáním dobré chuti.

Individuální aktivizace s 1 klientem, 29. 10. 2013

Zavítala jsem do pokoje pana Pokorného. Tento klient patřil mezi tzv. ležáky. Byla se mnou i sestra, která s ním měla provést bazální stimulaci, chtěla jsem být u toho a něco si vyzkoušet a dozvědět se. Sestra přišla, podala mi ruku, usmála se a pozdravila. Poté už povídala, pane Pokorný, budeme polohovat. A odjistila bezpečnostní brzdy lůžka. Posunula jej doprostřed místnosti. Nastavila lůžko do polohy sedu a pustila hudbu šumějícího lesa a zpívání ptáčků. Pan Pokorný byl totiž myslivec. Když jsem se tuto informaci dozvěděla, napadlo mne, zaběhnout ven do parku pro borovou větvičku a šišku. Najednou to v místnosti krásně vonělo. Sestřička pak změnila polohu, poručila klientovi nohy a obskládala ho dekou, a prsty obou rukou mu překřížila do sebe. Zpívali jsme pánovi i písničku Mysliveček zelený, pasou se tam jeleni a pak jsme zkoušeli zhluboka dýchat. Poté mě nechala, ať dám svou dlaň na klientovu hruď a on zas na mou a vnímali jsme, jak oba zhluboka dýcháme. V pokoji již byly nachystané obrázky se zvířaty a pan Pokorný je hádal, to je liška, různé druhy ptáků, musím říct, že tento pán byl velmi šikovný v tomhle směru. Nakonec, když došly kartičky, předčítala jsem muži z knihy Příběhy z myslivny, která obsahuje rozmanité příběhy a události při lovu zvěře a provozování myslivosti s vymyšlenými situacemi s humorným podtextem a lásce k přírodě.

Skupinová aktivizace s 5 klienty, 31. 10. 2013

Na úvod jsme probrali opět jaký je den, co je za měsíc, dále mě klienti vykládali, v který měsíc se narodili oni. Pustila jsem CD s relaxační hudbou potichu jen jako kulisu a snažili se na ni cvičit, především jsme procvičovali svalstvo obličejové a krční, zvedali jsme nohy ze země, podupávali...atd. Přešli jsme na aktivizační hry zaměřené na paměť. Hráli jsme pexeso s velkými obrázky, byla na nich domácí zvířata, vždy ten kdo objevil dvojici, řekl, co měl za zvířata. Většina klientů mělo mnoho dobytka. Proto jsme si hodně povídali, ptala jsem se klientů kolik mléka se dá podojit za den od krávy, jakou barvu měly koně, jestli jezdili na koních atd. Jedna klientka měla dokonce řeznictví, takže jsme se dostali k tomu, jak vyráběla s manželem salám a tak jsme pak přešli k tématu jídla. Klienti vykládali, co

mají nejraději za jídlo, jaké pěstovali ovoce, zeleninu apod. Pro klienty jsem si připravila také šest mističek s různým druhem vůní a měla přichystanou roušku přes oči. Byla to soutěž, kdo uhodne nejlépe vůni (mandarinka, káva, ocet, česnek, kmín, skořice). Aktivita šla vcelku dobře, klienti nepoznávali hlavně kmín. Jak aktivita skončila, pokračovali jsme dál s námětem, klienti mi vyjmenovávali další ovoce, povídali, do jakého jídla by dali česnek, skořici, kmín, atd. Na rozloučenou jsme si opět zazpívali několik lidových písní.

Skupinová aktivizace 4 klientů, 4. 11. 2013

Poslední den mé praxe, jsem měla 5 klientů, vcelku motoricky schopnějších, takže nebyl problém v uskutečnění mého nápadu. Poté co jsme se představili, upřesnili si datum, rok atd. Navrhla jsem, že když je ten podzim, padá listí a všude kolem je teď spousta barev, že bychom se jimi mohli inspirovat a také jimi hezky vyzdobit pokoje. Přinesla jsem vodovky, štětce, přichystali pracovní plochu a vyrazili na procházku před budovu posbírat listy, bavili jsme se o tom, co to je za druh, jaké má plody, apod. Když jsme měli dostatek listů, vrátili jsme se zpět, kde jsme listy nabarvili a obtiskovali na papír, každý klient měl několik listů a jednu A4 kam obtiskoval několik listů s různými barvami. Poté co jsme měli dílo hotové a všechno uklizené, vydali jsme se na chodbu, kam jsme na nástěnkou připíchli můj výrobek a s klienty jsme šli do pokojů, kde jsme obrázek vyvěsili.

Pak jsme procvičovali opět paměť, pomocí Kimovy hry (několik předmětů např. list, kaštan, žalud, ořezávkato, jež si klienti prohlédli a pak jsem je zakryla šátkem a klienti měli vyjmenovat, co si zapamatovali) a nakonec jsme skládali rozbité obrázky do celku, něco jako puzzle. Byla na nich zvířata, rostliny atd. S přáním pěkného prožití blížících se Vánoc a povídání na toto téma jsem se s klienty rozloučila.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Ze začátku mě trochu mrzelo, že jsem byla do praxe vhozena a nebyla mi konkrétní práce nijak zvlášť přiblížena, představena. Dostala jsem jen do rukou materiály, s kterými pečovatelé pracují a kde jsou popsány vhodné přístupy k těmto klientům. Zavedena do prostoru, kde se aktivizace uskutečňovala, jsem si musela poradit sama. Na druhou stranu jsem však musela vyvinout vlastní snahu a potřebné se naučit a připravit se na další setkávání (metody muzikoterapie, komunikace s klienty s demencí, paměťové hry, techniky reminiscenční terapie... atd.). Když mě pak několikrát přišly sestry nebo pečovatelky zkontrolovat, dostávala jsem na svou práci kladnou zpětnou vazbu, což mě o to více dál pak těšilo.

Dělalo mi trochu problém užívat s klienty s demencí direktivní přístup. Moji klienti to ale často potřebovali a já jsem se to po chvíli naučila.

Přes Zastávku jezdím velmi často a musím říct, že se vždy podívám na kopec, na kterém dům pro seniory stojí, vždy podívám a na lidi, kteří jsou tam, si vzpomenu a představuju si, copak asi dělají.

Ač jsem se této praxe obávala nebo měla první den zvláštní pocit, když všude okolo mne byli lidé na vozíčku, s chodítkem nebo holemi musím říct, že po chvíli se vše změnilo. Každá praxe člověku něco dá. Poznala jsem, co práce se seniory obnáší, a myslím, že krom krmení nebo koupaní, na které jsem asi nebyla moc připravená, to byla moc milá zkušenost. Měla jsem potřebu klienty chválit, usmívat se, pohladit nebo se zajímat

o jejich životní příběh. Zpětně mám stále úsměv na rtech při vzpomínce na tuto praxi. Je to opravdu výborná zkušenost pohledět do tváře stáří, které nás každého čeká. O to víc se dnes snažím vidat také se svou babičkou a věnovat jí více svého volného času.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Jelikož jsem pracovala s klienty v druhém a třetí fázi demence, neměla jsem moc prostor pro výzkum s touto cílovou skupinou. Proto jsem se zaměřila na samotné zaměstnání domova. A ptala se je na spokojenost se svou prací a především na zkušenost se supervizí, kdy jsme se v závěru dobrali k tématu, že největším problémem, který se řeší právě i na supervizi je jak oddělit práci od soukromého života a asertivní komunikace s klienty, respektování jejich soukromí, rozhodnutí a nechovat se ke klientům jako k dětem.

Rozhovor s pečovatelkou o přínosu supervize

(občasné doplnění jinou pečovatelkou)

Přínos supervize vidí jako kladný, obohacující, probíhá dvakrát do roka, ale dochází pouze, pokud to vychází, že je v práci, speciálně jen kvůli supervizi nepřijíždí, nevyhledává ji, neshledává to za nezbytně nutné. Přínos především ve smyslu úlevy, vyventilování problémů, nasměrování a úvaha o správné práci (do praktické roviny jen malý přesah). Užitečné shledává hlavně to jak se uvolnit a odpoutat od práce a jak s klienty vhodně komunikovat – jak nevypěnit, a uvědomění si špatných postupů při práci – zdobněliny v oslovování atd.

„Všechno se to probírá. Vidím to z jedné strany a ta supervizorka nám to ukázala i z jiného úhlu.“

„Naučilo mě to, jak se správně chovat ke klientům, jak řešit takové ty problémy s komunikací... Pomohla mi supervize.“

„...já vidím změnu, my jsme rozebíraly předěl jako službu a rodinný život, jak se z toho co nejrychleji vyventilovat se, to nám strašně moc pomohlo, to teda bez debat, tam je strašně moc takových vodítek, jak si ulevit. Ale co se týče supervizí klientů, tam jsme teda, že klient je na prvním místě, nemůžeme mu nic přikázat, je platící, je vždycky nad námi, je pán, je na prvním místě. Nesmíme do soukromí zasahovat, když něco nechce dělat, tam to bylo takovou úvahou, jak to dělat, ale konkrétně na pracovišti nám to nepomohlo.“

„Ty zdobněliny, takový to oslovení, nedělala jsem to jenom já. Já mám pocit, že jim to nevdá, ale supervizorka říkala, že bysme to neměly, radí nám.“

„Každý má nějakou hranici trpělivosti, a když se něco opakuje, tak můžete ten problém vyventilovat. Ta supervizorka nás zas nějak nakopne.“

Pozorování pečovatelů při práci s klienty

Během praxe jsem měla několikrát možnost pozorovat přístup ke klientům ostatních pracovníků.

Přestože se ke klientům alespoň přede mnou chovali vstřícně, profesionálně, čas od času zazněly zdobněliny při oslovování a objevilo se občasné jednání s klienty jako s malými dětmi.

Dále jsme zažila situaci, kdy sestra mluvila o klientech jako o lidech, kteří už jsou zcela dementní, „*jim je to jedno, jsou už mimo, hlavně jim věnuj trochu pozornost, to jim stačí.*“ Což bylo proti mému nějakému etickému pohledu na věc. Navíc tam bylo klientů hned několik a ne všichni na tom byli natolik zle, aby se jich to nemohlo dotknout.

„Hudba je klíč k ženskému srdci“
(Johann Gottfried Seume)

Hudbou a hrami k radosti v domově seniorů

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Pavλίna Hlaváčová, Petra Zlatušková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

NADĚJE: Dům pokojného stáří, Ptašinského 13, Brno-Královo Pole

Dům pokojného stáří je pobočkou občanského sdružení Naděje. Jeho vznik a rozvoj je spojen s osobností Vlastimily Hradecké. Svým nesmírným úsilím a vytrvalostí realizovala vizi, která dostala symbolické jméno Naděje. Z počátečního nadšení několika jednotlivců vyrostla organizace, která dnes působí na celém našem území. Cílovou skupinou Naděje jsou především starší opuštění lidé bez domova.

Jsou zde poskytovány dlouhodobé pobyty seniorům s pokročilými formami demencí, zejména s Alzheimerovou chorobou. Z důvodu těchto onemocnění vyžadují klienti pravidelnou pomoc, která je v zařízení přizpůsobena jejich specifických potřebám. Zahnuje sociálně-zdravotní služby, fyzioterapeutické a aktivizační činnosti a pravidelné pastorační služby.

Pobočka v Králově Poli je pobytovým zařízením sloužící jako domov pro seniory, které nabízí své sociální a zdravotní služby celkem 26 klientům a je situováno v klidné ulici v Králově Poli. V současné době zde pobývají jen samé ženy. Na této pobočce je vybudována rodinná atmosféra, kde si klienti v jedno- až čtyřlůžkových pokojích mohou donést některé své věci z domova, aby si mohli připomínat své domovy minulé. Je zde vestavěn výťah a bezbariérový přístup. Není zde však umožněna péče o klienty, kteří jsou trvale upoutáni na lůžko.

V přízemí je velká jídelna, ve které se odehrává i společenské dění, tj. bohoslužby, přednášky, besedy, vystoupení dětí, pěveckých sborů, tanečních souborů, vlastní aktivizační činnosti, apod. Klienti mají k dispozici televizory, knihovnu, na každém patře terasu. Zajímavostí je, že průměrný věk v tomto domově byl v roce 2004 osmdesát sedm let.

Personál je složen zejména z pečovatelek, 2 sociálních pracovnic, aktivizační sestry, účetní, vedoucí sociální pracovnice, kuchařů, údržbářů, dobrovolníků. Je zde však také

interní a geriatrická ordinace odborného lékaře, která slouží klientům Naděje i pacientům z řad veřejnosti při interních onemocněních a pacientům geriatrickým v rámci gerontologického programu.

Také je zde nabídnuta domácí péče, zajišťuje provádění jednoduchých zdravotnických úkonů, jako jsou např. převazy, podávání injekcí, prevence proleženin apod. přímo v domácnostech pacientů. Tuto péči zajišťuje zdravotní sestra od 6.00 do 20.00 na doporučení lékaře v případech, kdy osoby nemohou docházet do zdravotnického zařízení.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 30. 10. 2013, 8.00–13.00: Tvorba vánočních přání
2. 4. 11. 2013, 8.00–13.00: Tvorba mandal
3. 14. 11. 2013, 8.00–13.00: Narozeninová oslava
4. 20. 11. 2013, 8.00–13.00: Hudební setkání
5. 28. 11. 2013, 8.00–13.00: Kytarové odpoledne
6. 5. 12. 2013, 8.00–13.00: Mikulášská nadílka

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Aktivizační skupinka se skládala v průměru z 10 až 12 klientů ve věku od 70 do 90 let.

Jedno dopoledne jsme se setkaly i s ostatními klientkami domova, kdy jsme hráli na kytaru a zpívali po jejich pokojích.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Tvorba vánočních přání, 30. 10. 2013

Ještě před setkáním s klienty jsme se domlouvaly s vedoucí domova na časovém harmonogramu a dalších podmínkách naší praxe. Vedoucí nás ve stručnosti seznámila s chodem domova, se zaměstnanci a předala nás do rukou aktivizační sestry. První setkání s naší cílovou skupinou bylo velice příjemné. Aktivizační sestra nás přijala také velice otevřeně a hned od začátku mezi námi nastolila příjemnou atmosféru a nabídla nám tykání, tedy se pro nás stala sestra Saša. Klientky nás již očekávaly a přijaly velice dobře. Saša nás představila klientkám, společně jsme zahájily nový den každodenním rituálem. Pobavily jsme se s klientkami co je za den, kdo má svátek, jestli znají někoho slavného s tímto jménem, či někoho z okolí.

Po tomto zahájení jsme připravily každé klientce kávu a ve společenské místnosti byla rázem velice příjemná atmosféra. Saša si připravila aktivity na celý den, tak aby nám ukázala, jakým způsobem s klientkami pracuje a jak se dá pracovat. Ze začátku jsme vytvářely vánoční přáníčka, tak aby je mohly poslat své rodině a známým. Ne všichni se mohli aktivně zapojovat do jejich tvorby, takže i přesto, že jsme se snažily pomáhat, některé pouze motaly klubičko z bavlny a jedna klientka loupala jablíčka, aby si z nich následně mohly upéct jablečný závin. V průběhu tvorby přáníček nám Saša předčítala něco o zvycích a tradicích, které se vztahují ke konci listopadu. Poté následovaly různé drobné aktivity na procvičování kognitivních funkcí jako například doplňování přísloví, podle popisu hádání, o jaké slovo se jedná nebo křestní jména slavných osobností. V průběhu celého setkání na pozadí hrály známé písničky, které klientky velice rády poslouchají.

Na závěr našeho společného setkání jsme si s klientkami zacvičily, takže jsme protáhly celé tělo od drobných mimických svalů, přes hlavu, krk, paže až po dolní končetiny. Nakonec jsme nachystaly stůl na oběd a po obědě jsme pomáhaly s odvozem klientek zpět na pokoje. Celý tento den jsme zde byly spíše v roli pozorovatelů, abychom věděly, jak která klientka reaguje na různé aktivity a jak se připravit na příště. Začaly jsme již přemýšlet nad tématem našeho výzkumu.

Tajemství mandal, 4. 11. 2013

Naše další setkání již bylo zcela v naší režii a Saša nám nechala veškerý prostor pro práci. Společně jsme tedy zahájily nový den, kdy opět následoval tradiční rituál: co je za den?, kdo má svátek a ranní kávačka. Poté některé klientky ještě chtěly pokračovat ve výrobě vánočních přání: těm byl poskytnut prostor pro tuto činnost a s ostatními jsme se věnovaly malování mandal, které doprovázela příjemná relaxační hudba. „Do našeho jazyka toto slovo přinesl psycholog C. G. Jung. Dá se říci, že tak spojil východní filosofii se západní psychologií. Ve své podstatě a nejužším významu znamená „mandala“ **kruhový obrazec se středem**, z něhož (či do něhož) směřují **symetricky uspořádané tvary**. Mandala však nemusí být pouze kruh, jak ukazují např. indické jantary – kruh ve čtverci (spojení božského s pozemským)... Už mnohé staré národy věděly o síle schované ve středu mandaly a uměly ji využít. I my dnes můžeme využít této zvláštní síly a to jak při vytváření mandaly, tak při relaxaci s hotovou mandalou. Účinky malování a koncentrace na barvu známe všichni z dětství, z omalováněk. Mandala může být takovými omalovánkami pro děti i pro dospělé. Díky svému uspořádání kolem středu se však může stát i něčím víc než pouhou relaxací s pastelkou. Může být terapeutickým nástrojem, prostředkem k poznání sebe sama, pomocníkem na cestě do našeho středu – do místa, kde vládne klid, harmonie a láska.“⁷

S těmito mandalami si klientky opravdu vyhrály a ty, které na nich pracovaly, vydržely malovat celou dobu a vypadalo to, že je to baví. V průběhu jejich tvorby jsme jim předčítaly něco o historii mandal, k čemu mohou sloužit, jaké mohou mít účinky a jak je malovat. Mandaly jsme si vybraly právě proto, že mají trvalejší dopad a kdo chtěl, mohl



Mandaly, které lze vytvořit, viděno na: <http://centrum-mandala.cz/mandala>

⁷ cit. 6. 12. 2013, dostupné z <http://centrum-mandala.cz/mandala>

si po dokončení mandaly vzít s sebou a umístit si je někam na pokoj. Po mandalách jsme si s klientkami opět zacvičily, připravily se na oběd a po obědě jsme pomohly se svozem klientek zpět na pokoje, rozloučily jsme se a těšily se na příště.

Narozeninová oslava, 14. 11. 2013

Úvod tohoto setkání byl netradiční v tom, že jedna z klientek slavila 91. narozeniny. Sešla se tedy většina zaměstnanců domova a ve společenské místnosti, kde byla i většina klientů jsme jí společně popřáli, zazpívali a předali krásný narozeninový dort. Poté jsme opět klientkám připravily kávu, každá dostala dort a pokračovalo se v příjemně navozené atmosféře. Pustily jsme si příjemnou hudbu, kterou mají klientky rády, a začaly jsme s připraveným programem. Opět jsme si řekli co je za den, kdo má svátek a zahájili jsme společnou hru šibenice, kdy úkolem klientek bylo hádat slova na základě odkrývání jednotlivých písmen. Musíme uznat, že tohle se klientkám dařilo velice dobře a i přesto, že občas slovo hádaly těsně před finálním „oběšením“, vždy ho nakonec uhodli. Vše jsme společně zakreslovaly na velký flip chart, tak aby na to klientky dobře viděly.

Po této aktivitě následovala „Kimovka“, kdy jsme nachystaly na stůl 20 předmětů, které jsme zakryly šátkem, a úkolem klientek bylo po uplynuté době, kdy měly možnost se na předměty dívat, vyjmenovat co nejvíce z nich. Naši skupinku jsme si rozdělily na 2 menší a udělaly jsme to jako takovou výzvu týmů. Zvítězil první tým ale pouze velice nepatrně asi o 4 předměty. Po této aktivitě následovala další na postřeh, do které se zapojily opravdu téměř všechny klientky, které alespoň trochu mohly. Každá klientka dostala svůj papír, někdy měly jeden papír do dvojice. Na tomto papíře byla různě rozmístěná čísla od 1 do 100 a naším úkolem bylo najít všechna čísla postupně tak, jak následují za sebou. Z počátku měly klientky problém s pochopením pravidel a s vysvětlením toho, že je opravdu důležité, aby čísla šla za sebou a ne aby hledaly pouze nějaká čísla, ale po opětovném vysvětlení a s naší pomocí jsme se nakonec všichni dostali přes hranici 50, přičemž už nám zbyl pouze čas na to se na závěr procvičit a připravit se na oběd.

Hudební setkání, 20. 11. 2013

Tento den nás v domově čekalo příjemné překvapení v podobě dvou příjemných houslistů, kteří přišli klientkám zpříjemnit všední den. Veselá shoda okolností byla, že v tento den jsme si i my nachystaly kulturní program pro klientky a vzaly jsme s sebou do domova kytaru, abychom si společně mohly zazpívat. Na tuto akci byli pozváni i další klienti ze spřáteleného domova pro seniory, kteří se přišli podívat na toto hudební vystoupení. My jsme zde tedy byly spíše v roli pozorovatelů a společně s klienty jsme si užívali krásného vystoupení. Nakonec jsme ale i my přidaly a společně s houslisty jsme si zahrály některé známé písně, které si s námi klienti mohli i zazpívat a celé setkání bylo opravdu velice příjemné.

Po rozloučení s muzikanty jsme ještě zahrály několik písní pouze pro naše klientky, které byly už připraveny na oběd, abychom jim zpříjemnily čekání. Na základě jejich pozitivní odezvy jsme se rozhodly brát kytaru na další naše zbývající setkání. Na závěr jsme se v rychlosti protáhly a po obědě jsme opět pomohly s převozem na pokoje.

Kytarové odpoledne, 28. 11. 2013

Na základě naší pozitivní zkušenosti z minulého setkání jsme se rozhodly opět vzít do domova kytaru a zazpívat si společně nějaké písničky. Saša nás překvapila opět jiným programem pro klienty v podobě filmu pro pamětníky, na který se klientky velice těšily a dokonce se do společenské místnosti dopravily klientky, které s námi běžně čas na společném programu netrávily. Ačkoli to nejprve vypadalo, že nebudeme mít co na práci, Saša na tuto situaci reagovala velice hbitě a napadlo ji, že bychom mohli s kytarou obcházet jednotlivé pokoje a zpívat klientům, kteří nemohou nebo z nějakého důvodu nechtějí, se zúčastňovat společného programu. My jsme tedy nakonec obcházely pokoj po pokoji, kde jsme vždy zahrály 2–3 písničky a povídaly si s klientkami. Byla to pro nás opět nová zkušenost a velice příjemná. Bylo hezké sledovat reakce klientek, které měly opravdu radost z naší návštěvy, a to nás nabíjelo asi ze všeho nejvíce. Po projití celého domova nám zbyl akorát tak čas se přesunout do společenské místnosti, kde právě končil jejich film. Pomohly jsme nachystat na oběd a opět jsme si v pauze, kdy klientky čekaly na jídlo, společně zahrály a zazpívaly. Bylo milé slyšet, jak se většina klientek postupně přidává a jak je společné zpívání baví. Po obědě opět přesun na pokoje a příprava na naše poslední mikulášské setkání.

Mikulášská nadílka, 5. 12. 2013

Naše poslední setkání začalo jak jinak než netradičně a to hned příchodem Mikuláše s celou jeho výpravou, dvěma čerty a andělem. Ti si společně s klientkami zazpívali, předaly jim drobné dárečky za to, že byly celý rok hodné a po společné modlitbě se přesunuli rozdávat radost dál po domově. My jsme zůstaly s klientkami samy. Udělaly jsme si opět kávu, nachystaly na stůl vánoční cukroví, pustily vánoční koledy a zapálily adventní věnec. A abychom celou tuto vánoční atmosféru nějak příjemně ukotvily, přečetly jsme si o tradici Mikuláše u nás, a jak tento zvyk vlastně vznikl.

Následně jako první aktivitu, kterou jsme měly pro klientky tentokrát nachystanou, jsme měli osmisměrku opět nakreslenou na velkém flip chartu, tak aby na ni všechny klienty pohodlně viděly. Po společném vyluštění jsme došly k tajence, ze které nám vyplynulo poselství naší praxe, tedy to, o co jsme celou dobu usilovaly, pomocí hudby šířit úsměvy a radost. V tajence nám vyšel citát od Johanna Gottfrieda Seumeho, a to: „*Hudba je klíč k ženskému srdci*“. Určitě tento citát platí nejenom směrem k ženským srdcím, ale nám se to velice dobře hodilo k sestavě naší klientely v domově.

Po vyluštění jsme si tedy naposledy společně zahrály na kytaru a zazpívaly oblíbené a známé písničky, které si klientky mohly zazpívat s námi. Poté jsme si procvičily paměť a zkoušely různé aktivity na rozvoj kognitivních funkcí jako doplňování přísloví, přisuzování důležitým událostem data nebo doplňování křestních jmen slavným osobnostem, v čemž jsou klientky mnohem lepší než my obě dohromady.

Na závěr jsme se naposledy společně zacvičily, vyfotily jsme se a připravily na oběd. Po obědě jsme se s klientkami rozloučily a zavezly je na pokoje s tím, že se za nimi brzy přijdeme zase podívat.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Co se týče našeho zhodnocení praxe, tak o ní můžeme mluvit pouze pozitivně. Tato praxe nám dala možná nejvíc za celou dobu našeho studia, jednak asi i z toho důvodu, jak byla velice dobře propojená se supervízi, kde jsme mohly sdílet své zážitky, případně problémy, které se objevovaly, ale hlavně díky cílové skupině, ze které většina z nás měla obavy. Můžeme mluvit zřejmě i o velkém štěstí, že jsme měli možnost naši praxi absolvovat v Naději, Domě pokojného stáří. Máme velice dobrou zkušenost jak s počítačným přijetím personálu, tak i klientů, u kterých nebylo vůbec těžké získat si důvěru a ochotu s námi spolupracovat.

Velice silný pro nás byl už první moment, kdy jsme se seznámily s vedoucí domova, která nám sdělila vše o chodu domova o personálu, klientech atd., tedy jsme mohly již očekávat, v čem zhruba naše práce bude spočívat. I přesto jsme se ale domluvily, že první společnou schůzku s klientkami si povede aktivizační sestra sama a my budeme pouze pozorovat, abychom příště věděly, co si připravit. Bylo příjemné, že nás sestra po celou dobu zapojovala, motivovala nás k práci s klientkami a od dalších setkání nám již přenechala veškerý čas pouze pro nás a naši práci, což bylo velice přínosné.

Cítily jsme se zde opravdu potřebné a i ze zpětné vazby od ostatních sester, Saši, či vedoucí bylo znát, že nás berou opravdu jako pomoc ne jako praktikanty, o které se budou muset zase starat, a jenom jim budeme přitěžovat. Nakonec jsme pomáhali nejenom s programem pro klienty, ale i s jejich odvozem zpět na pokoje, naučily jsme se tedy mluvit nahlas, obsluhovat invalidní vozík a velké trpělivosti.

Práce s touto klientelou je opravdu úplně odlišná než jakákoli naše předchozí praxe, i když na druhou stranu má velice blízko k práci s dětmi. Využívaly jsme mnoho aktivit, které se stejně tak dobře dají využít i v práci s dětmi, pouze záleží na přístupu, jaký k té dané cílové skupině zaujmeme.

Celkově tedy můžeme celou tuto praxi ohodnotit velice pozitivně a velmi rády se do domova budeme vracet teď už mimo praxi pouze ze svého zájmu, abychom si mohly znovu popovídat s klienty, zazpívat si nebo jen tak si společně užít strávený čas.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Ačkoliv bylo naším záměrem roznášet, v tomto domově pro seniory, radost hudbou a zpěvem, ve výzkumu jsme se zaměřily na otázku, která se nám vynořila v průběhu naší praxe. Týkala se složení klientely: v domově žijí jen samé ženy. Nemohly jsme se tedy ubránit zvědavosti a zajímalo nás, jaké to je pobývat v prostředí, kde nejsou žádní muži.

Výzkumné šetření jsme realizovaly na základě polostrukturovaných rozhovorů, které jsme udělaly s klientkami v předobědové pauze, ale také jsme se zeptaly na pár otázek některých pracovníků tohoto domova.

Našeho výzkumu se účastnilo celkem 5 respondentek, které v tomto domově žijí. Cílem výzkumu bylo zjistit, jaký názor mají klientky na to, že žijí v prostředí, kde jsou samé ženy.

Výzkumné otázky pro klientky, které jsme kladly:

- Jste v domově spokojená s tím, že zde žijí jen samé ženy?
- Byla jste i v minulosti zvyklá na to být v kolektivu žen?
- Chybí vám zde přítomnost mužů?
- Chtěla byste mít v domovu i nějaké muže?

Analýza dat a jejich interpretace:

Z rozhovorů na základě otevřeného kódování jsme vytvořily tyto kategorie:

• **Být bez mužů jsme zvyklé**

Z rozhovorů nám vyplynulo, že většina žen je na ženský kolektiv navyklá a to především z pracovního, ale někdy i rodinného prostředí. Můžeme uvažovat nad tím, že v dřívějších dobách nebyly tak časté smíšené kolektivy a práce byla vždy striktněji dělená dle pohlaví. Z rozhovorů níže jsou to např. zaměstnání jako učitelka, prodavačka a žena pracující v oděvnictví.

• **Jsem spokojená tak, jak to je**

Z rozhovorů nám také vyplynulo, že jsou ženy spokojené s tím, že pobývají v ženském kolektivu, respektive se s tímto faktem smířily. Většina by nic neměnila nebo si časem navykla.

• **„Muže už nepotřebujeme.“**

Respondentky o mužích povětšinou tvrdily, že jsou v kolektivu důležití, ale za současných podmínek už je nevyhledávají za jeho podstatné prvky a upozorňují v podstatě na to, že už je příliš nezajímají a k životu je tedy nepotřebují.

Shrnutí

Z našeho drobného výzkumu plyne, že klientky, se kterými jsme udělaly rozhovor, jsou se současným stavem, tedy se soužitím v ženském kolektivu, docela spokojené a nepotřebují a neshledávají důvody něco změnit. Ženy už muže, většinou po smrti vlastních manželů a také v důsledku věku, neshledávají natolik atraktivní a tak je svým způsobem nepotřebují a nepřemýšlejí příliš nad tím, že by chtěly něco změnit, ani kdyby byla tato možnost.

ZÁVĚR

Na základě rozhovorů s klientkami Domova pokojného stáří jsme se snažily zmapovat názory obyvatelek na soužití v ženském kolektivu, popřípadě zjistit výhody i nevýhody tohoto soužití. Po analýze dat jsme shledaly, že zpovídáné klientky absenci mužů neshledávají za podstatnou a příliš jim nevadí.

Je třeba říci, že k ucelenějším závěrům by byl třeba širší soubor, který jsme na základě omezenějších možností neměly k dispozici. I tak si však myslíme, že data, které jsme získaly, jsou zajímavé a mohou otevírat dveře k dalším, mnohem sofistikovanějším výzkumům. K nahlédnutí, v příloze, poskytujeme některé z provedených rozhovorů.

PŘÍLOHA

Klientka A

Jste v domově spokojená s tím, že zde žijí jen samé ženy?

„Člověk si zvykne, co má dělat... Já jsem byla zvyklá celý život pracovat mezi ženami a můžu říct, že si myslím, že jenom ženský kolektiv nikdy nedělá dobrotu. To je nějaké tlachání o ničem a to mě nebaví, ale já jsem si zvykla.“

Kde jste předtím pracovala?

„Pracovala jsem celý život ve školství jako učitelka a to mě bavilo. Doma jsem si s manželem vždy odpočinula, jezdili jsme hodně na výlety i s dětmi a to mě bavilo. Po smrti manžela už mě stejně jiní muži nezajímají, takže mi to nevadí.“

Jsem tu teprve 2 roky a muže jsme tu nikdy neměly, jenom pana správce občas potkáme a někdy na oběd sem chodí někdo, ale často ne. Nevadí mi to. Jen bych chtěla být na pokoji sama, je to těžké být s někým, kdo si stěžuje, že se na ni škaredě dívám, že prý má ze mě strach. Ale kam se mám dívat, když na druhém boku ležet nemůžu. To jo, to je tady těžké... víte, to že nemáme na výběr, prostě tady nemůžu být sama, je nás tu teď hodně.“

A přemýšlela jste o přemístění na jiný pokoj?

„Já ne, ale ona se na to asi ptala, možná až se uvolní vedle ten pokoj, tak tam půjde, ale neví. Nemůžu se dívat jinam.“

Takže jste tu jinak spokojená s tím, jaké to tu je?

„Ale ano, zvykla jsem si. Ty společná dopoledne jsou dobrá, ale pak ten den vůbec neutíká. Přejde mi, že od toho oběda je to hrozně dlouhé do večera. Ale zvykla jsem si. Líbí se mi tu a muži mi tu nechybí.“

Klientka B

Jste v domově spokojená s tím, že zde žijí jen samé ženy?

„Já jsem nad tím nikdy nepřemýšlela, že by to mělo být jinak. Já jsem žila celý život mezi ženami.“

Byla jste v minulosti zvyklá na kolektiv žen?

„Jistě, pracovala jsem v oděvnictví, takže jenom v kolektivu žen.“

Kde jste předtím pracovala?

„Já jsem byla kloboukářka, vyráběla jsem klobouky různé známé osobnosti. Ale ve skutečnosti jsem se s nimi nikdy nepotkala, já je akorát vyrobila, ale u předání už jsem nebyla, jako práce mě to ale bavilo.“

Nosila jste sama klobouky?

„Tak jistě, když jsem si je sama dělala... Měla jsem ke každým šatům jiný, to se dřív tak nosilo, víte?“

Chybí vám zde přítomnost mužů?

„Nechybí, občas tu za námi chodí nějakí na oběd, ale já se o to nezajímám. Já si to sem jdu vždy odsedět to dopoledne a pak na pokoji. Nepřemýšlím nad tím, že by mohlo být něco jinak,“

prostě to tak je. Stejně to nezměním, člověk se tu musí smířit s tím jaké to je a zvykne si nakonec každý.“

Chtěla byste mít v domově nějaké muže?

„Pokud tu mají být, tak tu budou, ale nepotřebuji je tu. Možná, že by tu byla celkově uvolněnější atmosféra s nimi a větší legrace. Možná bychom se pak více bavily mezi sebou, to mi přijde, že se tady spolu nepovídáme, že si tu každéj udělá tu svoji práci a jde na pokoj. Muži by to tu možná trochu rozveselili, ale nevím, už jsem si tu tak zvykla.“

Klientka C

Jste v domově spokojená s tím, že zde žijí jen samé ženy?

„Mně to nevadí, protože jsem vyrůstala v rodině, kde byly samé ženy a jen jediný chlap: můj otec. Pak jsem studovala a to byly taky samý holky.“

Takže by se dalo říct, že jste na ženský kolektiv zvyklá?

„Ano, jsem. Pak jsem si vzala mužskýho a to víte. Chlapi jsou jiní, v kolektivu jsou lepší, ale já to pořádně nikdy nezažila. Pracovala jsem jako prodavačka a tam jsem měla jen samý kolegyně. Chlapa jsem měla jen doma, svýho manžela.“

Chybí vám zde přítomnost mužů?

„No to víte, dřív by mně to za mladších let možná chybělo, ale teď už mě zajímají jiný věci a na takový blbiny už není ani pomyslení.“

Blbiny s muži?

„Ano, s muži. Však víte, co myslím.“

A jen ještě poslední otázka. Kdyby byla ta možnost, chtěla byste mít v domově nějaké muže?

„Možná, já nevím. V podstatě mi to takto vyhovuje.“

Domov seniorů Jindřichův Hradec

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Zdeněk Malý

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov seniorů Jindřichův Hradec

Domov seniorů Jindřichův Hradec je zařízení, které spadá pod Centrum sociálních služeb Jindřichův Hradec, které provozuje například ještě Dům Sociálních služeb, Stacionář Bobelovka (zde jsem byl na praxi v rámci sociální souvislé praxe), několik domovů seniorů či manželské a rodinné poradny. Zřizovatelem domova je Jihočeský kraj.

Domov se nachází v místní části Otín, která leží na okraji Jindřichova Hradce v bývalém bytovém panelovém domě, který byl upraven pro potřeby zařízení. *„Posláním Domova seniorů Jindřichův Hradec je poskytování pobytových sociálních služeb (služba typu domov pro seniory a domov se zvláštním režimem) za úhradu a ve sjednaném rozsahu seniorům, popř. osobám se zdravotním postižením, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.“⁸*

Jak již bylo řečeno výše, domov poskytuje dva typy pobytových sociálních služeb. Domov pro seniory s kapacitou 130 lůžek a domov se zvláštním režimem pro 18 osob. Klienti jsou ubytováni v dvou nebo třílůžkových pokojích, kde v jednotlivých patrech mají k dispozici vlastní zdravotní personál. Dále jsou zde k dispozici sociální pracovníce, ergoterapeutka či příležitostně pedikérka, kadeřnice, lékař či prádelna. Co zde naopak dle mého názoru chybí, je rehabilitační pracovníce. K celkovému dojmu ze zařízení, se dostanu později.

Nyní se podrobněji podívejme na ergoterapeutickou dílnu, ve které jsem samotnou praxi realizoval. Ergoterapeutickou dílnu má na starost se vším všudy jedna zaměstnankyně, již výše zmíněná ergoterapeutka, v případě, že je ona nemocná, nebo má dovolenou, je dílna zavřena. Dílna je otevřena každý všední den, a to dopoledne od 8 do 11 hodin a odpoledne od 13 do 15 hodin. Navštěvování dílny je ryze dobrovolné, klienti ji mohou navštěvovat, jak chtějí, mohou přijít kdykoliv a kdykoliv odejít. Rovněž činnosti, do kterých se v dílně zapojují, si vybírají dobrovolně.

Dílnu navštěvuje v průměru 10 klientů, z nichž jsou až na jednu výjimku všechno ženy. V případě konání nějakého kulturního vystoupení či období chřipek, do dílny přijdou třeba jen dvě tři klientky za dopoledne.

⁸ www.dsjh.cz

A jakých činností se klienti v ergoterapeutické dílně dočkají? Program je rozepsán na každý všední den, ale tento program není striktně dodržován, protože je zde dána jakási volnost pro klienty v tom, co budou dělat. Hlavním obsahem činnosti jsou rukodělné aktivity, které jsou plánovány na každé dopoledne. Většina klientek se věnuje pletení či háčkování, případně malování, výrobě ozdob z papírových trubiček, či dalším podobným aktivitám. Hlavně pletení se klientky věnují i ve svém volném čase i v odpoledním programu dílny.

Dalším okruhem aktivit je hra her, převážně deskových či karetních. Největší oblibu mají vědomostní hry, jako například Česko – Otázky a odpovědi či bingo. Oblíbenou aktivitou je bezesporu vaření, kdy se klientky podílejí na vaření bramboráků, bábovky či palačinek. Toto si klientky velmi užívají, protože si jídla mohou dochutit podle svého a nejsou závislé na poněkud nemastné neslané stravě, která se v domově podává.

Další aktivity můžeme zařadit do rozvoje motorických či kognitivních dovedností klientů. Zde můžeme zařadit skládání různých skládaček či třeba třídění pastelek dle barev. Z hlediska kognitivních funkcí nabízí ergoterapeutka každý měsíc sešitek s různými kvízy, spojovačkami či křížovkami, které klienti sami či za pomoci návštěv vyplní a tím se zařadí do soutěže o bábovku.

Dále mají klienti poměrně širokou nabídku účasti na kulturních aktivitách, kdy do domova chodí děti z místních škol, občanských sdružení či komerční umělci zaměřující se na tuto cílovou skupinu. Organizace těchto akcí však již spadá do kompetencí sociální pracovníce, takže během své praxe jsem s nimi přišel do kontaktu pouze jednou.

Dříve byly v domově organizovány výlety, procházky či grilování, ale z tohoto již sešlo, neboť postupem času roste věk klientů a zhoršuje se jejich zdravotní stav a většina z nich by dle pracovníků domova nebyla schopna se podobných akcí účastnit.

Věděl jsem, že v Jindřichově Hradci se domov pro seniory nachází, ale žádnou dřívější zkušenost jsem s ním neměl a legendy kolující po Jindřichově Hradci nebyly zrovna lichotivé. Naštěstí se však tyto legendy nepotvrdily. V rámci domlouvání jsem tedy kontaktoval vedoucího domova e-mailem s tím, že mám zájem o praxi v aktivizaci a rád se s ním setkám osobně k domluvení podrobností. Odpověď byla rychlá a pozitivní, osobní setkání proběhlo bez problémů, vedoucí domova byl vstřícný a otevřený a poslal mne do ergoterapeutické dílny za tamní pracovníci, protože tam budu svou praxi vykonávat. Paní V. mě uvítala rovněž pozitivně a měla radost z toho, že má někdo o činnost s touto cílovou skupinou zájem. Domluvili jsme si tedy termín mé první návštěvy.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

1. setkání

První setkání bylo do značné míry seznamování. Seznamoval jsem se s chodem zařízení jako takového, tak samotné ergoterapeutické dílny. Paní V. mě provedla po celém domově, řekla mi, jak to tam chodí, jaká jsou specifika domova. Po návratu do dílny jsem se seznámil s klientkami, které byly zrovna v dílně. Klientky mě rovněž přivítali s úsměvem, bylo patrné, že muži se zde často nevyskytují.

Poté mi paní V. nechala přečíst kroniku, kde si zaznamenávají zajímavosti o kulturních pořadech, výletech, výstavách a dalších aktivitách, kterých se účastní. Dále obsahuje výstřížky s novin, ve kterých o domově a jeho klientech poměrně pravidelně píše.

V neposlední řadě jsem se představil s programem, který je v dílně zavedený a se kterým ani klientky nechtějí příliš hýbat. I z tohoto jsem pochopil, že v dílně jsou zavedené spíše stereotypy a pravidelné činnosti bez touhy po nějakých novinkách či změnách a i pro mě bude těžké něco nového s klientkami vyzkoušet. Což se následně i potvrdilo.

2. setkání

Druhé setkání bylo také ještě spíše rozkukávací a seznamovací s klientkami, se kterými jsem se minule nepotkal. Klientky po příchodu usedají na svá místa a berou do rukou pletací jehlice. Pletení je tedy oblíbenou činností většiny klientek.

Jak jsem zmínil výše, tak paní V. připravuje pro klienty sešitky s různými kvízy a otázkami. Abych si vyzkoušel individuální práci s klienty, dal jsem se do vyplňování soutěžních sešitů postupně s několika klientkami, které si samy nevěřily, že by je mohly úspěšně vyplnit, a nenavštěvují je tak často příbuzní, kteří by je s nimi vyplnili.

Ačkoliv bych je mohl vyplnit celé sám, snažil jsem se, aby co nejvíce práce udělaly samotné klientky a já třeba jen napsal, to co říkají.

3. setkání

Tento den se nesl v podobném duchu, jako předchozí. Opět jsem se individuálně věnoval klientkám, které nejsou až tak šikovné v pletení. Tentokrát jsme se zaměřili na rozvoj jemné motoriky.

Před koncem roku je třeba utratit nějaké peníze, a tak bylo v dílně nově nakoupených několik dřevěných či plastových skládaček, puzzle a podobných „hraček“ pro děti předškolního věku. S klientkami jsem se tedy pustil do zkoušení těchto skládaček.

Při skládání jsem si s klientkami povídal, nechal si od nich vyprávět příběhy z dětství či mládí. Do těchto rozhovorů se zapojily i klientky, které si pletly.

4. setkání

Tentokrát jsem místo obvyklého pátečního dopoledne přišel až odpoledne. To jsem netušil, že páteční odpoledne má striktně daný program, na který se těší především jediný z mužů, který dílnu navštěvuje. Tím programem je hraní deskové vědomostní hry Česko – otázky a odpovědi.

Tato hra spočívá v tom, že hráči odpovídají na otázky z šesti různých okruhů (historie, kultura, sport, geografie, příroda a různé). Cílem je zodpovědět s každého okruhu jednu otázku k dokončení série. Přiznám se, že deskové hry hraji rád a před hrou jsem byl poměrně sebevědomý, počítal jsem s tím, že suverénně vyhraju a přemýšlel, jestli někoho z klientů nenechat vyhrát.

Realita však byla jiná. Skončil jsem hluboko v poli poražených, ale smutek z prohry překonalo zjištění, jak mohou být lidé vysokého věku bystří a plní vědomostí.

5. setkání

S blížícími se Vánoci se blíží i předvánoční prodejní výstava a tak je třeba dokončovat rozpletené výrobky, vyrobit vánoční dekorace a ozdoby. Dnešní den se tedy nesl v tomto duchu.

Paní V. přišla s novou technikou výroby vánočních ozdobných věnečků z polystyrenových ochranných obalů na elektroniku. Celou dobu jsme tedy vyráběli věnečky. Každá z klientek se podle svých schopností zapojila do některé z fází výroby.

Někdo stříhal, někdo skládal, další lepil nebo zdobil. Během dopoledne jsme měli vyrobenou spoustu věnečků. Mým úkolem bylo pomáhat jednotlivým klientkám a radit jim.

6. setkání

Šesté setkání se neslo v podobném duchu, jako ty předchozí. Skupina klientek pokračovala ve své oblíbené činnosti, tedy pletení svetrů a já jsem se věnoval ostatním klientkám individuální práci.

Opět jsme se zaměřili na rozvoj jemné motoriky, kdy jsme společně skládali skládačky se zaměřením na tvary a barvy.

V další části jsme se zaměřili na rozvoj paměti. Zahráli jsme si oblíbenou kimovku.

7. setkání

Tento den dopoledne přišly do dílny pouze 3 klientky, neboť se v průběhu dopoledne konalo ve společenské místnosti kulturní vystoupení dětí z jedné ze základních jindřichohradeckých škol. Vzhledem k tomu, že se společenská místnost nachází poměrně daleko od dílny přes několik pater, šel jsem tam se zbývajícími klientkami jako doprovod a poté se s nimi zúčastnil kulturního programu. Po jeho skončení jsem klientky opět doprovodil zpět na jejich patra.

8. setkání

Na osmé setkání jsem si nachystal novou rukodělnou činnost, a to výrobu plyšáku z ponožek. Tuto aktivitu jsem měl vyzkoušenou s dětmi, které ji sice pomalu a s pomocí, ale zvládaly. Už v průběhu dřívějších setkání, když jsem o této aktivitě přemýšlel, jsem počítal s tím, že bude potřeba klientkám pomoci a pro některé to bude poměrně obtížné.

Realita však byla ještě horší. K dokončení plyšáku by bylo potřeba je všem klientkám v podstatě celé vyrobit, což by ztratilo smysl. Udělal jsem tedy pouze jednoho zkušebního plyšáka z jednou z šikovnějších klientek. I tak to zabralo téměř celý čas mého setkání.

Ačkoliv se tedy jednalo o neúspěch, jednalo se zároveň o poučení, že jehla a nit není pro seniory ideálním prostředkem, ačkoliv pletení zvládají bez problémů.

9. setkání

Moje předposlední návštěva v domově zahrnovala chystání prodejní předvánoční výstavy a účast na části výstavy. Výstavy se v domově pořádají dvakrát ročně. Jedna z nich je předvelikonoční a druhá předvánoční. Na těchto výstavách klienti prezentují předměty, které vyrobí v daném období. Tyto výrobky poté prodávají za relativně nízkou cenu a za vydělané peníze mohou nakoupit další materiál do dílny. Návštěvníci výstavy se rekrutují především ze zaměstnanců domova, příbuzných a známých klientů i veřejnosti.

Výstava se koná přímo v prostorách dílny a trvá dva dny. Největší zájem bylo možno sledovat o pletené výrobky, ponožky, rukavice, svetry. Sám jsem neodolal a pro dceru známých koupil pleteného hada. Celkem se vydělalo přes jedenáct tisíc korun.

10. setkání

Moje desátá a poslední návštěva domova pro seniory se konala den po skončení předvánoční prodejní výstavy. Do domova jsem přišel dříve než obvykle a spolu s paní V. jsme uklízeli po výstavě, inventarizovali to, co se prodalo a co naopak zbylo.

Poté, vzhledem k tomu, že se jednalo o jeden z posledních dní před Vánoci, jsem si přinesl kytaru a zahrál jsem několik koled. Klientky, spíše než zpívaly, pobrukovaly a pohupovaly se. Panovala příjemná předvánoční atmosféra.

Poté následovalo loučení s tím, že se mohu kdykoliv zastavit na návštěvu. Jako dárek na rozloučenou jsem dostal pletenou postavičku Křemílka.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Nyní se pokusím shrnout své dojmy z této praxe. Přiznám se, že podobně jako většina spolužáků, jsem s touto cílovou skupinou neměl zkušenosti a tak jsem přirozeně nevěděl, co můžu čekat. Cílovou skupinou jsem však byl mile překvapen a praxi tak vnímám jako ukázání další možné cesty mého budoucího profesního uplatnění.

Velký přínos této praxe vidím v tom, jak se doplňovala s předmětem Supervize, neboť toto povídání o strastech a radostech praxe bylo příjemné a užitečné a dovedu si představit obdobně strávený čas u každé praxe v průběhu studia.

Právě díky supervizi, se ukázalo, že práce s touto cílovou skupinou smysl má, ať třeba její výsledky nemusí být příliš viditelné. Má to smysl pro každý úsměv, který na tváři seniora vykouzlíme.

V dnešní době mají lidé často tendenci seniory odepisovat s tím, že nic neovládou, že mladší lidé jsou ve všech ohledech lepší. Sám jsem se přesvědčil, že klientky a klient byli šikovnější než já, třeba v deskové hře nebo pletení.

Dalším bodem, který bych chtěl vyzdvihnout a kterým jsem byl mile překvapen, byl přístup vedoucího domova a ergoterapeutky, kteří ke mně byli vstřícní a ochotní, zodpověděli jakékoliv otázky, nechali mi volnost v tom, kdy přijdu na praxi a kdy ne. Jediné v čem jsem volnost postrádal, byla ve volbě aktivit. Tedy ne přímo v nemožnosti realizovat některé aktivity, ale v tom, že návštěvnice dílny mají svůj zažitý stereotyp a je těžké je odtrhnout od pletací jehlice.

Závěrem tedy mohu říct, že jsem s praxí spokojen a v budoucnu se nebudu bránit práci s touto cílovou skupinou.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Tuto kapitolu si dovoluji rozdělit na dvě části. V první z nich představím výsledky průzkumu, který organizovalo vedení domova seniorů s tím, aby zjistili, jak jsou jeho obyvatelé spokojeni s různými aspekty života v domově. Druhá část se bude věnovat „mikrosondě“, kterou jsem provedl v ergoterapeutické dílně prostřednictvím skupinového rozhovoru.

Dotazníky se konkrétně zaměřovali na spokojenost s poskytovanými službami v Domově seniorů Jindřichův Hradec za rok 2012. Zaměřil se na tři cílové skupiny, kterými byli uživatelé sociální služby domov pro seniory, jejich opatrovníci a osoby zmocněné a opatrovníci a osoby zmocněné obyvatel domova se zvláštním režimem.

Samotní klienti domova pro seniory vyjádřili 99 % spokojenost s přístupem a chováním zaměstnanců vůči nim. Pouze jeden respondent spokojen nebyl. Obdobná čísla vyšla i u otázky, zda je zaměstnanci nutí dělat něco, co nechťejí. Zde pouze 2 z celkového počtu 88 respondentů vnímají, že jsou do něčeho nuceni. Výsledky dalších otázek už nebyly tak jednoznačné. Jméno zaměstnance, který má za úkol zajišťovat jejich přání a vypracovávat individuální plán péče zná pouze 67 % respondentů. 27 respondentů, tedy 31 %, toto jméno nezná. S kvalitou a množstvím jídla bylo nespokojeno 17 % dotázaných. Další otázka se týkala toho, zda mají klienti dostatek informací o podmínkách pobytu v domově. Zde 14 % respondentů tyto informace nemá v dostatečné míře. Vybavení pokoje a společných prostor vyhovuje zhruba 90 procentům dotázaných klientů. Celkově tedy můžeme hodnotit, že klienti jsou jak s přístupem zaměstnanců, tak vybavením pokojů až na výjimky spokojeni. Nabízí se pouze otázka, co by šlo zlepšit a jak zajistit absolutní spokojenost, pokud je to vůbec možné. Největší nedostatek můžeme spatřovat v tom, že téměř třetina respondentů neví, jak se jmenuje zaměstnanec zodpovědný za jejich individuální plán péče.

Opatrovníci a osoby zmocněné byli dotazováni na obdobné otázky, položené tak, že se týkají jejich blízkých. V této cílové skupině odevzdalo dotazníky celkem 27 osob. Zde u naprosté většiny otázek můžeme spatřovat spokojenost. Pouze jeden respondent není spokojen s chováním a přístupem zaměstnanců ke svému blízkému. Nikdo si nemyslí, že by byli blízcí do něčeho nuceni zaměstnanci. Jediná otázka, kde nejsou výsledky 90 % a vyšší, je dotaz na to, zda znají zaměstnance, který se stará o individuální plán jejich blízkého. 52 % respondentů toto jméno zná a celých 48 % jeho jméno nezná. Zde spatřuji na jedné straně nedostatek zaměstnanců domova, ale možná i nízký zájem opatrovníků a jejich blízké.

Opatrovníků a osob zmocněných klientů domova se zvláštním režimem na dotazník odpovědělo 12. U většiny otázek opět můžeme spatřovat spokojenost, a to jak s chováním zaměstnanců, dostatkem informací, jídla a vybavenosti pokojů a společných prostor. Pouze jeden respondent se domnívá, že je jeho blízký zaměstnanci nucen dělat něco, co nechce. Výraznější nesoulad tedy spatřujeme opět u stejné otázky jako u předchozích dvou skupin. Celá jedna třetina respondentů nezná jméno zaměstnance odpovědného za individuální plán péče jejich blízkého.

Svou drobnou mikrosundu jsem provedl v rámci jednoho ze setkání v ergoterapeutické dílně při běžné činnosti. Přítomných bylo zrovna šest klientů, ale někteří se do povídání nezapojili. Otázky vycházeli částečně z témat ve výše zmíněném dotazníku a témat, kterých jsme se během dřívějších setkání dotkli při povídání.

Na otázku, jak se jim líbí v domově, vyjádřili spokojenost. Paní T. reagovala: „*Aspoň se o starou bábu někdo stará*“. I ostatní klientky jsou rády, že o ně někdo pečuje a mají všeho dostatek. Důležité je také to, že mají možnost sociálního kontaktu s vrstevníky. Právě tento aspekt jsem i já považoval v dílně jako podstatný, to že upletou pár svetrů, jsem vnímal až jako druhotný produkt. Přesto zde vztahy mezi klienty nemusí být vždy ideální. Paní H. popisuje svou zkušenost se spolubydlící na pokoji: „*Vona je hrozná. Vona ví, že jsem nastýdlá, ale pak si tam otevře okno dokořán. A přitom to pak fouká na mě.*“

S přístupem zaměstnanců jsou klientky taky spokojené. „*Tady Hanička je na nás hodná. Ona nás má ráda.*“ říká paní H. o pracovníci ergoterapeutické dílny. Jedině občas uklízečky jsou prý poněkud vlezlé. Jak jsem popsál již výše, většina zaměstnanců jsou ženy,

a proto jsou klientky rády za každého muže. Paní T. odpověděla: „*Jo, pan vedoucí, to je sympaták.*“

Třetí okruh otázek směřoval ke stravování, protože již dříve vyjádřili návštěvnické dílny nespokojenost. „*No to co nám tu vaří, to je hrozný, oni to tady teda nevaří, oni to sem vozí z Český (pozn. sídlo centra soc. služeb) a je to celý takový nemastný neslaný.*“ tvrdí paní K. A paní T. reaguje: „*A porce jsou malý.*“ Proto se klientky vždy těší na vaření v dílně, kdy si mohou bramboráky nebo topinky dochutit dle svého.

Celkově tedy můžeme shrnout, že klientky jsou s pobytem v domově seniorů spokojeny, přesto však najdou drobné výhrady jak v oblasti mezilidských vztahů, tak jídla.

Aktivizace seniorů v praxi Žabčice

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Erika Matyášová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Dům s pečovatelskou službou, Žabčice, Pečovatelská služba Židlochovice

Posláním Pečovatelské služby Židlochovice je pomoc a podpora osobám, které se ocitly v obtížné sociální situaci – seniorům, zdravotně postiženým a rodinám s dětmi. Posláním pečovatelské služby je vést naše klienty k samostatnosti, rozvíjení vlastních schopností při sebeobsluze, nebo při péči o jejich domácnost tak, aby svoji situaci zvládli vlastními silami. Kvalitním poskytováním služby a individuálním přístupem podporujeme klienty zůstat v náročných životních situacích co nejdéle ve svém přirozeném prostředí, žít důstojně a zapojovat se do běžného života společnosti.

Jedná se zejména o terénní službu, ovšem k dispozici je i několik desítek bytů, které se nachází v Domě s pečovatelskou službou.

Složení personálu

- vedoucí pečovatelské služby,
- sociální pracovnice,
- pečovatelka – pedikérka.

Nabízené služby

- pomoc a podpora při podávání jídla a pití,
- pomoc při oblékání a svlékání,
- pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru,
- pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík,
- pomoc při úkonech osobní hygieny,
- pomoc při základní péči o vlasy a nehty,
- pomoc při použití WC,
- dovoz nebo donáška jídla,
- pomoc při přípravě jídla a pití,
- příprava a podání jídla a pití,
- běžný úklid a údržba domácnosti,
- údržba domácích spotřebičů,
- pomoc při zajištění velkého úklidu domácnosti,

- donáška vody,
- topení v kamnech včetně donášky a přípravy topiva, údržba topných zařízení,
- běžné nákupy a pochůzky,
- velký nákup, např. týdenní nákup, nákup ošacení a nezbytného vybavení domácnosti,
- praní a žehlení ložního prádla, popřípadě jeho drobné opravy,
- praní a žehlení osobního prádla,
- doprovázení k lékaři, na orgány veřejné moci a instituce poskytující veřejné služby a doprovázení zpět

Fakultativní úkony

- dohled nad dospělým občanem,
- svoz a dovoz do střediska pečovatelské služby např. na pedikúru,
- ošetření nohou,
- doprovod mimo domov nad rámec základních činností,
- jednoduché ošetrovatelské úkony,
- zprostředkování kadeřnických služeb klientům.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

29. 10. 2013, 3 hodiny: Příprava plakátu, shánění krabiček
1. 11. 2013, 1 hodina: Seznámení s klienty, představení činností, rozdávání krabiček a kytiček
 4. 11. 2013, 4 hodiny: „Vzpomínková krabice“, promítání filmu
 8. 11. 2013, 2 hodiny: Seznámení s novým zařízením
 11. 11. 2013, 3 hodiny: Pomoc při rozvázání obědů
 15. 11. 2013, 3 hodiny: Čtení knihy
 18. 11. 2013, 4 hodiny: Skládání puzzle, pečení bábovky
 22. 11. 2013, 3 hodiny: Procvičování paměti, vzpomínání při prohlížení fotografií
 25. 11. 2013, 3 hodiny: Procházka, hraní karet
 2. 12. 2013, 2 hodiny: Pečení perníčků
 6. 12. 2013, 2 hodiny: Výroba adventního věnce

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Jedna klientka, 76 let.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Seznámení s klienty, představení činností, rozdávání krabiček a kytiček, 1. 11. 2013

První den jsem byla na praxi jen krátce. Z dvaceti čtyř klientů přišly jen tři dámy, což mě trošku zarazilo, ale zase na druhou stranu jsem si říkala, že alespoň budou mít zájem. Představila jsem se jim, seznámila je s náplní mé praxe a s činnostmi, které jsem si pro ně na pár následujících setkání připravila. Vše bylo zaznamenáno na plakátu, který jsem

pro ně vyrobila. Vynechala jsem na něm i místo pro jejich případné nápady a i s příloženou propiskou jsem tento plakát vyvěsila na nástěnkou, aby jej měly na očích nejen tři dámy, které se zúčastnily mojí úvodní hodiny, ale i ostatní, kteří by třeba měli zájem se k nám přidat. Informační část jsme měly za sebou a já jsem se pustila do krátké úvodní činnosti. Rozdala jsem drobné kytičky v malých květináčích a tím jsem chtěla započnout naši spolupráci s takovou vizí, že až budu končit praxi, tak si tyto kytičky společně přesadíme. Dále jsem jim rozdala krabičky. Na ukázkou jsem přinesla vlastní vzpomínkovou krabičku, aby viděly, co po nic vlastně budu do příště chtít, a sice doplnit tyto krabičky o jejich fotografie a různé předměty, které jim někoho nebo něco připomínají, abychom se o tom při dalším setkání mohly pobavit a blíže se poznat. Tím jsem zakončila svoji první návštěvu.

„Vzpomínková krabice“, promítání filmu, 4. 11. 2013

Moje další setkání probíhalo podle mě dobře. Uvařily jsme si kávu a začaly se bavit o vzpomínkových krabičkách. Vytahovaly jsme staré fotografie a zaznívaly nejrůznější historky, občas ukápala i slzička. Povídalý jsme a povídalý, až jsme se dostaly k promítání filmu. Vzhledem k tomu, že jsou všechny dámy, dá se říct, ze stejné vesnice, pustila jsem jim film, který jsem našla na internetu a ve kterém by mohly spatřit sebe nebo své známé. Je to takový dokument sestříhaný z nejrůznějších akcí v Unkovicích za jejich mladých let. Tento dokument se dámám velice líbil a rozběhla se docela dlouhá debata, kdy která jejich kamarádka na co uměla, kdo se kam přestěhoval, kdo se za koho provdal, jak se jmenují vnoučata atd. Myslela jsem, že se jim vzpomínková krabice a promítání filmu líbilo. Nicméně na další aktivizaci už jsem si musela najít jiné zařízení.

Seznámení s novým zařízením, 8. 11. 2013

Pokračovala jsem v praxi v zařízení „Pečovatelská služba Židlochovice“ nebo také „Dům s pečovatelskou službou Židlochovice“. Paní ředitelka byla velice milá a vstřícná, povykládala mi, jaké služby nabízí, vytiskla mi hromadu informačního materiálu a provedla mě po zařízení. Zmiňovala se hlavně o terénní službě, kterou zákazníkům nabízí, ale samozřejmě je v tomto zařízení i několik bytů, ve kterých žijí jak jednotlivci, tak manželé. Ovšem tito lidé sociálních služeb moc nevyužívají, žijí si po svém a maximálně si nechají vozit obědy. Zajímala jsem se tedy o terénní práci, kde bych se mohla jako sociální pedagog realizovat a byla jsem velice zvědavá, co mě na dalším setkání čeká.

Pomoc při rozvážení obědů, 11. 11. 2013

Na další návštěvu jsem si pro jistotu nachystala pár činností, ačkoliv jsem vůbec netušila, co si pro mě paní ředitelka připravila. Bylo mi oznámeno, že na dnešní den pro mě nemá žádnou práci a že jestli bych chtěla, tak že bych mohla pomoci s rozvozem obědů. Tento přístup mě docela zaskočil, ale říkala jsem si, že příště už to jistě bude zajímavější. Pomáhala jsem tedy s rozvozem obědů. Někomu stačilo oběd jen přivést, jiným jsme to chystaly ještě s jednou pracovnící přímo na talíř, počkaly jsme, než klient dojí a následně jsme ještě umyly nádoby. Záleželo na tom, jaké služby si klient ve smlouvě vyžádá. Když jsme se vrátily do zařízení, požádala jsem paní ředitelku, zda by mi nemohla zprostředkovat nějakou práci, která by odpovídala zaměření aktivizace seniorů. Říkala, že se pokusí něco domluvit. Takže jsem odcházela s tím, že příště budu opět jako sociální pedagog rozvážet obědy.

Čtení knihy, 15. 11. 2013

Naštěstí mě čekalo příjemné překvapení. Když jsem přišla po čtyřech dnech na praxi, bylo mi oznámeno, že bych se mohla věnovat jedné staré paní, která žije sama a rodina že za ní téměř nejezdí. Byla jsem velice ráda. Paní ředitelka se mnou za paní hned zajela, abychom se domluvily co a jak. Paní byla velice příjemná, drobounká a na svůj věk poměrně vitální. Zůstala jsem tam s paní sama, protože ředitelka zařízení měla ještě mnoho práce. Povídky jsme si, řekla jsem jí, co mám za praxi, co studuju atd. a paní se zájmem poslouchala. Oznámila jsem jí, že nemám nic na dnešní den připraveného a ona pohotově sáhla po knížce, uvelebila se v křesle a poslouchala. Ani nevím, jak se knížka jmenovala. Víím jen, že to byl jeden z těch druhů literatury, co si kupuje i moje babička a popravdě řečeno u některých pasáží jsem se až červenala. Četla jsem paní zhruba dvě hodinky. Ozval se zvonek a pro mě přijela paní ředitelka, ptala se, co a jak a domluvily jsme se, že za touhle paní budu chodit. Ona je ráda, že tam není sama a já jsem ráda, že konečně s někým pracuji.

Skládání puzzle, pečení bábovky, 18. 11. 2013

Na svoji další návštěvu jsem si přinesla puzzle. Takové ty velké o deseti dílkách. Na menší jsem si netroufla, protože paní špatně vidí. Bavilo ji to poměrně dlouho, snad více než hodinu. Zato já už jsem se začínala nudit a přemýšlela jsem, co budeme dělat jiného. Povídky jsme si s paní a ona se zmínila, že by za ní měla odpoledne přijít nějaká známá na kafičko. Tak jsem paní navrhla, jestli by nechtěla upéct třeba bábovku, když už čeká návštěvu a ona že by ráda, ale že už by to sama asi nezvládla, tak jsem jí samozřejmě navrhla, že bych jí s tím pomohla. A tak jsme se daly do přípravy těsta. Byla to docela zábava. Než se bábovka upekla, daly jsme si kávu a já jsem s dobrým pocitem odcházel domů.

Procvičování paměti, vzpomínání při prohlížení fotografií, 22. 11. 2013

Říkala jsem si, že o paní vlastně nic nevím a tak jsem si připravila pár svých fotek a doufala, že se ke mně přidá a také mi ukáže něco ze své minulosti. Paní byla nadšená, hned začala tahat krabice s fotkami a vykládala a vykládala. Zazněla spousta historek, hodně mluvila o svém manželovi, o dětech. Bylo na ní vidět, že je jí líto, že za ní skoro nejezdí. Vykládala mi, co prováděla s kamarády jako dítě, odkud pochází a tak. Udělaly jsme si takové nostalgické dopoledne. Dopila jsem kávu, pomohla paní nachystat oběd a odešla domů.

Procházka, hraní karet, 25. 11. 2013

Když jsem přijížděla k paní, říkala jsem si, že by byla škoda pořád jen sedět doma. Venku bylo krásně a já jsem si řekla, že paní vezmu alespoň na krátkou vycházku. Když jsem jí to oznámila, nebyla příliš nadšená, tvrdila, jak jí všechno bolí a jak se jí nic nechce atd., ale nakonec jsem paní přesvědčila a vyrazily jsme do místního parku. Paní špatně chodila, tak jsem jí musela podpírat, ale šly jsme docela rychle. Vzaly jsme to přes náměstí přímo do parku. Tam jsme se samozřejmě u první lavičky zastavily, protože paní si potřebovala odpočinout. Chvilku se vydýchala a pokračovaly jsme dál. Po cestě zpátky mi vykládala, že už dlouho takhle nikde nebyla a že by občas na tu procházku zašla, ale že se sama bojí, že by to nezvládla a že s tím nechce nikoho obtěžovat. Když jsem s paní přišla domů, samozřejmě hned začala vařit kávu. Mezitím jsme si povídky a já jsem se

zmínila, že jsem kdysi s babičkou hrávala karty a že to babičku velice bavilo. A paní hned začala hledat karty, že si taky zahrajeme, že už teda ani neví, jak se to hraje, ale že by to chtěla zase po dlouhé době zkusit. Hrály jsme „válku“, nejjednodušší hra. Zahrály jsme to dvakrát, mezitím jsem dopila kávu a chystala se k odchodu.

Pečení perníčků, 2. 12. 2013

Paní se mi svěřila, že na vánoční svátky za ní přijedou děti s vnučaty a že se na ně velice těší. Že jim ale nemá co nabídnout a v obchodě je všechno předražené, že by chtěla alespoň to cukroví udělat. Tak jsme se s paní pustily do výroby perníčků. Těsto našťestí dělala ona, protože kdyby to nechala na mě, asi by to nedopadlo moc dobře. Nehledě na to, že první plech jsem samozřejmě spálila. Zůstala jsem tedy u vykrajování. Paní mezitím hlídala perníčky a připravovala polevu. Když perníčky vychladly, daly jsme se do zdobení, ale paní to brzo vzdala, hodně se jí klepaly ruce, a jak už jsem zmiňovala, oči taky už moc dobře nesloužily. Takže i přesto, že zůstalo zdobení na mě, bych řekla, že se perníčky velice povedly. Domluvily jsme se spolu, že na příští setkání přinesu nějaké ozdoby a svíčky a vyrobíme si adventní věnec.

Výroba adventního věnce, 6. 12. 2013

Na posledním setkání jsme vyráběly adventní věnec. Občas jsem paní něco pomohla udělat, jinak, dá se říct, celý věnec vyrobila sama. Bylo to takové zvláštní setkání, trochu mě mrzelo, že za ní teď nebude nikdo chodit a ona tu bude pořád sama. Povídalý jsme si o Vánocích, jak je kdo slaví, jak je dříve slavila ona a přitom jsme již tradičně popíjely kávu. Když jsme se loučily, dala jsem jí jako dáreček za ochotu se mnou spolupracovat jednu z původních dvaceti čtyř kytiček, které byly původně určeny pro seniory v Žabčicích.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Svoji praxi bych zhodnotila jako poměrně vydařenou. Ačkoliv jsem paní nijak moc neaktivizovala, byla jsem ráda, že jí mohu alespoň dělat společnost. Popravdě řečeno, představovala jsem si celkově svoji praxi trochu jinak.

Chtěla jsem pracovat se skupinkou lidí a dělat s nimi různé terapie (reminiscenční, arteterapii, muzikoterapii a jiné) a chtěla jsem je posunout trochu někam jinam, ukázat jim spoustu věcí, které se dají ještě v jejich věku dělat.

Bohužel jsem se setkala spíše s opovržením vůči jakékoliv snaze jim pomoci. A myslím si, že člověk může mít připravený sebelepší program, ale pokud je senior zatrpklý a nic se mu nechce už z principu, nemá smysl s ním ztrácet čas a přesvědčovat ho. Tím spíš, že jsou tady jiní lidé, kteří ocení zájem někoho druhého, spokojí se jen s naší přítomností a je jim jedno jestli jim čtete nebo s nimi děláte třeba muzikoterapii. Pro tyhle lidi je důležité, že si jich někdo druhý všímá.

A vlastně si myslím, že není důležité, aby senior vnímal, že je aktivizován, ale podle mě je hlavní, aby aktivizace probíhala spontánně a vycházela ze zájmu obou stran, pak má podle mě smysl.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Téma výzkumu: Co mě naplňuje, co mě těší v domově pro seniory

V rámci mojí praxe v domově pro seniory jsem provedla výzkum spokojenosti klientů s jejich životem v tomto zařízení. Požádala jsem o vyplnění dotazníku 20 seniorů; z nich odevzdalo vyplněný dotazník 14 osob.

Vyhodnocení dotazníku

1. Jak jste spokojena/spokojen s ubytováním v domově pro seniory?

zcela spokojen 2

spíše spokojen 6

částečně spokojen 4

spíše nespokojen 2

nespokojen 0

2. Žijete v domově:

sama/sám 9

s partnerkou/partnerem 5

3. Navštěvují Vás příbuzní/členové rodiny?

každý týden 4

jednou měsíčně 3

jednou za půl roku 3

velmi zřídka 2

vůbec ne 2

4. Navštěvujete vy svoji rodinu?

každý týden 1

jednou měsíčně 5

jednou za půl roku 2

velmi zřídka 3

vůbec ne 3

5. Těšíte se na taková setkání?

ano, vždy 5

spíše ano 4

ani ne 1

spíše ne 2

vůbec ne 2

6. Máte dostatečné možnosti kulturního vyžití?

ano 5

spíše ano 7

ani ne 1

spíše ne 1
vůbec ne 0

7. Chodíte ráda/rád na společenské akce pořádané domovem pro seniory?

ano, vždy 2
spíše ano 5
ani ne 3
spíše ne 3
vůbec ne 1

8. Podílíte se aktivně na jejich přípravě?

ano, vždy 2
spíše ano 5
ani ne 2
spíše ne 3
vůbec ne 2

9. Chodíte společně s jinými klienty do přírody?

ano, vždy 3
spíše ano 6
ani ne 3
spíše ne 1
vůbec ne 1

10. Chodíte společně s jinými klienty na sportovní akce?

ano, vždy 0
spíše ano 4
ani ne 4
spíše ne 2
vůbec ne 4

11. Upřednostňujete individuální aktivity?

ano, vždy 2
spíše ano 4
ani ne 4
spíše ne 2
vůbec ne 2

12. Jaká je vaše běžná oblíbená činnost? (např. četba, ruční práce, vaření, sledování TV ...)

hraní karet 2
vaření 3

pletení 1
sledování TV 3
procházka 4
výlety 1

13. Která činnost vám během dne zabere nejvíce času?

sledování TV 3
vaření 2
úklid 2
spánek 3
procházka 1
posezení s přáteli 3

14. Máte mezi ostatními klienty přátele?

ano 5
spíše ano 4
ani ne 3
spíše ne 2
vůbec ne 0

15. Využíváte moderní informační technologie (internet)?

ano, denně 0
spíše ano 0
ani ne 1
spíše ne 5
vůbec ne 8

16. Kolik hodin denně strávíte sledováním televize?

nesleduji 0
do 2 hodin 1
do 4 hodin 2
do 6 hodin 8
více než 6 hodin 3

17. Máte nějaký oblíbený televizní program?

seriály 5
zprávy 2
naučné 1
sport 2
vaření 2
nevím 2

18. Co ve vašem současném životě nejvíce postrádáte?

větší kontakt s rodinou 3

smysluplnou práci 4
dostatek peněz 2
soulad 2
nezávislost 1
smysl života 2

19. Uvítali byste širší nabídku aktivit ze strany vedení domova?

ano 1
spíše ano 6
nevím 5
spíše ne 2
vůbec ne 0

ZÁVĚR

Vzhledem k malému počtu respondentů nelze získaná data příliš zobecňovat. Lze však říci, že vyšší spokojenost vykazují respondenti, kteří žijí v domově s partnerkou/partnerem. Tito lidé spatřují naplnění svého současného života v aktivním udržování sociálních kontaktů, často se účastní různých aktivit, ať společných nebo individuálních. Jsou celkově pozitivněji naladěni. Sem patří i respondenti, kteří sice žijí sami, ale udržují časté a pravidelné kontakty se svou rodinou.

Naopak nejméně naplnění se cítí klienti bez partnera, kteří se většinou ani nestýkají s rodinou a trpí tedy deficitem sociálních vazeb. Tito lidé jsou většinou pasivní, nemají zájem o žádné aktivity a většinu času tráví u televize (sledují programy bez jakéhokoliv výběru).

PŘÍLOHA

Dotazník: Co mě naplňuje, co mě těší v domově pro seniory

1. Jak jste spokojena/spokojen s ubytováním v domově pro seniory?

zcela spokojen – spíše spokojen – částečně spokojen – spíše nespokojen – nespokojen

2. Žijete v domově:

sama/sám – s partnerkou/partnerem?

3. Navštěvují Vás příbuzní/členové rodiny?

každý týden – jednou měsíčně – jednou za půl roku – velmi zřídka – vůbec ne

4. Navštěvujete vy svoji rodinu?

každý týden – jednou měsíčně – jednou za půl roku – velmi zřídka – vůbec ne

5. Těšíte se na taková setkání?

ano, vždy – spíše ano – ani ne – spíše ne – vůbec ne

6. Máte dostatečné možnosti kulturního vyžití?

ano – spíše ano – nevím – spíše ne – vůbec ne

7. Chodíte ráda/rád na společenské akce pořádané domovem pro seniory?

ano, vždy – spíše ano – ani ne – spíše ne – vůbec ne

8. Podílíte se aktivně na jejich přípravě?

ano, vždy – spíše ano – ani ne – spíše ne – vůbec ne

9. Chodíte společně s jinými klienty do přírody?

ano, vždy – spíše ano – ani ne – spíše ne – vůbec ne

10. Chodíte společně s jinými klienty na sportovní akce?

ano, vždy – spíše ano – ani ne – spíše ne – vůbec ne

11. Upřednostňujete individuální aktivity?

ano, vždy – spíše ano – nevím – spíše ne – vůbec ne

12. Jaká je vaše oblíbená činnost? (např. četba, ruční práce, vaření, sledování TV, ...)

13. Která činnost vám během dne zabere nejvíce času?

14. Máte mezi ostatními klienty přátele?

ano – spíše ano – ani ne – spíše ne – vůbec ne

15. Využíváte moderní informační technologie (internet)?

ano, denně – spíše ano – ani ne – spíše ne – vůbec ne

16. Kolik hodin denně strávíte sledováním televize?

nesleduji – do 2 hodin – do 4 hodin – do 6 hodin – více než 6

17. Máte nějaký oblíbený televizní program?

18. Co ve vašem současném životě nejvíce postrádáte?

19. Uvítali byste širší nabídku aktivit ze strany vedení domova?

ano – spíše ano – nevím – spíše ne – vůbec ne

Kociánka – místo pro aktivní stáří

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Jana Böhmová, Barbora Němcová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Kociánka

Domov pro seniory Kociánka, Brno je příspěvkovou organizací, kterou finančně podporuje a jejím zřizovatelem je statutární město Brno. Objekt na ulici Kociánka se nachází na rozhraní katastrálního území Králova Pole a Sadová na adrese Kociánka 1/8, 612 00 Brno. Na této adrese sídlí také správa společnosti. Objekt se nachází uprostřed téměř šesti hektarového lesoparku, který je všem klientům volně přístupný.

Kapacita zařízení na ulici Kociánka je celkem 329 lůžek, z čeho je 58 lůžek pro klienty se „zvláštním režimem“. V současné době je tento stav naplněn.

V zařízení pracuje velké množství zdravotnického a pomocného personálu. Našimi ústředními spolupracovníky byl tým 5 ergoterapeutek, které v domově zajišťují veškeré aktivizační služby.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 21. 10. 2013, 9.00–13.00: Seznámení se s chodem zařízení, seznámení se s klienty, návrh aktivit, školení BOZP, podpisy smluv
2. 31. 10. 2013, 8.00–13.00: Aktivizační techniky zaměřené na posilování paměti
3. 8. 11. 2013, 8.00–13.00: Biblioterapie, zpěv, pečení
4. 15. 11. 2013, 8.00–13.00: Trénink kognitivních funkcí, dílna
5. 4. 12. 2013, 8.00–13.00: Dílna, pečení
6. 13. 12. 2013, 8.00–13.00: Trénink kognitivních funkcí, dílna

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Velikost skupin na jednotlivých dílnách byla dosti proměnlivá. Možno shrnout, že jsme souhrnně pracovaly s 60 v nejrůznějším důchodovém věku.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DŇÍ

Seznámení se s chodem zařízení, 21. 10. 2013

Během tohoto dne jsme se postupně seznámily zejména s personálem (sociálními pracovníky a ergoterapeuty) a jejich náplní práce. V úvodu dne jsme strávily poměrně

dlouhou dobu úvodními školeními, bezpečnostními pravidly a dalšími organizačními nutnostmi spojenými s chodem zařízení. Vedoucí ergoterapeutka nás provedla po zařízení, seznámila s jednotlivými odděleními, během čehož jsme se poprvé také setkaly s jednotlivými klienty, chvíli si asi s třemi povídaly. Celý den v nás zanechal velmi pozitivní dojem.

Aktivizační techniky zaměřené na posilování paměti, 31. 10. 2013

Dnes jsme se seznámily s oddělením č. 7, které je organizováno jako „se zvláštním režimem“ (určeno pro klienty zejm. s demencí a ztíženou orientací). Během aktivizace na tomto oddělení jsme společně s ergoterapeutkou provedly trénink kognitivních funkcí za pomoci doplňování nejrůznějších přísloví, pranostik, rčení, hádanek a podobně. Během tohoto bloku jsme též zpívaly (jednotlivé písně si vybírali přímo klienti – vzpomínali na názvy). Zpěv ergoterapeutka považuje za nejvděčnější formu tréninku kognitivních funkcí, jelikož během něj klienti vzpomínají na text. Zároveň zpěv velmi pozitivně působí na jejich psychický stav a podněcuje ke vzpomínkám na příjemné životní okamžiky. Zkušenost z tohoto oddělení nás poměrně výrazně namotivovala k dalším aktivitám v zařízení. Po lekci jsme se detailně seznámily s vedením povinné dokumentace jednotlivých klientů. Díky tomuto jsme si uvědomily, že činnost ergoterapeutů spočívá také v nezbytné administrativě (a poměr administrativních úkonů že je téměř poměrný k aktivizačním činnostem).

Po návratu z oddělení jsme se zapojily do činností ve velké dílně. U jednotlivých připravených stolů jsme s klienty komunikovaly – já u stolu s korálky.

Biblioterapie, zpěv, pečení, 8. 11. 2013

Dnes jsme na oddělení č. 7 realizovaly biblioterapii. Předčítaly jsme z rozečtené knihy Gabra a Málinka. V úvodu jsme klientům připomněly, kdo jsou hlavní postavy, o čem se psalo v předchozích kapitolách a na co se můžeme těšit v té dnešní. Následovalo přečtení kapitoly z knihy. Po jejím skončení, jsme opět obsah zopakovaly a chvíli o něm s klienty diskutovaly. Tato činnost ve většině klientů vyvolávala viditelně líbivé pocity – usmívali se, přitakávali, vzpomínali na své mládí. Na závěr jsme opět s klienty zpívali (několik jimi vybraných písní).

Po návštěvě tohoto oddělení jsme v rámci dílny s dvěma klientkami pekly vánoční perníkové chaloupky, které jsou určeny na výzdobu zařízení.

Trénink kognitivních funkcí, dílna, 15. 11. 2013

Dnes jsme se seznámily s druhým oddělením se „zvláštním režimem“ – č. 8. Zde jsme realizovaly trénink kognitivních funkcí za pomoci připravených tabulek s předměty běžných ke každodenním úkonům. Jednotlivé tabulky klienti pojmenovávali, ke každé jsme přiřazovali jim podobné předměty (boty, ponožky, kalhoty ...), příp. na jejich základě rozvíjely další asociace (vyjmenovávali barvy, měsíce v roce, dny v týdnu ...). Na začátku i na konci lekce jsme uvedly, co je dnes za den, měsíc, jaké je počasí, roční období, kdo má svátek (příp. známe-li někoho s takovým jménem) a uvedly, na co se mohou těšit k obědu. Podobný proces jsme realizovaly také na konci lekce, přičemž jsme se snažily odpovědi získávat především od klientů.

Dílna, pečení, 4. 12. 2013

Dnes jsme se zapojily do chodu dílny. Podílely jsme se na její organizaci – příprava jednotlivých stanovišť, vítání a usazování klientů, pohoštění klientů kávou apod. Následně jsme velkou část dílny strávily na stanovišti s Fimem, kde jsme společně s třemi klientkami vyráběly vizitkovníky a lžičky. Během jednotlivých činností v dílně (draní, šití, třídění korálků, člověče nezlob se a formičky) v dílně vzniká množství situací, na které je personál nucen reagovat (vulgarity či vtipkování, vyprávění, pláč apod.). Domnívám se, že i v rámci těchto „činností“ jsme byly platnými členy týmu – s klienty jsme komunikovaly, poslouchaly jejich vyprávění, reagovaly na případný pláč, který některé emočně vypjaté situace vyvolaly, zapojovaly do dílny u dveří postávající

Závěrem dne jsem se zapojila do vánočních příprav. Se čtyřmi klientkami jsme pekly vánoční cukroví, následně společně dílnu uklidily.

Trénink kognitivních funkcí, dílna, 13. 12. 2013

Dnes jsme se s klienty, kteří chodí do dílny (v čase dílny) zaměřily na trénink kognitivních funkcí. Nejprve jsme v dílně všechny usadily, přivítaly, rozdaly kávu a pro ty, kteří se s námi ještě nesetkali, jsme se představily. Následně jsme společně s klienty dali dohromady, jaký je den, datum a roční období. Rozebraly jsme jméno, jež dnes slavilo svátek – Lucie. S klienty jsme vzpomínali na známé s tímto jménem, připojovali k němu jednotlivé vzpomínky a příběhy, jméno propojili se známými osobnostmi a základními informacemi o jejich osobě – tato část klienty velmi zaujala, doplňovali také informace o jednotlivých známých osobnostech, které znají z nejrůznějších médií. Následně jsme pracovaly s připravenými obrázky, na kterých byly zobrazeny nejrůznější předměty. Dané předměty klienti pojmenovávali, přiřazovali k nim podobné či s nimi související předměty a dále jsme s nimi tvořili vtipné sousloví, věty či krátké příběhy. Tato aktivita, ač může vypadat poměrně náročně, měla velmi dobrý ohlas. Klienti tvořili velmi zajímavé příběhy, jež měly velmi často také velmi vtipný podtext. Některé z příběhů jsme dokonce zaznamenaly, klient, který se učí na PC, je následně přepsal do elektronické podoby a my je vytiskly. Zanechaly jsme je místním ergoterapeutkám, které slíbily, že je v dalších dnech zarámují a najdou pro ně vhodné místo.

ZHODNOCENÍ PRAXE

V rámci této praxe a souvisejících supervizí, v rámci kterých jsem se seznámila zevrubně s chodem i jiných zařízení, jsem si uvědomila, jak důležité je při práci v zařízeních pro seniory kolektiv personálu. Nikdy jsem se nedomnívala, že bych mohla pracovat s touto cílovou klientelou, nicméně v rámci praxe jsem zažila obrovské množství příjemných okamžiků, které mě naplňovaly velmi hřejivým pocitem. Uvědomila jsem si však, že velký úděl na tomto příjemném prostředí tvořil právě ergoterapeutický kolektiv, který pozitivní atmosféru rozléval mezi své klienty.

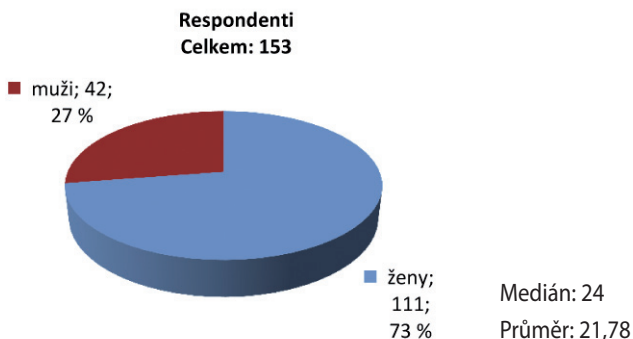
I přesto, že nevidím své budoucí uplatnění v zařízení podobného typu, i z důvodu, že si s sebou nesu určitá traumata z dětství spojená s odchodem mých prarodičů, musím konstatovat, že se jednalo o velmi příjemnou zkušenost. S ohledem na výzvu vedoucí ergoterapeutky, abychom jí na poslední setkání přinesly také své životopisy, že by si je ráda založila pro případ, že jí vypadne někdo z týmu, domnívám se, že jsme se naší praxe zhostily kvalitně a se ctí.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Sestavily jsme krátký otazníček, resp. anketku, ve kterém jsme se zaměřily na vnímání stáží lidmi v našem okolí. Dotazník se skládal z pouhých pěti otázek rozdělených do dvou částí. První část se zaměřovala na základní demografické údaje, tj. věk a pohlaví. Druhé části už jsme se zaměřily na samotné téma. Respondentů jsme se ptaly na následující 3 otázky:

1. Napište první slovo, které vás napadne v souvislosti se slovem STÁŘÍ.
2. Od kolika let považujete člověka za STARÉHO?
3. Napište první slovo, které vás napadne v souvislosti se souslovím DOMOV PRO SENIORY.

Celý otazníček jsme měly připravený v on-line verzi a distribuovaly jsme jej výhradně přes sociální síť Facebook (naším cílem bylo oslovit větší množství našich vrstevníků). S ohledem na krátkost a jednoduchost dotazníčku jsme během několika málo dní získaly odpovědi od až neuvěřitelných 153 respondentů. Genderově byli respondenti rozloženi následovně: Ženy: 111, Muži: 42. Věkově jsme oslovily poměrně širokou škálu respondentů, a to v rozmezí 14–68 let. Nicméně hlavní podíl tvoří respondenti ve věku 22–27 let.



Odpovědi na asociační výzkumné otázky jsme rozdělily do třech hlavních skupin – s pozitivním, negativním a neutrálním nádechem a originální odpovědi /tedy ty, které nebylo možno nikam zařadit, příp. velmi vyčnívají). Z těchto lze vytvořit následující závěry:

Napište první slovo, které vás napadne v souvislosti se slovem STÁŘÍ.

POZITIVNÍ	dědeček, babička, prarodiče...	16
celkem 39	moudrost	7
	úcta	6
	volno, pohoda, klid	5
	vnoučata	2
NEUTRÁLNÍ	důchod	20
celkem 54	vrásky, šediny	10
	věk	9

	důchodce, senior, starý člověk	8
	odpočinek	3
	domov seniorů, důchodců	2
NEGATIVNÍ	nemoc	18
celkem 93	smrt, konec	7
	slabost, bezmoc	5
	bolest	3
	samota	3
ORIGINÁLNÍ	opice	1
	40	1
	fajfka	1
	ageismus	1
	berle	1
	bílá	1
	nostalgie	1
	gerontofil	1
POZITIVNÍ	klid	6
celkem 22	společnost, komunita, sdílení	5
	pomoc	3
	bezpečí	2
NEUTRÁLNÍ	péče	18
celkem 71	stáří	5
	babička	4
	stařečkové, babičky...	3
	důchodce	3
	důchod	3
	ústav	2
	postel	2
	hůl	2
NEGATIVNÍ	smutek	8
celkem 60	samota	7
	dožití	3
	nuda	3

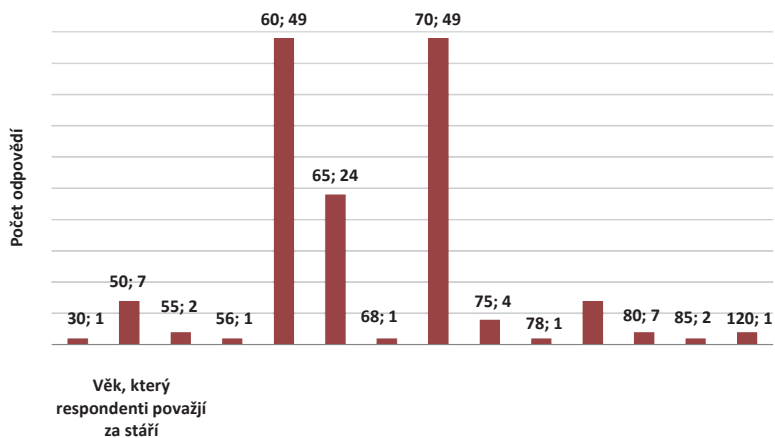
	hrůza	3
	smrt	2
	konečná	2
	bída	2
ORIGINÁLNÍ	naděje	1
	kalba	1
	velký dům s vrátnicí	1
	luxus	1
	bačkory	1
	exkurze, praxe, práce	1
	umírárna	1
	špatné jídlo	1
	smrad	1
	protivní důchodci	1
	business	1

Napište první slovo, které vás napadne v souvislosti se souslovím **DOMOV PRO SENIORY**.

V odpovědích lze bohužel pozorovat výrazný negativní pohled respondentů na stáří.

Co se týče otázky číslo 2, tedy věk, od kterého respondenti považují člověka za starého, znázorňuje následující graf.

Od kolika let považujete člověka za STARÉHO?



Malými krůčky k aktivnějšímu životu

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Jitka Tesařová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov seniorů Santini, optimální péče v domově se zvláštním režimem, Křtiny u Brna

Domov seniorů Santini je domov se zvláštním režimem, který se nachází v krásném prostředí Moravského krasu v nově zrekonstruované budově v centru poutního místa Křtiny přímo naproti krásnému baroknímu chrámu. Budova má celkově 2 patra, do kterých se klienti vzhledem ke svému zdravotnímu stavu přepravují výtahem a s pomocí různých zdravotních pomůcek. K domovu patří také krásná zahrada, která slouží jak pro procházky, tak na příjemné posezení či aktivity. Maximální kapacita je 50 lůžek, jedná se převážně o dvoulůžkové až třílůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením. V přízemí se nachází výdejna jídel, pečovatelská místnost pro zdravotní personál a jídelna, která současně funguje jako kulturní místnost. Momentálně je v domově 41 seniorů ve věku 78–98 let.



Motto

„Ve stáří je ukryta moudrost – je potřeba naučit se správně tázat. Podzim života prožít v důstojnosti a s láskou.“

Režim dne

Ranní hygiena a převlečení do denního oděvu:	7.00–8.30
Snídaně:	8.00–9.00
Dopolední aktivizační program (ergoterapie, rehabilitace):	9.30–11.30
Oběd:	11.30–12.30
Polední klid:	12.30–14.30

Odpolední program (ergoterapie, procházky, čtení):	od 14.30
Svačina:	15.00–16.00
Večeře:	od 18.00
Večerní hygiena:	19.00–23.00

Poslání a cíl

Posláním domova je pomáhat uživatelům překonávat zdravotní i sociální obtíže a kvalitativní zlepšení života v seniorském věku, kterou je prováděno formou nepřetržitého provozu s komplexem služeb, poskytovaných kvalifikovaným personálem.

„Cílem služby je zachování, případně další rozvoj získaných sociálních a společenských návyků a dovedností.

Tzn.:

- *Podporovat uživatele v co největší míře samostatnosti.*
 - o *vytvoření příjemného, podnětného a bezpečného domova,*
 - o *rozvoj nebo udržení schopností, dovedností a znalostí klienta a jejich využití v běžném životě,*
 - o *nabídnout klientům z jejich pohledu smysluplné aktivity,*
 - o *motivovat uživatele k aktivnímu životu.*
- *Podporovat vytváření dobrých mezilidských vztahů – uživatelé navzájem, uživatelé a zaměstnanci, zaměstnanci navzájem.*
- *Podporovat kontakty s rodinou, přáteli a osobami blízkými.*
- *Podporovat kontakty s přirozeným prostředím.*
- *Zajistit bezpečné prostředí nastavením srozumitelných pravidel života a soužití s ostatními.*
- *Vytvářet podmínky pro růst kvalifikace personálu.“*

Cílová skupina

Cílovou skupinou jsou díky nepřetržité péči domova chronicky nemocní senioři trpící různými nemocemi a demencí, kteří se o sebe z důvodu snížené soběstačnosti nedokážou sami postarat a u kterých již nelze zajistit péči poskytovanou v domácím prostředí. *„Služba není poskytována osobám, jejichž zdravotní stav vyžaduje ústavní péči ve zdravotnickém zařízení, osobám, které nejsou schopny pobytu v zařízení v důsledku akutní infekční nemoci, osobám společensky a sociálně nepřizpůsobivým a osobám, jejichž chování z důvodu nadměrného požívání alkoholických nápojů a návykových látek by závažným způsobem narušovalo kolektivní soužití.“*

Složení personálu

- Mgr. Hana Německá, ředitelka,
- Mgr. Helena Kučová, manažerka a sociální pracovnice,
- Michaela Pořízková a Hana Šimková, ergoterapie,
- Bc. Modrovičová Paulína, fyzioterapie,
- Dis. Andrášová Andrea, staniční sestra.

Na chodu domova se dále podílejí zdravotní sestry, pečovatelky, uklízečky, kuchařka. Domov má také svého lékaře, který sem v případě potřeby dochází.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 25. 10. 2013, 16.00–18.00: Informace o domově a klientech, služby a možnosti práce
2. 29. 10. 2013, 7.00–16.00: Seznámení se schodem zařízení a klienty
3. 31. 10. 2013, 10.00–18.00: Uctění památky zesnulých, oslava narozenin
4. 14. 11. 2013, 10.00–13.00: Hry na posilování paměti, konzultace s ergoterapeutkami
5. 19. 11. 2013, 9.30–11.30: Pečení perníčků
6. 22. 11. 2013, 9.30–13.30: Zdobení perníčků
7. 28. 11. 2013, 9.30–12.30: Čtení, povídání a kreslení mandal

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Jelikož v tomto domově mají jednu velkou společnou místnost, která je využívána jako jídelna i kulturní místnost a při jídle či ve volném čase se tam scházejí všichni, tak jsem v průběhu celé praxe pracovala se všemi klienty, tzn. se 41 seniory ve věku 78–98 let.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DŇÍ

Informace o domově a klientech, služby a možnosti práce, 25. 10. 2013

První dvouhodinové setkání proběhlo pouze s ergoterapeutkou Míšou (na fotce vlevo), která v domově již delší dobu pracuje a zároveň je mou kamarádkou. Sešly jsme se tedy v restauraci na kávu, kde jsme se na mé praxi domlouvaly. Domluvily jsme si dny, kdy budu chodit a povídaly jsme si také o klientech, kteří službu v domově ve Křtinách užívají. Dozvěděla jsem se mnoho informací o chodu i o klientech domova, jelikož ještě před prací ergoterapeutky pracovala jako pečovatelka ve stejném domově, takže má mnoho zkušeností, které mi mohla předat. Dozvěděla jsem se o nemocech, které doprovází stáří a vyskytují se u klientů právě tohoto domova. Zasmály jsme se u vtipných historek z praxe a doporučila mi aktivity, které si mám připravit a popovídala mi o těch aktivitách, které se seniory dělají oni. Celkově jsem za toto setkání velmi vděčná, protože mě tak připravila na to, co mě čeká a já jsem po příchodu do domova nebyla tak překvapená, jelikož jsem věděla, do čeho jdu.

Seznámení se schodem zařízení a klienty, 29. 10. 2013

Chtěla jsem si vyzkoušet celou pracovní dobu aktivizačního pracovníka, zajímalo mě, co celou dobu dělá, jaká je náplň jeho práce a zda bych to zvládla. Proto jsem hned první den šla s aktivizační pracovnící na 7. hodinu do práce a zůstala jsem tam s ní až do konce její směny, který byl v 16.00. Den začal tak, že se všichni pracovníci v 7 hodin sešli v kulturní místnosti, aby si řekli, jaké se udály přes noc změny, a popovídali si o problémech, které nastaly. Poté proběhlo také seznámení se mnou – popovídali jsme si o mém oboru a také o důvodech proč na praxi jsem. Po této krátké poradě šel každý z pracovníků za klienty a byla prováděna ranní hygiena. Pak jsem byla seznámena s chodem zařízení a Míša mě provedla po celém areálu, abych se zde alespoň trochu orientovala.

K mému překvapení i aktivizační pracovníci ráno pomáhají s hygienou, takže i já jsem šla. Nedělala jsem však žádnou těžkou práci, doprovázela jsem pouze klienty do koupelny a podávala jim potřebné věci, pak je zase doprovodila k lůžku. Jejich důvěru jsem si hned získala, myslím, že to bylo tím, že jsem měla stejné oblečení jako zdejší pracovníci, takže bylo pro klienty přirozené se mnou komunikovat. S klienty jsem si povídala, vykládali mi historky ze svého života, ale také svěřovali svá trápení a bolesti. Překvapilo mě, jak někteří senioři reagovali, skoro každý z nich chtěl, abych se k nim posadila a povídala si s nimi.

Od 9. hodiny jsem doprovázela klienty do spodního patra do jídelny, kde mají snídani. Někteří klienti jsou bohužel imobilní a nedokážou se sami najíst, proto bylo i náplní mé práce pomoci s krmením. Od 10.00 hodin probíhá dopolední aktivizační program a v tuto hodinu přichází také druhá aktivizační pracovníce. Každé úterý, jak jsem již věděla, klienti něco sladkého či slaného pečou. Tentokrát se pekla pizza. Několik klientů, kteří chtěli péct, se posadili okolo jednoho stolu a začali pracovat. Někdo stříhal pečicí papír, jiný válel těsto a další ho skládal na plech, ostatní dávali na těsto suroviny. Já jsem při této aktivitě pomáhala tam, kde bylo potřeba. Klienti, kteří se do pečení nezapojili, se dívali na televizi nebo postě jen tak seděli. Z tohoto jsem byla velmi překvapená, jelikož u nich nedocházelo k žádné aktivizaci. Ale jak jsem si již sama všimla při kapacitě personálu a pouze 2 aktivizačních pracovníků není možné zaměstnat všechny, jelikož každý klient má individuální potřeby a je třeba se mu také individuálně věnovat.

Doba oběda je od 11.30, proto se všechna práce v tuto hodinu ukončí a jde se jíst. Při obědě jsem opět pomáhala s krmením. Po obědě jsem pomohla s doprovodem klientů na pokoje, kteří mají odpočinek. V krátké pauze, kdy klienti měli odpočívat, jsem byla s ostatními na sesterně a mohla si tak popovídat s pracovníky o svých pocitech a zeptat se jich na další informace, které mě zajímaly. Poté jsem navštívila některé klienty na pokojích, abych si s nimi popovídala. V 15.00 hodin je svačina, opět jsem doprovázela klienty do jídelny a pomohla s krmením. Na svačinu byla pizza, kterou si klienti předtím sami upekli. Po svačině jsem opět pomohla s doprovodem klientů, kteří chtěli na pokoj, a poté už jela domů.

Tato směna pro mě byla velmi náročná, jelikož jsem dle svého přání byla zapojena do veškeré práce, kterou aktivizační pracovníce dělá. Dalo mi to ale možnost sledovat, jak pracují ostatní pracovníci, hlavně Míša, protože jsem byla celou dobu s ní a hodně mi to dalo.

Uctění památky zesnulých, oslava narozenin, 31. 10. 2013

Mým druhým setkáním se seniory byla zase celá osmihodinová pracovní doba, tentokrát odpolední. Tím, že jsou ergoterapeutky v domově 2, střídají si ranní a odpolední směnu. A já jsem si chtěla vyzkoušet obě směny. Na praxi jsem šla tentokrát na 10.00 hodin.

Dopolední aktivizační program byla rozcvička, kterou jsem absolvovala společně s fyzioterapeutkou. Při této rozcvičce jsem pouze vypomáhala a dívala jsem se, jaké cviky je možné s klienty provádět. Jelikož bylo den před svátkem VŠECH SVATÝCH, bylo na dopoledním programu uctění dušiček, na které jsem si připravila krátké povídání o tomto svátku, nahlas jsme se pomodlili krátkou modlitbu za dušičky a poté jsme zapálili svíčky. Svíčky jsme zapalovali v domově z toho důvodu, že někteří lidé se nedostanou na hřbitov, aby mohli zapálit svíčku, tak jsme jim to alespoň takhle zprostředkovali. Při této

aktivitě byla velmi smutná atmosféra, někteří i plakali. V místnosti zavládlo ticho a každý asi myslel na své blízké zesnulé. Po zapálení všech svíček jsme se snažili atmosféru trochu uvolnit a povídali jsme si s klienty na téma podzim. Poté následoval oběd a já jsem opět pomáhala s krmením a doprovázela klienty na pokoje.

Po krátkém odpočinku jsem šla s Míšou a několika klienty na procházku, jelikož bylo velmi pěkné počasí. Po cestě jsme si povídali a užívali si sluníčka. V tento den měl jeden z klientů své 89. narozeniny, a proto byla na odpoledne naplánovaná malá oslava. Jelikož v tomto týdnu měli narozeniny celkem 3 klienti, slavili všichni společně. Stoly v jídelně byly svátečně upraveny a rodina jednoho z oslavenců přivezla dorty pro všechny klienty, každý dostal kousek dortu a mohlo se oslavovat. Pro hezkou atmosféru byla puštěna hudba. S klienty jsme si připili, někteří i zatancovali a povídali jsme si, celkově byla oslava velmi vydařená.

Hry na posilování paměti, konzultace s ergoterapeutkami, 14. 11. 2013

Dopolední program začal rozcvičkou pod vedením fyzioterapeutky a já jsem jí pomáhala s klienty, ukazovala jim, jak správně cviky dělat a držet pomůcky. Po rozcvičce jsem si připravila aktivitu na procvičování paměti tzv. Kimovku. Jak jsem již psala výše, v domově jsou převážně klienti s demencí, tak každý z nich potřeboval nějakým způsobem upravit pravidla, proto jsem tuto hru hrála s každým individuálně. Do krabice jsem dala 15 předmětů, které klienti běžně denně používají (kartáček, hrnek, talířek...)

A šla jsem za klienty. Pravidla hry byla taková, že jsem všechny předměty vyskládala na stůl a po několika minutách jsem je schovala do krabice a ptala jsem se klientů, co si pamatují, co za předměty bylo na stole. Některé klienty hra velmi bavila a byli při ní velmi šikovní, když si zapamatovali všechny předměty, které v krabici byly, z krabice jsem nejdříve jeden předmět vydělala a klienti museli přijít na to, který předmět chybí, a poté jsem jich vydělávala víc.

U klientů s demencí jsem předměty nechala déle na stole a snažila jsem se jim napovídat tak, aby si aspoň na pár věcí vzpomněli. Po této aktivitě byl čas k obědu, takže jsem opět pomáhala s doprovodem a s krmením klientů. Po doprovodu klientů zpět na pokoj jsem si povídala s ergoterapeutkami, které mi odpovídaly na mé otázky a pobavily jsme o práci ergoterapeuta.

Pečení perníčků, 19. 11. 2013

Dnešní den bylo na programu pečení perníčků. Těsto udělali pracovníci již den předem, takže jsme mohli hned začít vyvalovat, vykrajovat a péct. Klienti, kteří měli zájem se této aktivitě zúčastnit, se shromáždili okolo jednoho stolu a rozdělili si práci, někdo vyvaloval, jiný vykrojoval a jedna paní hlídala troubu, aby se nic nespálilo. U této aktivity bylo vidět, že to klientky velmi bavilo, myslím si, že proto, že to dělali doma velmi často a nebylo to pro ně nic nového. Já jsem při této aktivitě pomáhala, kde bylo potřeba a povídala jsem si s klienty o tom, jak oni pekli doma perníčky, jaké měli vykrajována aj. Když už nebylo mé pomoci u perníčků potřeba, šla jsem za dalšími klienty, kterým jsem podala barevné papíry, nůžky a lepidlo a snažili jsme se společně udělat barevné vánoční řetězy. U této aktivity jsem musela klientům velmi pomáhat a být trpělivá. Tato aktivita je velmi dobrá na procvičování jemné motoriky, proto jsem chtěla alespoň jeden malý řetěz s klienty dodělat, což se mi povedlo a vypadalo to, že to i po chvíli začalo klienty

bavit a začali se snažit. Jedna klientka si s námi u stolu kreslila vánoční motivy, které jsem jí musela předkreslovat a ona je vždy vymalovala.

Zdobení perníčků, 22. 11. 2013

V tento den klienti zdobili perníčky, které sami pekli 19. 11. Pracovnice měli připravené různé speciální zdobičky tak, aby klienti mohli pěkně perníčky nazdobit. Jedna z klientek ušlehala sníh a mohlo se začít zdobit. Jelikož se této aktivitě zúčastnila pouze část klientů a věnovala se jim jedna z ergoterapeutek Míša, já jsem šla za dalšími klienty.

A protože vím, že někteří pánové mají velmi rádi šachy a málokdo je s nimi hraje, protože to skoro nikdo z personálu neumí, zahrála jsem si s nimi 2 hry šachů. S dalším klientem jsem skládala puzzle, tento klient byl velmi netrpělivý, takže jsem ho vždy musela nějak přesvědčit, aby pokračoval. Po těchto aktivitách byl znovu čas oběda a jako obvykle jsem vypomáhala s krmením a doprovodem klientů. U jedné klientky jsem zůstala chvíli na pokoji, abychom si spolu popovídali.

Čtení, povídání a kreslení mandal, 28. 11. 2013

Na tento den jsem si pro klienty připravila malování mandal. Nejdříve jsem jim přečetla nějaké informace o mandalách, co to vlastně mandala je, jak se můžu malovat a k čemu je to dobré. Měla jsem nachystaných 10 různých mandal, které byly připraveny pro vykreslení. Klienti si mohli vybrat mandalu, které se jim líbila nejvíce, a mohli začít pracovat. K dispozici měli pastelky, fixy ale i voskovky. Tato aktivita klienty velmi zaujala, soustředili se na jejich malování a dali se velmi záležet. Jednu paní jsem dokonce doprovodila do pokoje s tím, že si mandalu chtěla hned vystavit, aby se na ni mohla dívat. Tato aktivita byla tedy velmi povedená. Po dokončení jsem opět pomáhala s krmením a doprovodem na pokoje.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Praxe pro mě byla velmi zajímavá a dobrá zkušenost. Jako jediné negativum zde vidím to, že se v domově nacházejí převážně senioři s demencí, takže jsem přichystané aktivity musela mnohdy úplně vyměnit za jiné nebo alespoň pozměnit pravidla či požadavky, protože mé nastavené požadavky senioři nezvládali, i když mě osobně se zdáli velmi jednoduché. Proto jsem musela používat velmi jednoduché aktivity a neaktivizovala jsem tak dle svých představ. I s velmi jednoduchými věcmi jsem musela klientům velmi pomáhat a každému se individuálně věnovat. Málokdo zvládal zadanou práci sám. Za dobu praxe jsem se naučila spoustu důležitých věcí, hlavně od ergoterapeutky Míši, která mě celou mou praxí doprovázela. Míša má velmi dobrou schopnost empatie, je ke klientům velmi milá a pozorná – pohladí, obejmě což si myslím, že je při této práci také velmi důležité. Zároveň jsem si uvědomila, že bych tuhle práci do budoucna klidně mohla dělat, protože mě to moc bavilo. Zároveň jsem díky této praxi dostala nějaké nabídky práce, tak uvidíme, jak všechno dopadne ☺.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Ve výzkumném šetření jsem se rozhodla udělat rozhovory se dvěma seniory na téma domov pro seniory. V rámci zachování anonymity jsem respondentkám změnila jména – Alena a Jana. Podmínky pro rozhovor jsem si stanovila takové, že ženy musely mít nad

60 let a žít ve svém vlastním domově. Chtěla jsem zjistit, co si myslí o domově důchodců, jaké jsou podle nich pozitiva a negativa a zda by byly ochotné jít do takového zařízení a pokud ano tak za jakých podmínek. Rozhovory trvaly okolo 15 minut, nahrávala jsem je a poté z nich seřadila myšlenky do jednotlivých kategorií. Jednalo se tedy o otevřeně kódování. Jedná se o náčrt výzkumu, pro jeho validitu by muselo být použito více respondentů a bylo by třeba jej lépe rozpracovat. Dva respondenti se ukázali jako nedostateční.

Téma rozhovoru: Pohled a zkušenosti seniorů bydlících doma na domovy seniorů.

Okruh domovy pro seniory, co o nich víte? Služby, fungování? Osobní zkušenost?

První rozhovor probíhal s Alenou, která mi o tomto tématu měla hodně co říci. Domovů pro seniory zná spoustu a má s nimi mnoho zkušeností. Osobně se setkala se 3 druhy takového zařízení a se všemi byla maximálně spokojena. Jak se službami, které poskytovali, tak s personálem i materiálním zabezpečením. Myslí si, že tyto domovy nabízejí dostatečné služby a 24hodinovou péči, která je v některých případech nezbytná.

Jana se po položení této otázky zamyslela a poté přiznala, že s těmito zařízeními nemá mnoho zkušeností. Ví o tom, že tam lidé dávají své rodiče či rodinné příslušníky, o které se nemohou starat. Vlastní zkušenost má pouze s jedním zařízením, kde ležela maminka manžela, ale byla už bohužel ležák, takže navíc mo o službách, které domovy poskytují. Uvádí, že si je jistá základními službami jako je 24hodinová zdravotní péče, jídlo, úklid – tyhle služby jsou ve všech zařízeních a je si také vědomá, že některá zařízení poskytují i nějaké zábavy přiměřené věku klientů jako jsou procházky, společenské hry, křížovky. Prostě aktivity, aby se jim tam líbilo a mohli nějak hezky trávit svůj volný čas.

Jaké vidíte negativa a pozitiva takového zařízení?

Alena v tomto zařízení vidí spíše pozitiva, o negativech se moc nezmiňovala, protože vidí spíše tu pozitivní stránku. Říká, že vše je o lidech, že nemůže vymezit přesná pozitiva a negativa. Vše záleží na personálu, jak se ke klientům chovají, ale také na klientovi, jak přijímá to, že musí v takovém zařízení žít. Kdyby měla v globálu říci, zda tyto instituce shledává jako pozitivní tak její odpověď je ano 100 %. Myslí si, že je to zařízení, které pomáhá klientům jak osobně tak i rodinám, které se o své milé nemohou postarat.

Janě se jeví jako pozitivum to, že je zde o člověka celý den postaráno a má nad sebou dohled zdravotního personálu, což je pro nemocné lidi velmi důležité. Dále to, že si senior nemusí vařit, může požádat o úklid a také o vyprání prádla. Ale myslí si, že někteří to těžko berou, protože je jim smutno po svých rodinách. Dalším negativem může být chování pracovníka ke klientům, jelikož k nim nemá žádný vztah, musí ho toto povolání bavit a musí být trpělivý.

Faktory rozhodující o přemístění do domova seniorů?

Alena si uvědomuje spoustu faktorů, které mohou vést k umístění do domova. Může to být například zdravotní stav seniora, který vyžaduje 24hodinovou péči, ale také to, že senior sám chce do takového zařízení jít, protože už nevládá práci okolo domu a další práce v rámci úklidu atd. Dalším důvodem může být nedostatek místa v domě, kde bydlí, jelikož je zde rodina další generace aj. Myslí si, že život může přinést různé situace, kdy je domov dobrou variantou.

Jana si myslí, že důvod může být ten, že nikoho nemá, kdo by se o něho postaral, nebo se nemůže postarat třeba kvůli svému zaměstnání, prostě pokud není jiné východisko.

Zároveň si myslí, že pokud to alespoň trošku jde se o svého rodiče postarat doma, měly by to děti udělat, vidí to jako takové poděkování za to vychování. Mladí lidé by neměli hledět jen na své pohodlí a měli by se o seniora postarat, ve většině případů to je možné. Měli by ho tam dát pouze v případě, kdy je to opravdu nutné a nedovedou či nemůžou se o svého blízkého postarat. Může to být například nemoc dítěte, malé prostory atd.

Setkala ses s aktivizačním pracovníkem? Ergoterapeutem?

Na tuhle otázku mi Alena nejdříve odpověděla, že ne. Poté se mě zeptala, co takový pracovník dělá a uvědomila si, že v domovech, které navštívila, určitě někdo takový byl, protože ví, že zde probíhali různé dopolední i odpolední aktivity. Osobně se ale s žádným nesetkala.

Jana se s aktivizačním pracovníkem potkala tak, že toto povolání vykonává její známá, proto má o tomto podvědomí. Vidí ho jako člověka, který se stará a seniory, nabízí jim aktivity volného času, povídání si s nimi, čte atd. Ale také nakrmí, přebalí a věnujeme mu svůj čas.

Já a domov pro seniory?

V této části jsem chtěla zjistit, jestli si senioři, kteří žijí doma, si umí představit, že by se přestěhovali do nějakého takového zařízení.

Alena mi na tuhle otázku odpověděla velmi rozhodným ano. Své rozhodnutí odůvodňuje tím, že si myslí, že je tam o klienty velmi dobře postaráno a jelikož má ráda lidi, šla by do domova už díky té společnosti. Myslí si, že by si tam našla nové přátele, se kterými by mohla podnikat různé akce a tak se nenudila. Dalším důvodem proč by se do domova odstěhovala, je odpočinek, protože bydlí v rodinném domě, ví, kolik práce to obnáší. Každý den musí uvařit, uklidit a udělat další nezbytné věci, v domově by měla polovinu práce, tudíž by to brala trochu jako dovolenou.

Jana by šla do domova jedině tehdy, pokud by jí nic jiného nezbyvalo. Byla by ochotná tam jít v případě, kdyby se o ni nemohl nebo nechtěl nikdo starat, ale bydlení v domově si neumí představit, protože by jí tam bylo smutno po všech, které má ráda a na které je zvyklá. I když by tam za ní chodili, nebylo by to ono, nebyla by mezi svou rodinou. Líbilo by se jí tam to, že by se o ni a o její potřeby někdo postaral.

Kladené otázky při rozhovoru:

Co víš o domovech pro seniory, jaké typy existují?

Jak si myslíte, že takové zařízení funguje? Co by mělo obsahovat a jaké služby by mělo mít?

Znáš nějaké blíží? Znáš někoho či chodíš za někým, kdo v takovém zařízení pobývá? Pokud ano jak jste spokojená?

Jaký je tvůj názor na toto zařízení? Pozitiva, negativa?

Jaké faktory rozhodují o tom, že jde člověk do domova?

Co si myslíte o rodině, která dá své blízké do takového zařízení? Jaké mohou být důvody?

Nebo jaké jsou pro vás přípustné důvody pro to, že dají děti seniora do domova?

Setkala ses s aktivizačním pracovníkem?

Byla byste ochotná jít do takového zařízení? V jakém případě? Umiš si to představit? Co by ti tam vadilo? Co by se ti líbilo?

Domov u zámku, o.s., Ivanovice na Hané

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Tereza Vargová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov u zámku, o.s., Ivanovice na Hané

V úvodu bych ráda řekla, že moje praxe byla poněkud zvláštní nebo spíše výjimečná, a to právě proto, že jsem ji vykonávala v zařízení, ve kterém zároveň pracuji na pozici pedagoga volného času, a tím zařízením je Domov u zámku, o.s., domov pro seniory a domov se zvláštním režimem.

K této pozici jsem se dostala víceméně náhodou, když jsem hledala zaměstnání pro svého přítele. Vzhledem k faktu, že jsem ale věděla, že mě právě v tomto semestru čekají předměty gerontagogika a aktivizace seniorů, ale také vzhledem k tomu, že jsem práci potřebovala, a nabídka pracovat již při studiu v oboru, který studuji, byla velkou možností, rozhodla jsem se ucházet o tuto pozici, a následně jsem byla přijata.

Vzhledem k tomu, že zařízení, kde momentálně pracuji, navštěvuji častěji, než je daných 30 hodin pro výkon praxe, rozhodla jsem se i tento deník uchopit poněkud jinak. A to tak, že popíši jeden celý týden strávený v tomto zařízení a aktivity, které jsem během tohoto týdne vykonávala, tedy 5 pracovních dnů po 7,5 odpracovaných hodinách denně.

Domov u zámku je soukromé zařízení sociálních služeb zaměřené na poskytování pobytové služby seniorům. Je to pobytové zařízení sociální péče s celoročním provozem.

Toto zařízení má dvě pracoviště, a to ve Chvalkovicích na Hané, jehož kapacita je 70 klientů. Toto zařízení je v provozu již 3 roky a je určeno pouze pro seniory. Další pracoviště, ve kterém pracuji a zároveň jsem zde vykonávala svoji praxi je v Ivanovicích na Hané, jeho kapacita je 49 klientů, a je rozděleno na domov pro seniory a domov se zvláštním režimem.

Posláním domova je vytvářet pro seniory příjemné prostředí s ohledem na jejich individuální potřeby, podporovat co nejvíce jejich samostatný a důstojný způsob života s udržením a rozvíjením sociálních kontaktů.

Cílem Domova u zámku je poskytování přátelské, bezpečné a odborné služby, zaměřené na uživatele a jeho spokojenost, který co nejdéle udržuje své dovednosti

a schopnosti, má uspokojeny své individuální i společenské potřeby a nalézá v zařízení pocit zázemí skutečného domova.

Zařízení nabízí klientům dvoulůžkové, třílůžkové a čtyřlůžkové „byty“, které mají společný obývací pokoj, koupelnu a ložnici. Součástí objektu, kde jsou služby poskytovány, je i společná zahrada, společenská místnost a společná jídelna. Pro personál je zde kancelář sociálního pracovníka – tedy vedoucího tohoto zařízení, sesterna a kuchyňka.

Mezi zásady zařízení patří: respektování vůle a potřeb uživatelů, individuální přístup k uživatelům, úcta k uživatelům, ochrana jejich práv a diskrétnost poskytované služby, odbornost poskytované služby, kvalita poskytované služby.

Jak jsem již uváděla, kapacita zařízení je 49 osob, z toho je 25 míst pro domov pro seniory. Tyto služby jsou poskytovány nepřetržitě seniorům starším 65 let, kteří mají sníženou soběstačnost z důvodu věku a jejichž zdravotní či sociální situace jim neumožňuje samostatné bydlení bez pomoci jiné fyzické osoby.

Další službou je služba poskytována osobám s Alzheimerovou chorobou, hlubokou stařeckou demencí a ostatními typy demencí, které mají sníženou soběstačnost z důvodu těchto onemocnění a jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Režim při poskytování této sociální služby je přizpůsoben specifickým potřebám těchto osob. Tuto službu poskytujeme osobám od 50 let výše. Domov má k dispozici 22 míst pro tuto službu a 2 místa jsou vyčleněna jako odlehčovací služba. Samozřejmě jsou další služby a to například manikúra, pedikúra, fyzioterapeut, kadeřnice, zabezpečování nákupu a jiné.

Momentálně není domov plně obsazen. V době méj praxe bylo v zařízení 42 klientů. Z toho 20 v domově pro seniory a 20 v domově se zvláštním režimem, přičemž převážná většina z těchto klientů trpí různými druhy demence.

Co se týče zaměstnanců zařízení, ředitelkou obou zařízení je Bc. Anna Macková, v Ivaňovicích je vedoucím a sociálním pracovníkem Mgr. Branislav Macko. Dále je zde vrchní sestra, několik pečovatелů a registrovaných sester, pedagogové volného času, uklízečky a pomocná síla v kuchyni, přičemž na směně je denně vedoucí pracovník, vrchní sestra, 1 registrovaná sestra a 3 pečovatelky, 2 pedagožky volného času, uklízečka a pomocná síla v kuchyni.

Mimo jiné mají obě zařízení společně ekonomku a účetní, fundraisera, kuchařky, údržbáře a řidiče.

Pedagog volného času

Co se týče pozice pedagoga volného času, na které jsem momentálně zaměstnaná, jeho hlavním úkolem je aktivizace klientů. A to aktivizace klientů, kteří mají o nabízené aktivity zájem. Jeho činnost je buď skupinová, nebo individuální, přičemž při skupinové jsou nabízené aktivity přístupné pro všechny klienty a je čistě na jejich dobrovolnosti, zda se zúčastní či ne. Při individuálních aktivitách se snažíme zapojovat ty klienty, kteří se z nějakých důvodů nemohou nebo nechtějí skupinových aktivit účastnit.

Pracovní doba pedagoga volného času je od 8 do 16 hodin, od pondělí do pátku, v případě zájmu zaměstnance či při speciálních akcích i o víkendy či svátcích. Samotná aktivizace probíhá dopoledne, a to od 9 do 11 hodin, a odpoledne, od 13 do 15 hodin.

Mezi činnosti, které pedagog volného času vykonává, patří:

- *Skupinová a individuální aktivizace*
Jak již bylo řečeno, aktivizace se rozděluje na skupinovou, která je zpřístupněna všem klientům, jednotlivé činnosti jsou vždy vyvěšeny na nástěnce na týdenním plánu a klienti jsou vždy ráno informováni o tom, jaké aktivity, v kolik hodin a kde budou probíhat. Tyto činnosti probíhají nejčastěji v klubovně nebo jídelně. Individuální aktivizace je aktivizace těch klientů, kteří se nemohou (imobilní klienti) nebo nechťejí zúčastnit skupinových aktivit.
- *Zajištění kulturního programu*
Kulturním programem jsou myšleny akce, které se odehrávají nejčastěji mimo zařízení, například vycházky, výlety a podobně. Například návštěva kavárny, ples atd.
- *Pomoc s doprovodem, oblékáním*
Pedagogové volného času pomáhají klientům s doprovodem z jídelny do klubovny a naopak, popřípadě na toaletu, na pokoje a podobně. Dále také dopomoc klientům s oblékáním.
- *Sestavování týdenního plánu*
Pedagogové sestavují vždy v pátek týdenní plán, který je následně vyvěšen na nástěnce, aby byl klientům, ale i ostatním zaměstnancům k dispozici.
- *Administrativní činnost*
Do administrativní činnosti patří zaznamenávání jednotlivých aktivit a činností s klienty do informačního systému zařízení.
- *Dokrmování klientů*
Mezi další činnosti pedagoga volného času patří i dokrmování klientů, a to při snídaních, obědu nebo svačince.
- *Rozdávání cigaret, vaření kávy*
Klienti, kteří jsou kuřáci a nejsou schopni s cigaretami hospodařit, jsou obsluhováni pedagogy volného času, který jim rozděluje daný počet cigaret na den, a také jim je v danou hodinu přiděluje. Zároveň chystá cigarety na víkend, pro případ jeho nepřítomnosti. Další činností je dopolední a odpolední vaření kávy těm klientům, kteří mají zájem.
- *Nákup*
Jednou týdně sepisuje pedagog volného času s klienty nákup, jedná se především o drobné předměty, jako jsou hygienické potřeby, dobroty a podobně, následně klientům nákup rozdává. V případě, že se jedná o větší věci, jako je oblečení a podobně, jde pedagog volného času s klienty nakoupit tyto věci osobně.
- *Nástěnky a výzdoba*
Pedagog volného času se stará o to, aby byly informace na nástěnce vždy aktuální, tedy týdenní plán, jídelní lístek, informace o narozeninách klientů a podobně. Dále také zajišťuje výzdobu celého zařízení, které je vždy tematické danému ročnímu období.

Ukázka týdenního plánu

Týdenní plán je vždy vypracováván pedagogem volného času ve spolupráci s ostatními zaměstnanci, s vedením, ale především s klienty, přičemž zjišťuje, o jaké aktivity by měli klienti zájem, a snaží se jim vyjít vstříc.

Je rozepisován do dvou částí, přičemž první je jakási zjednodušená verze určená klientům, a druhá je více rozepsaná, jsou zde popsány jednotlivé aktivity, a je určena pedagogům volného času a vedení.

TÝDENNÍ PLÁN AKTIVIT 21. – 25. 10. 2013

PONDĚLÍ (Svátek slavi: Brigita)

Dopoledne - Herna
Odpoledne - Čtení na pokračování - Indické povídky

ÚTERÝ (Svátek slavi: Sabina)

Dopoledne - Rukoděly
Odpoledne - Hudební chvilka

STŘEDA (Svátek slavi: Teodor)

Dopoledne - Herna
Odpoledne - Mozkoma
- Čtení na pokračování - Indické povídky

ČTVRTEK (Svátek slavi: Nina)

Dopoledne - Individuální aktivizace
Odpoledne - Kaviárna u Zámku ve [Chvalkovcích](#)

PÁTEK (Svátek slavi: Beáta)

Dopoledne - Beseda o.s. [Russell Rescue](#)
Odpoledne - Filmový klub-To neznáte Hadimřsku



TÝDENNÍ PLÁN AKTIVIT 21. – 25. 10. 2013

PONDĚLÍ

Dopoledne - Herna (Puzzle (-výroba), Kimova Hra)
Odpoledne - Čtení na pokračování (Indické povídky)

ÚTERÝ

Dopoledne - [Rukoděly](#) (Ozdoby na dveře na téma podzim, výroba
řetězů)
Odpoledne - Hudební chvilka (Poslech relaxační hudby, relaxace)

STŘEDA

Dopoledne - Herna (Člověče nezlob se, Bingo)
Odpoledne - Mozkoma (Abeceda, Šel jsem do obchodu a koupil
jsem)
- Čtení na pokračování (Indické povídky)

ČTVRTEK

Dopoledne - Individuální aktivizace
Odpoledne - Kaviárna u Zámku ve [Chvalkovcích](#)

PÁTEK

Dopoledne - Beseda o.s. [Russell Rescue](#)
Odpoledne - Filmový klub (To neznáte Hadimřsku)

Harmonogram dne pedagoga volného času

- 8.00 Příchod
- 8.00–8.30 Příprava pomůcek na aktivizaci
- 8.30–9.00 Dopomoc se snídaněmi, dokrmování klientů
- 9.00–11.00 Dopolední aktivizace
- 11.00–11.30 Vaření kávy
- 11.30–12.30 Dopomoc s obědy, dokrmování klientů
- 12.30–13.00 Přestávka na oběd
- 13.00–15.00 Odpolední aktivizace
- 15.00–15.30 Vaření kávy
- 15.30–16.00 Administrativní činnosti (cygnus, plán aktivit...)

Činnosti vykonávané během dne

- rozdávat cigarety dle rozpisu,
- pomoc klientům při chůzi, oblékání...

- ve volném čase individuální aktivizace klientů,
- zajišťování pitného režimu klientům při aktivizaci.

Pravidelné týdenní činnosti

- Středa – sepisování nákupu.
- Čtvrtek – dopoledne individuální aktivizace,
– odpoledne návštěva kavárny u zámku.
- Pátek – roznášení nákupu,
– dopoledne návštěva kněže,
– odpoledne filmový klub,
- 1× měsíčně reminiscenční terapie.
- Pátek – týdenní plán.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 21. 10. 2013, 8.00–15.30
2. 22. 10. 2013, 8.00–15.30
3. 23. 10. 2013, 8.00–15.30
4. 24. 10. 2013, 8.00–15.30
5. 25. 10. 2013, 8.00–15.30

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Nyní se již dostávám k samotné praxi, kterou jsem v tomto zařízení vykonávala. Jak jsem již uváděla, popíšu ji jako jeden celý týden. V každém dni rozepíši činnosti, které jsem vykonávala, a popíšu jednotlivé činnosti aktivizace.

Samozřejmě mé praxi, a vůbec mému zaměstnání přecházelo seznámení se zařízením, jeho chodem, se zaměstnanci, ale především s klienty. Bohužel, když jsem na pozici pedagoga volného času nastupovala, místo již nebylo obsazené, tudíž tam nebyl nikdo, kdo by mě na této pozici nějakým způsobem zaučil. Takže jsem si veškeré činnosti, aktivity, informace apod. musela víceméně zjišťovat sama. Stejně tak i sestavování týdenního plánu, zjišťování vhodných aktivit pro klienty a následné plánování atd.

Na jednu stranu to pro mne bylo velmi náročné, jelikož jsem s touto cílovou skupinou nikdy více nepracovala, na druhou stranu jsem si ve všem mohla udělat svůj řád a systém, a musím uznat, že po několika dnech vše fungovalo, ke spokojenosti mé, zaměstnanců i klientů.

Pondělí, 21. 10. 2013

8.00 – příchod na praxi, převlečení

8.00–8.30 – příprava pomůcek na aktivizaci (tisk obrázků pro výrobu puzzle, předměty na Kimovu hru)

8.30–9.00 – pomoc s roznášením snídaní, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny

9.00–11.00 – dopolední aktivizace – pozdravení klientů, informace o tom, jaký je den, kdo má svátek atd.

Herna

- výroba Puzzle – lepení obrázku na tvrdý papír a následně jejich rozstříhání na jednotlivé části, poté skládání Puzzle
- Kimova hra – představení jednotlivých předmětů, které jsou klientům známy, např. nůžky, ořech, kniha, klienti měli za úkol si jednotlivé předměty zapamatovat, poté zakrytí předmětů, klienti zapisovali, jaké předměty si zapamatovali

11.00–11.30 – dopolední vaření a roznášení kávy

11.30–12.30 – pomoc s roznášením obědů, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny nebo na pokoje

12.30–13.00 – přestávka na oběd

13.00–15.00 – odpolední aktivizace

Čtení na pokračování – Indické povídky – čtení vybrané knihy po jednotlivých kapitolách, vždy po kapitole zrekapitulování o čem byla, vybrat téma, které se tam objevilo a zaměřit se na něj (např. svatba, láska...)

15.00–15.30 – odpolední vaření a roznášení kávy

15.30 – rozloučení se s klienty, převlečení se a odchod domů

Úterý, 22. 10. 2013

8.00 – příchod na praxi, převlečení

8.00–8.30 – příprava pomůcek na aktivizaci (vyhledání a tisk obrázků na vymalování, chystání šablon a ostatních pomůcek – nůžky, lepidla...)

8.30–9.00 – pomoc s roznášením snídaní, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny

9.00–11.00 – dopolední aktivizace – pozdravení klientů, informace o tom, jaký je den, kdo má svátek atd., zrekapitulování aditiv ze včerejšího dne

Rukodělky

- ozdoby na dveře na téma podzim – vymalování obrázků, vystřihování a lepení na tvrdý papír společně se jmenovkami, následně nalepení na dveře jednotlivých pokojů
- výroba řetězů – obmalování šablon listů a draků na tvrdý papír, vystřihování a následně navazování na provázek, umístění na okna v prostředí domova

11.00–11.30 – dopolední vaření a roznášení kávy

11.30–12.30 – pomoc s roznášením obědů, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny nebo na pokoje

12.30–13.00 – přestávka na oběd

13.00–15.00 – odpolední aktivizace

Hudební chvilka

- poslech relaxační hudby, relaxace – poslech relaxační hudby, relaxační a uvolňovací techniky

15.00–15.30 – odpolední vaření a roznášení kávy

15.30 – rozloučení se s klienty, převlečení se a odchod domů

Středa, 23. 10. 2013

8.00 – příchod na praxi, převlečení

8.00–8.30 – příprava pomůcek na aktivizaci (vybrané hry)

8.30–9.00 – pomoc s roznášením snídaní, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny

9.00–11.00 – dopolední aktivizace – pozdravení klientů, informace o tom, jaký je den, kdo má svátek atd., zrekapitulování aktivit ze včerejšího dne

Herna

– Člověče, nezlob se, Bingo – klienti, kteří měli zájem hráli hru člověče nezlob se, s ostatními jsem hrála hru Bingo

11.00–11.30 – dopolední vaření a roznášení kávy

11.30–12.30 – pomoc s roznášením obědů, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny nebo na pokoje

12.30–13.00 – přestávka na oběd

13.00–14.30 – odpolední aktivizace

Mozkova

– Abeceda – klienti říkají postupně písmenka abecedy, přičemž na každé písmenko musejí říct nějaké slovo, poté specifika slov na: jména mužská, jména ženská, druhy ovoce atd.

– Šel jsem do obchodu a koupil jsem... – klienti jeden po druhém říkají, co by koupili v jednotlivých obchodech – potraviny, železářství, nábytek atd.

Čtení na pokračování – Indické povídky – čtení vybrané knihy po jednotlivých kapitolách, vždy po kapitole zrekapitulování o čem byla, vybrat téma, které se tam objevilo a zaměřit se na něj (např. děti a jejich prarodiče, hračky v dětství...)

14.30–15.00 – sepisování nákupu – navštívení všech klientů a sepisování nákupu

15.00–15.30 – odpolední vaření a roznášení kávy

15.30 – rozloučení se s klienty, převlečení se a odchod domů

Čtvrtek, 24. 10. 2013

8.00 – příchod na praxi, převlečení

8.00–8.30 – příprava pomůcek na aktivizaci (pomůcky na individuální aktivizaci – denní tisk, knihy)

8.30–9.00 – pomoc s roznášením snídaní, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny

9.00–11.00 – dopolední aktivizace

Individuální aktivizace

– individuální aktivizace imobilních nebo špatně pohyblivých klientů, kteří vzhledem ke svému zdravotnímu stavu nemohou chodit na skupinové aktivizace, pozdravení, komunikace a následně čtení denního tisku nebo knihy, dle zájmu klienta

11.00–11.30 – dopolední vaření a roznášení kávy

11.30–12.30 – pomoc s roznášením obědů, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny nebo na pokoje

12.30–13.00 – přestávka na oběd

13.00–15.30 – odpolední aktivizace

Kavárna u Zámku ve Chválkovicích – klienti, kteří mají zájem, navštěvují vždy ve čtvrtek hospůdku U zámku, ve Chválkovicích na Hané, kde se koná posezení společně s klienty z Domova u zámku ve Chválkovicích na Hané, klienti zde dostanou kávu, zákusek, pití, a mají možnost si nakoupit v obchodě.

15.30 – návrat z kavárny, rozloučení se s klienty, převlečení se a odchod domů

Pátek, 25. 10. 2013

8.00 – příchod na praxi, převlečení

8.00–8.30 – příprava pomůcek na aktivizaci

8.30–9.00 – pomoc s roznášením snídaní, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny

9.00–11.30 – dopolední aktivizace

Beseda o.s. Russell Rescue – zařízení navštívila předsedkyně sdružení o.s. Russell Rescue společně se třemi pejsky, a poreferovala o činnostech sdružení, představila jednotlivé členy a aktivity, kterým se věnují. Následně ukázala agility s pejsky, aromaterapii a klienti měli možnost se s pejsky pomazlit.

11.30–12.00 – pomoc s roznášením obědů, pomoc s krmením klientů, svoz klientů do klubovny nebo na pokoje

12.00–12.30 – roznášení nákupu

12.30–13.00 – přestávka na oběd

13.00–15.00 – odpolední aktivizace

Filmový klub – To neznáte Hadimršku – film pro pamětníky na přání klientů, následně zrekapitulování o čem film byl, jací tam hráli herci, atd.

15.00–15.30 – odpolední vaření a roznášení kávy

15.30 – rozloučení se s klienty, převlečení se a odchod domů

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Krátce po mé praxi nebo spíše práci jsem si všimla několika věcí, a uvědomila si drobné nedostatky tohoto zařízení, nebo spíše nedostatky v komunikaci a aktivizaci klientů.

Hlavním nedostatkem je zde jakási izolovanost klientů od vnějšího světa. Vzhledem k tomu, že je toto zařízení zamčeno (kvůli klientům na zvláštním režimu), nemají klienti možnost samovolně opouštět domov, pouze za doprovodu někoho ze zaměstnanců, někteří, svéprávní klienti mohou se souhlasem opouštět zařízení sami. I přesto, že za klienty chodí rodinní příslušníci a návštěvy, je to stále velmi nedostačující. Dále jsem si všimla, že pokud je klientům nabídnuta možnost opustit domov, jít na nějakou akci a podobně, velká většina z nich odmítá s tím, že je spokojená s tím, jak to je, a nikam jít nechtějí.

Vzhledem k těmto faktům jsem se rozhodla zaměřit na to, proč jsou klienti tak nepřístupní jakýmkoliv změnám, co tomu předcházelo, a jak tento stav změnit. Především tedy na to, jak vrátit, alespoň do určité míry, klienty do společenského života a jistým způsobem je do určité míry opět socializovat.

Výzkumné otázky

Z výše zmíněného problému mi vyvstaly výzkumné otázky, na které jsem se ve svém šetření zaměřila. Ty otázky zní:

- Proč jsou klienti nepřístupní jakýmkoliv změnám?
- Důvody, proč nechťejí klienti opouštět prostředí domova?
- Jaké možnosti v oblasti kulturních a jiných akcí mají klienti v domově?

Výzkumný vzorek

Jako výzkumný vzorek jsem měla dvě skupiny, první skupinou byli zaměstnanci domova u zámku, a to především z důvodu, že vzhledem ke zdravotnímu a psychickému stavu klientů by mohly být jejich odpovědi zkreslené. Jednalo se o 5 zaměstnanců.

Otázky, které jsem při rozhovorech pokládala personálu, se týkaly toho, jaké možnosti mají klienti ve smyslu kulturních akcí a aktivit, výletů, trávení volného času mimo domov a podobně, dále toho, jak často průměrně chodí za klienty návštěvy a jestli navštěvují domov i jiní lidé, nežli personál nebo návštěvy, například kněz, přednášející apod.

Další skupinou, se kterou jsem taktéž dělala rozhovory, byli samotní klienti. Jednalo se celkem o 15 klientů. U klientů jsem se zaměřila především na to, jaké mají důvody k tomu odmítat chodit na různé akce konané mimo prostředí domova, také na to, jaké akce a aktivity by v rámci svého pobytu v domově uvítali, ale také na to, jaké činnosti vykonávali dříve, než do domova nastoupili, abych si mohla udělat obrázek o tom, jaké aktivity by je mohli zajímat.

Výzkumné šetření

Musím přiznat, že i když jsem dělala se zaměstnanci a klienty rozhovory, nenahrávala jsem je a následně nepřepisovala, ale zapisovala jsem si zajímavé odpovědi, o kterých jsem věděla, že budou pro můj výzkum přínosné. Tyto odpovědi jsem poté vyhodnotila podle toho, jak často se vyskytovaly, jak spolu souvisely, ale především jak souvisely s mými výzkumnými otázkami.

Následně jsem vytvořila jakési kategorie, které vyjadřují nejpálčivější problémy v souvislosti s již zmiňovanou izolací klientů, ale také možnosti nástinu řešení daného problému.

Výsledky výzkumného šetření

Jak jsem již zmiňovala, vytvořila jsem jakési kategorie, které nyní předvedu. K nim připišu některé citace zaměstnanců či klientů:

1. Už se mi nechce nikam chodit, protože jsem stará/ý.

V této kategorii jsem se zaměřila především na odpovědi klientů, kteří uvádí, že už jsou příliš staří na to, aby někam chodili nebo jezdili. Myslí si, že jejich zdravotní stav už není takový, jako dříve, a že by je výlet nebo procházka mohli na jejich zdravotním stavu

ohrozit. Paní Blažena říká: „Už jsem stará, nohy mi sotva slouží k tomu, abych došla do jídelny, nějaká procházka, jó, to už není nic pro mě.“ Podobně se vyjadřuje i pan Adolf: „Já jsem za mlada cestoval pořád, často jsme s manželkou chodívali do divadla, ale to jsem se nemusel bát, že se brzo unavím, navíc mi už oči ani neslouží, to bych tam stejně nic neviděl.“

Podobně se na to dívají i zaměstnanci, kteří se na problematiku dívají s ohledem na zdravotní stavy klientů, na jejich věk a možnosti. Pavla říká: „Většina těch lidí tady je už fakt starých, myslím, že zájezd do divadla by nezvládli, to radši domluvit nějaký ochotníky sem, do zařízení.“

Z výpovědí vyplývá, že by klienti spíše uvítali nějaký kulturní program přímo v zařízení nebo alespoň v jeho blízkém okolí. Dále by uvítali nějaký jednodušší a spíše krátký program, například besedu, krátké divadelní nebo představení.

2. Na nějaké výlety nemám peníze.

Velké množství klientů uvádělo jako velkou překážku svoji finanční situaci. Někteří klienti opravdu nemají dostatek peněz, někteří neznají momentální hodnotu peněz. Každopádně se několik klientů vyjádřilo tak, že finance mohou být překážkou, například paní Marie: „Já bych ráda na nějaké divadlo zašla, ale nemám tolik peněz.“ nebo pan Josef: „Jó, to já bych na nějakou tu muziku zašel, ale to stojí moc peněz, a to mě by dcera neposlala.“ Paní Ludmila se připojuje: „Já bych ráda zajela někam do lázní, to jsem měla dřív moc ráda, ale teď už to stojí moc peněz, v dnešní době stojí všechno moc peněz.“

Z odpovědí jasně vyplývá, že klienti, kteří jsou v zařízení ubytováni, nemají peněz nazbyt, proto je pro ně těžké i to málo, co mají obětovat pro nějakou akci či návštěvu například divadla, i když by někteří z nich zájem měli.

3. Ále nám to, co máme, stačí.

Další kategorii jsem nazvala právě tak proto, že se velká většina klientů vyjadřovala tak, že jim to, co jim momentálně prostředí domova nabízí, stačí.

Pan František: „Nejradši mám ty čtvrtky, když jedeme do kavárny, to je taková příjemná změna.“ Dále se klienti vyjadřovali také k aktivitám vykonávaným přímo v domově, například paní Evženie říká: „Když tady něco vyrábíme, tak se ráda zúčastním, nejradši luštím ty křížovky a osmisměrky, to mě baví nejvíc.“ Paní Božena dodává: „No, to sestřičky jsou na nás hodný, pořád si s náma povídají a dělají nám tu kulturu. Nejlepší ale je, když dojdou vnoučátka nebo si mě vezme dcera na víkend k sobě.“

Klienti se často vyjadřovali k aktivitám, které s nimi pedagožky volného času dělají přímo v zařízení, jsou to pro ně často nové věci, které neznají a nikdy předtím nedělali, možná proto jim tyto aktivity připadají dostatečné.

4. Já jsem na tu kulturu nikdy moc nebyl/a.

Poslední kategorie, která mi vyplynula, je zaměřená na výpovědi těch klientů, kteří o kulturní zážitky ani příliš nestojí. Na tom se shodují i zaměstnanci, především klíčoví pracovníci jednotlivých klientů, protože znají jejich životní příběhy a vědí, jaké měli dříve zájmy. Většina klientů měla ve svém životě statky se zvířaty, obdělávali pole a podobně, například paní Blažena: „To my jsme měli velikej statek, plno zvířat, člověk neměl čas chodit někam do divadla, to za nás ani nebylo.“, podobně se vyjadřuje i paní Otýlie: „Já jsem pracovala, sestřičko, celý život se zvířátky, koně, býci, krávy, a to byla moje záliba. Doma jsme měli taky vždycky plno zvířátek, pejsky, kočičky, ale i prasata a slepice.“ Pan Karel zase říká:

„Já jsem celý život pracoval na poli, obdělával jsem půdu, a tak bych radši zalíval mrkev, než tancoval na plese.“

Podobně se vyjadřovali i zaměstnanci, kteří dokážou pochopit, že pro klienty by bylo zajímavější, a taky i jednodušší, kdyby mohly akce probíhat spíše v domově, a byly zaměřeny na to, co měli klienti před nástupem do domova rádi, a co je jim blízké. Martin říká: *„To je pochopitelný, že se těm lidem nikam nechce, vždyť oni byli zvyklí na něco úplně jiného, všichni měli doma plno zvířat, museli se jinak ohánět, teď tady jen sedí, to musí být hrozný pro ně.“*, s ním se shoduje i Katka: *„Já to chápu, my máme doma velký barák, slepice, králíky, a taky po práci mám co dělat, abych všechno stihla. Do kina jdu jednou za rok.“*

Z těchto výpovědí vyplývá, že by klienti více uvítali aktivity zaměřené na jejich prožitý život, na jejich minulost, aby byly určitým způsobem podobné tomu, co znají, a co měli rádi.

Nástin řešení daného problému

Pro nástin řešení daného problému jsem se rozhodla taktéž využít kategorií, a na základě nich navrhnout aktivity, z nichž jsem některé s klienty již vykonala, a další mám v plánu.

1. Už se mi nechce nikam chodit, protože jsem stará/y.

Vzhledem ke zdravotnímu nebo psychickému stavu klientů by bylo dobré vytvářet akce tak, aby byly pro klienty vhodné, a aby je mohlo vykonávat. Proto by bylo dobré většinu aktivit vykonávat přímo v domově, například pozvat členy ochotnického divadla přímo do domova, aby zahrály představení tam, různé besedy nebo přednášky předvádět přímo v domově nebo například v Hospůdce u Zámku, kam klienti chodí na kávu.

V rámci své praxe a práce jsem tedy zařídila přednášku o.s. Russell Rescue, o které jsem již mluvila, dále jsme měli Mikulášskou nadílku přímo v domově a následně Mikulášské posezení v Hospůdce u zámku spojené s rozsvěcením vánočního stromčku. Zajistila jsem také návštěvu kněze, který chodí do domova každý pátek, 1× za 14 dní probíhá mše, a následující týden probíhají individuální rozhovory kněze s klienty.

2. Na nějaké výlety nemám peníze.

Je pochopitelné, že klienti nemají přebytek peněz, a tak je potřeba aktivity zajišťovat tak, aby pro ně nebyli drahé, a tím nedostupné. Je zde možnost dohodnout se s vedením, které by mohlo na financování dané akce přispět nebo dohodnout možnost slev u jednotlivých aktivit. Dále vybírat takové aktivity, které jsou finančně dostupné všem klientům domova. Pro tyto příležitosti zařizujeme ve spolupráci s Domovem u zámku v Chválkovicích na Hané lednový ples, na kterém bude hrát country kapela a bude zde i tombola ze sponzorských darů či z darů od rodinných příslušníků, zaměstnanců či vedení. Dále je v plánu návštěva kulturních akcí v okolí Ivanovic, tedy Vyškova nebo Prostějova, protože právě zde bývají často akce na náměstí, které jsou zdarma, přičemž dopravu zajistí vedení a klienti tak nemusejí platit nic.

3. Ále nám to, co máme, stačí.

Někteří klienti jsou opravdu spokojeni s tím, co jim momentálně domov nabízí, proto není potřeba to měnit, je však potřeba na ně nezapomínat, a průběžně si dělat průzkumy

týkající se spokojenosti klientů se zařízením, přístupem zaměstnanců, nabídkou služeb a podobně.

4. Já jsem na tu kulturu nikdy moc nebyl/a.

Pro klienty, kteří nemají zájem o kulturní akce typu divadlo, koncerty a podobně by bylo vhodné zajistit aktivity jiného druhu. Například využití zahrady u domova a její obdělávání nebo besedy a přednášky na témata, které budou pro klienty zajímavé.

V rámci své praxe a práce jsem tedy domluvila besedu o.s. Russell Rescue, právě proto, že klienti často měli doma zvířata, a to jak hospodářská, tak domácí mazlíčky. V souvislosti s tím je domluvená také canisterapie pro klienty, která se bude snad konat v brzké době. Dále je v plánu přednáška o cestování po Americe, kde byla moje kamarádka. Na jaře se začne taktéž pracovat na zahradě, kde je v plánu vyrovnaní terénu a navezení hlíny pro pěstování květin a různých plodin. Dále jsou to různé činnosti, které jsou pro klienty přirozené, a které pro ně byli součástí života, například zvyky spojené s Vánoci – pečení cukroví, zdobení vánočního stroměčku, lití oliva apod.

ZÁVĚR A ZHODNOCENÍ PRAXE

Závěr jsem nazvala právě takto schválně. Protože mi praxe a celkově má nová práce opravdu hodně dala, ale také něco vzala.

Začnu tedy tím, co mi vzala. Praxe mi vzala poměrně dost času, a to především proto, že je to práce, kterou jsem nikdy dříve nevykonávala, je to cílová skupina, se kterou jsem se dříve sice setkala, a to na praxi na střední zdravotnické škole, ale tehdy moje práce byla úplně jiná, než teď. Měla jsem jasný obrázek o tom, co s klienty budu dělat, ale realita mě vyvedla z omylu a já zjistila, že s takto specifickou skupinou není vůbec jednoduché pracovat. A proto jsem se musela dále vzdělávat, číst knihy, zjišťovat, jaké aktivity jsou vhodné pro tuto cílovou skupinu atd. S tím souvisí i to, že si aktivity plánuji ve svém volném čase, nakupuji mnoho pomůcek a podobně.

Praxe mi ale mnohem více dala, než vzala. Jednak to, že jsem potkala spoustu nových lidí z řad mých kolegů, lidí, na které se mohu spolehnout a kteří mi při mé práci pomáhají a spolupracují se mnou. Ale také jsem se seznámila s novou cílovou skupinou, na kterou se momentálně dívám jinak, než dříve. A to především díky jejich životním příběhům, které mi řekly, že oni to neměli v životě jednoduché, a na této jejich cestě životem jim musíme pomoci, aby svůj zbytek života prožili opravdu důstojně a krásně. Zároveň si mnohem více vážím své rodiny a celkově života, protože některé příběhy jsou opravdu smutné, a člověk si uvědomí, že je rád za to, co má. Že si musí svého života vážít a užívat si každého dne, protože neví, kdy skončí, a hlavně jak a kde skončí každý z nás.

Je potřeba lidem jejich pobyt v tomto zařízení udělat co nejpříjemnějším, protože oni z velké části nebyli těmi, kdo si vybrali, že zde chtějí žít, ale byli to právě jejich rodiny. Je tedy důležité se zaměřit na jejich potřeby, na to, co ony chtějí a co je pro ně důležité. Ne jen hrát nesmyslné hry a vyrábět zbytečné věci jen pro to, aby se nějak zabavili, ale dělat vše pro to, aby jejich konec života měl smysl, a to každý den a každou minutu.

Reminiscenční terapie

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Tereza Kašparcová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Křesťanská sbor Brno, Šámalova 15a, protestantská denominace

Cíleně se zde věnujeme všem věkovým kategoriím (předškolní, mladší školní a starší školní věk, mládež, manželská setkávání), kromě seniorů. Proto jsem se rozhodla se na ně v rámci praxe zaměřit.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 15. 10.–17. 11. 2013: Oslovování konkrétních potenciálních klientů
2. 17. 11.–8. 12. 2013: Vytváření podkladů pro reminiscenční skupinku
3. 8. 12.–30. 12. 2013: Rozdávání pozvánek a vyhodnocení mini dotazníku
4. od 8. 1. 2014: Realizace reminiscenční skupinky nazvané SETKÁNÍ SENIORŮ

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Zatím 14 seniorů, věk 64 a výše

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DŇÍ

Navázala jsem rozhovor s paní F. (jednou starší paní od nás ze sboru), protože jsem věděla, že často vyřizuje pozdravy od jiné starší paní, své přítelkyně paní M., která mívá zdravotní problémy a často se do sboru nedostane. Poprosila jsem ji tedy, jestli by nevysondovala, zda by ona paní M. stála o mou návštěvu. Paní F. byla mým nápadem příjemně překvapená a vyslovila domněnku, že očekává pozitivní odpověď od paní M.

(po 14 dnech) Paní F. mi vyřídila od paní M., že by byla moc ráda, kdybych za ní někdy přišla, ale že je po operaci a za týden jede na měsíc do lázní. Až přijede, bude možné se s ní domluvit na konkrétnějších datech nebo aktivitách. Navrhla jsem tedy paní F., jestli by ona sama ocenila mou nabídku na návštěvu. To ale trochu zrozpačitěla a řekla, že si se mnou ráda občas popovídá, ale že bývá často unavená a že by se nechtěla na ničím moc závažně domlouvat. Řekla si ale o moje číslo s tím, že když bude mít čas a potřebu, zavolá mi.

Po těchto dvou odmítnutích (či odsunutích) jsem začala hledat dalšího seniora, je muž by prospěla nějaká aktivizace. Konzultovala jsem to s kamarádem, který občas

organizuje návštěvy mladých lidí z našeho sboru u seniorů, a navrhl mi paní V. Sám se nabídl, že zorganizuje větší návštěvu této paní a že si na této návštěvě budu moci domluvit nějaké individuální aktivizace. Návštěva je domluvena na 18. 11.

17. 11. 2013

Ozval se mi kamarád s tím, že paní V. onemocněla a návštěvu ruší. Napadlo mě po těchto třech neúspěších pojmout aktivizaci jinak, a přestože jsem zvolila praxi ve sboru z důvodu možnosti individuálního přístupu, přehodnotila jsem to a chtěla jsem se pustit do něčeho skupinového. Uvědomila jsem si navíc, že senioři u nás nemají oproti jiným skupinám (děti, teenageři, manželské páry atd.) žádné své setkávání. Půjčila jsem si proto knihu *Reminiscence a Reminiscenční terapie*, abych načerpala teoretické podklady.

1. 12. 2013

Vystoupila jsem před sborem s nápadem o skupince seniorů. Přednesla jsem hrubý koncept setkávání a oslovila tak lidi starší 60 let, aby se v případě zájmu u mě přihlásili. Počítala jsem s tím, že to nebude mnoho lidí, ale že se časem začnou přidávat. Lidé ve sboru byli mým návrhem nadšení a mnozí přišli s tím, že něco podobného měli dlouho na mysli a konečně přišel někdo s realizací. Přihlásila se mi nakonec jen jediná paní s tím, že by mi pomohla s organizací. To jsem velmi ocenila a domluvily jsme si schůzku na 5. 12.

5. 12. 2013

Setkaly jsme se s paní Z. v malé kavárně a já jsem jí přednesla podrobněji svůj plán. Paní Z. mi pomohla dát dohromady seznam konkrétních lidí, kterých by se skupinka týkala (skončily jsme na čísle 27!) a navrhla pozvánku formou dopisu. Shodly jsme se na vhodných dnech v týdnu, kdy by se skupinky konaly (přidružené k nějaké pravidelné aktivitě ve sboru, aby nemuseli jezdit lidé extra) a k pozvánce přidám i malou anketku na výběr dne, hodiny a pravidelnosti setkávání. První setkání bychom uspořádali mezi vánočními svátky a prvním tématem bude „Jak jsem se dostal/a do sboru“.

Kromě praktického dopadu schůzky, která mi pomohla strukturovat více nápady a myšlenky a zhodnotit relevantní informace od člena cílové skupiny, jsem si vlastně konečně splnila první hodiny aktivizace, protože jsem paní Z. „vytáhla“ do města. Zvolila jsem kavárnu s starobylejším designem, který se paní Z. moc líbil.

17. 12. 2013

Podařilo se mi rozdat většinu pozvánek, ale stále ještě některé zbývají. Problém je, že vzhledem k vytíženosti ve škole jsem měla málo času na rozdávání pozvánek, takže první setkání bude až v roce 2014.

30. 12. 2013

Celkově se mi vrátilo 9 vyplněných dotazníků. Spoustu dalších se mi telefonicky nebo osobně omluvilo, že buď nemají čas, necítí se na to fyzicky nebo nemají zájem. Z vyplněných dotazníků jsem stanovila setkávání na 1× za 14 dní, vždy ve středu od 16.00. První setkání proběhne 8. 1. 2014 a budu jak oznamovat, tak vyvěsím na nástěnku plakát (pozvánku).

8. 1. 2014

Přišla jsem na místo o půl hodiny dříve, abych vše v knihovně nachystala, ale ukázalo se to jako nedostatečné, protože už 15 minut před začátkem začali přicházet první účastníci. Přišlo jich nakonec 13, což bylo více, než jsem očekávala, a museli jsme přidávat jeden stůl navíc. Většina přinesla buchty (jak jsem jim i navrhovala), uvařil se čaj, káva a Caro. Po krátké chvilce jsem se ujala slova a shrnula opět, o co v celé akci jde, jak si vážím toho, že přišli, a pak jsem pomalu přešla na téma, kterým bylo „Jak jsem se dostal do sboru“. Začátek byl lehce rozpačitý, asi proto, že nikdo přesně nevěděl, jaké to bude, co se očekává a podobně. Atmosféra se uvolnila, jakmile se začali lidé vzájemně doplňovat (vzpomínat na jména, doptávat se atd.), paní D. přinesla nějaké staré fotky, které kolovaly. V jednu chvíli to byl takový mumraj, lidé vzájemně vzpomínali a trochu se rozpadla struktura, z čehož jsem byla trochu nervózní, ale nějaký čas jsme to tak nechala a pak se ozvala moje rázná kolegyně paní Z. a pokračovalo dál. Vystřídali se všichni, i když ke konci, jak se krátil čas, to nebylo tak rozsáhlé, ale myslím, že se v průběhu všichni podle své nátury zapojili. Překvapily mě ale někteří lidé, které znám jako tiché, že se bez ostychu ujímali slova.

Sejítí trvalo necelé dvě hodiny, ale myslím, že kdyby nenásledovala biblická hodina, diskuze by ještě pokračovala, z čehož jsem měla velkou radost. Celkově se to myslím velmi povedlo. Výhodou jistě je, že se všichni mezi sebou víceméně znají, takže nepanoval nějaký výrazný ostych.

Téma na příští setkání jsme nazvala „Moje rodina“, myšleno rodiče a sourozenci.

22. 1. 2013

Tentokrát jsem na místo dorazila 40 minut před začátkem a ukázalo se to jako dobrá volba, všechno jsem stihla akorát. Přišlo 14 lidí, ale byli to i jiní, než byli minule. Cítila jsem se už jistěji, protože jak já, tak ostatní už tušili, v jakém duchu se schůzka ponese. Snažila jsem se začít trochu dříve, po zkušenosti z minula, a vzhledem k dochvilnosti této generace jsme opravdu začínali jen málo minut po 16.00. Všechny jsem přivítala, opět poděkovala za účast a shrnula téma, kterému se budeme věnovat. Celkově jsem se hodně doptávala, třeba na vztahy nebo nějaké vtipné či smutné příhody, protože téma bylo méně příběhové, než to předchozí. Bylo někdy vtipné poslouchat příběhy lidí, které znám jako důstojné dědečky a milé babičky, když jako mladí vyváděli hlouposti, dělali si se sourozenci naschvály atd. Nechyběly samozřejmě fotky, kterých měl každý spoustu, a bylo zábavné rozpoznávat v těch malých dětech současné seniory. Osobně mám taky ráda ten historický kontext, baví mě představovat si tu starou dobu a její zvyky.

Skončili jsme tentokrát poměrně na čas a můj osobní pocit ze setkání zanechal veselou náladu, myslím, že ve všech.

Další schůzka vychází na 5. února a původně jsem chtěla mít téma „můj životní partner“, ale jednomu z pánů nedávno zemřela žena a měla jsem obavy, jak by toto téma na něj působilo a že by možná kvůli tomu nepřišel. Zařadím ho tedy někdy později a pro příště jsem zvolila téma „škola a studium“.

5. 2. 2014

Přišlo 13 lidí, 1 paní úplně poprvé, protože jí moje „spolupracovnice“ paní Z. přivezla autem. Téma škola se ukázalo jako velmi plodné a opět jsme ho nestihali probrat. Navrhla jsem tedy, že bychom ho mohli protáhnout ještě do příště a navíc, že bychom

mohli začínat už v 15.30, s čímž všichni přítomní souhlasili. Příští setkání by mělo být 19. 2., ale protože jsou jarní prázdniny a já budu pryč, posunuli jsme setkání na 26. 2. Téma zůstává.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Setkávání se seniory mě moc baví. Osobně z toho čerpám hrozně moc informací a zajímavostí a přibližuje mě to k lidem, se kterými pracuji. Nevnímám to ani jako práci, spíše jako povídání u kávy, které má velmi pozitivní účinky. Moc mě těší vděčnost účastníků a i těch, kteří se neúčastní, ale vnímají skupinku jako skvělý nápad. Jsou rádi, že se o ně někdo zajímá. Aktivitu oznamuji veřejně ve sboru v části bohoslužby, kde se vyřizují podobné zprávy a 14 dní předem vyhláší téma a vyvěším letáček, abych si byla jistá, že zpráva nikoho nemine. Díky tomu ví o setkávání celý sbor, který mě v tom hodně podporuje, ptají se mě, jak to zvládám, nebo přejí hodně nervů. ☺

Uvidíme, jak dlouho skupinka vydrží, nechci ji udržovat za každou cenu, ale dokud bude zájem, budu ji organizovat.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Šetření jsem provedla na základní škole, konkrétně u žáků šestého a devátého ročníku. Zadání bylo prosté – měli za úkol dokončit věty:

- Starý člověk je...
- Stáří je, když...

Při vyhodnocování jsem nezapočítávala odpovědi, které byly očividně vtípem. Ně- které odpovědi obsahovaly i několik výroků, které jsem zařadila do více kategorií (např. starý člověk je nemocný a moudrý – neutrální a pozitivní).

- Starý člověk je...

Žáků 9. ročníku, jejichž odpovědi jsem započítala, bylo 10, a jejich odpovědi na první otázku jsem roztřídila na pozitivní a negativní. Negativních bylo 7 (vyskytovaly se zde výrazy jako drbna, otravný, senilní, protivný) a pozitivní zbylé 3 (zkušený, rozumný, chytrý).

Odpovědi započítaných do výzkumného šetření od žáků 6. ročníku bylo 17. Do pozitivních bych zařadila odpovědi 10 dětí, takže více, než polovinu. Vyskytovalo se zde nejčastěji slovo moudrý a zkušený, jednou i vytrvalý. Negativní byly pouze jeden výrok (mrzutý), ostatní jsem vyhodnotila jako neutrální (nemocný, chromý, senior, upřednostňovaný atd.)

Mladší děti z tohoto vzorku vnímají „starého člověka“ pozitivněji, než starší děti. Navíc je zajímavé, že negativní hodnocení kritizovalo především vnější lidské projevy, naopak pozitivní se vyjadřovalo k vnitřním hodnotám.

- Stáří je, když...

Tyto „dokončeniny“ vět jsem rozdělila do více kategorií – věk, zdraví, sociální status a *pocit*.

Do věku patří konstatování, že stáří je determinováno konkrétním věkem, v případě dvou odpovědí u devátáků šlo o věk 50 let. Děti, které stáří definovaly fyzickým zdravím,

bylo 5 (potřebuje hodně prášků, přichází o sluch, jezdí výtahem místo chůze po schodech atd.). Do kategorie sociální status jsem započítala odpovědi, které se vyjádřili o stáří jako o čase důchodu, což byly 2 odpovědi. Stáří jako pocit vyjádřily 2 děti slovy „když to ten dotyčný pozná“ a „když se cítíš starý“.

Šestáci byli v tomto ohledu velmi kreativní. Věkem určili stáří 3 děti (50, 63 a „mnoho let“). Nejvíce odpovědi se vztahovalo k fyzickému stavu člověka (7 dětí) a zmiňovaly „když už nemůžeš mít děti“, „problémy s očima a sluchem“, „když člověk slábne“, „když je opotřebovaný“ a zaručeně nejobornější „když mi stárnou buňky“. Důchodem definovalo stáří jen jedno dítě, pocitově nikdo. Vyskytly se zde ale i nezařaditelné a originální definice jako „když člověk dospívá“ nebo „když uznáš, že nemáš pravdu“.

Nejvíce vnímají děti stáří po fyzické stránce – celkem 17 dětí, tedy více, než polovina.

Celkově lze tedy říct, že děti vnímají staré lidi a stáří spíše negativně a povrchně. Možným důvodem je nízký věk dětí, ale i to, že své příbuzné v seniorském věku málo znají nebo je málo navštěvují.

PŘÍLOHA



Pozvánka

V Brně, 6. 12. 2013

Dobrý den,

ráda bych Vás tentokrát osobněji pozvala na Setkávání seniorů, protože jsem našla, že Vaše věková kategorie nemá žádnou svou „skupinku“, kde by se mohla sdílet. Neformální setkávání je nedílnou součástí církve a nabízí možnost povídat i naslouchat a přispívá tak k dobrým vztahům i pocitu přijetí.

Aby měla setkávání nějakou základní kostru, měli bychom vždy předem dané téma, na které se budeme moci připravit – příběhy, fotky, upomínkové předměty atd. Naším prvním tématem bude „**Jak jsem se dostal/a do shromáždění**“. V naší režii bude i občerstvení, takže co si doneseme, to si i sníme a vypijeme.

Chtěla bych, aby naše skupinka byla přístupná co největšímu počtu lidí, proto bych ráda znala Váš názor na den a čas setkávání a také pravidelnost. Odpověď mi, prosím, buď odevzdejte na lístečku (viz druhý list dopisu) nebo na telefon 774 932 646 nebo na mail tereza.kasparcova@gmail.com do **31. 12. 2013**.

Pokud byste uznali za vhodné pozvat ještě někoho dalšího (přítele, souseda, rodinného příslušníka atd.), budu jen ráda.

Těším se na vaše odpovědi!

Tereza Kašparcová

Dotazník:

1. Den setkávání

- a) Středa
- b) Pátek
- c) Neděle
- d) Jiný den

2. Čas setkávání

- a) 16.00
- b) 8.00
- c) Jiný čas

3. Pravidelnost setkávání

- a) 1× za týden
- b) 1× za 14 dní
- c) 1× za měsíc
- d) Jiné

Obyčejné příběhy

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Lukáš Linha

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Podpěrova, příspěvková organizace

Jedná se o příspěvkovou organizaci, která poskytuje dva druhy služeb: domov pro seniory a centrum denních služeb.

Domov pro seniory

Služba je poskytována seniorům, kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku případně z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu a potřebují pomoc jiné fyzické osoby.

Cíle služby:

- uživatelé si zachovávají s ohledem na svůj zdravotní stav co největší míru soběstačnosti a běžný způsob života
- uživatelé prožívají aktivní život
- uživatelé udržují kontakty s osobami blízkými a vnějším okolím
- mezi uživateli navzájem a mezi uživateli a personálem jsou kvalitní mezilidské vztahy
- uživatelé se v prostředí domova cítí bezpečně

V domově pro seniory je přístupováno ke klientům s úctou a je respektováno jejich soukromí. Časový rozsah poskytování sociální služby je přizpůsoben individuálním potřebám a požadavkům klientů.

Pro klienty je zajištěna zdravotnická, ošetrovatelská péče a rehabilitace odbornými zdravotnickými pracovníky a lékařem, který pravidelně do domova pro seniory dochází. Klienti mají podle svých zájmů a potřeb možnost využívat keramické a výtvarné dílny, místnosti pro zájmovou činnost – ruční práce, šití, háčkování batikování apod., knihovny, internetu, kadeřnictví, pedikúry, masáže nebo kosmetiky.

Cílem zařízení je aktivizace klientů, nebo-li zachování či obnovení zdravotního stavu, pohybových, mentálních, duchovních a sociálních schopností a dovedností na co nejvyšší úrovni a po co nejdélší dobu. Pracovníci domova pro seniory se tedy snaží motivovat klienty k aktivitě a k plnohodnotnému využívání času, stráveného ve společnosti jiných lidí.

Služby, které jsou klientům poskytovány:

- poskytnutí ubytování, ubytování, úklid, praní, žehlení, drobné opravy ložního prádla, osobního prádla a ošacení
- poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy, zajištění celodenní stravy odpovídající věku, zásadám racionální výživy a potřebám dietního stravování, minimálně v rozsahu 3 hlavních jídel denně
- pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro výkon osobní hygieny
- výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- sociálně terapeutické činnosti
- sociální poradenství
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí

Centrum denních potřeb

Centrum denních služeb poskytuje komplex služeb seniorům odpovídajícím cílové skupině, s cílem zmírnit negativní vlivy stárnutí v oblasti soběstačnosti, podpořit psychickou a fyzickou kondici formou aktivizačních a terapeutických programů a integraci klientů do společnosti, udržování stávajících a navázání nových kontaktů s vrstevníky.

Sociální služba centrum denních služeb obsahuje tyto základní činnosti:

- poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro výkon osobní hygieny
- výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti, nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností, volnočasové a zájmové aktivity, besedy, přednášky, kulturní programy
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- sociálně terapeutické činnosti, rozvoj a udržení osobních a sociálních schopností a dovedností podporujících sociální začleňování osob
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí

Dále jsem pro rozšíření své praxe navštívil domov Domov Sue Ryder, o.p.s. v Praze-Michli. A pro zajímavost jsem zkusil pracovat i se svými prarodiči. Chtěl jsem vyzkoušet, jestli se bude lišit práce se známým seniorem a cizím.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 28. 10. 2013: Seznámení se s chodem a pracovníky zařízení, konzultace aktivit
2. 1. 11. 2013: Individuální práce – paní Jana
3. 5. 11. 2013: Individuální práce – paní Jana
4. 12. 11. 2013: Kognitivní dílna
5. 22. 11. 2013: Individuální práce – pan Josef
6. 28. 11. 2013: Individuální práce – pan František
7. 4. 12. 2013: Kognitivní dílna + dílna rukodělných činností

8. 26. 12. 2013: Individuální práce s mými prarodiči
9. 3. 1. 2014: Návštěva domova Sue Ryder, seznámení se zařízením
10. 6. 1. 2014: Individuální práce – paní Hana
11. 9. 1. 2014: Individuální práce – paní Hana
12. 10. 1. 2014: Individuální práce – paní Jaroslav

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Věnoval jsem se individuálně pěti klientům ve věku od 60 do 83 let.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Mojí praxi jsem se tentokrát snažil pojmut trochu z jiného směru. V podstatě při veškerých praxích, které jsem dosud vykonával, jsem pracoval se skupinami dětí, či dospělých, či jsem se podílel na koordinacích volnočasových aktivit.

Rozhodl jsem se vyzkoušet si i individuální práci a v rámci této praxe jsem zvolil reminiscenční terapii, jako vhodnou metodu. Dlouho jsem přemýšlel, jak naložit s daty, která jsem z rozhovorů a příběhů sebral. Uvažoval jsem o mnoho nápadech, od almanachu historek až po příběhovou mapu. Žádný z nápadů však nebyl natolik atraktivní, či vůbec reálný, že jsem se rozhodl si příběhy nechat pro sebe. Došlo mi, že síla oněch docela „obyčejných“ příběhů netkví v jejich obsahu – ten byl mnohdy opravdu banální – ale v procesu jeho vyprávění a naslouchání. Proto ani zde nebudu žádný z příběhů uvádět. Osobně cítím ony příběhy jako určité osobní pouto, které mezi mnou a klienty vzniklo. O příběhy se dělili se mnou, bez účelu jejich zveřejnění (ačkoli ze začátku jsem se jich o to dovoloval). Proto zde budu jen rámcově popisovat témata, o kterých jsme se bavili. Ke každému setkání připsuji také postřeh, který mě ve vztahu k seniorům napadal.

Seznámení se s chodem a pracovníky zařízení, konzultace aktivit, 28. 10. 2013

Praxi jsem zahájil, jako asi všichni, seznámením se s prostředím, pracovníky domova a základními principy chodu zařízení. S paní ergoterapeutkou jsme se bavili o možnostech spolupráce a o mojí individuální činnosti.

Individuální práce – paní Jana, 1. 11. 2013

První setkání s klientem. Byl jsem popravdě lehce nervózní, ale zdravotní sestra mě k paní uvedla, představila mě a atmosféra byla velmi příjemná. Naše setkání, jako ostatně všechny další, proběhly u klientky v bytě, v domově.

Tato první zkušenost mi dala poznat několika věcem, které se mi potvrzovali i v dalších setkáních, a se kterými jsem se snažil cíleně pracovat i s dalšími klienty.

- Uvědomil jsem si, že je velmi jednoduché rozpoutat vyprávění
- Pozoroval jsem, jak těžké je soustředěně naslouchat a nenechat se strhnout vlastními myšlenkami
- Všiml jsem si, že příběhový tok je natolik kompaktní, že nedokážu včas klást otázky, ty jsou potom již bez kontextu a špatně se vrací k tématu

Paní Jana měla velkou vášeň pro muziku a cestování, ke kterému jsme se vrátili při našem dalším setkání.

Individuální práce – paní Jana, 5. 11. 2013

Druhé setkání s paní Janou bylo o mnoho zajímavější. Nabídl jsem jí, že se spolu podíváme na fotky z jejich mladých let, kdy se souborem cestovali do Itálie a Ruska. Paní Jana mi popisovala místa a události, která zažila.

- Fascinovalo mě, jak barvitě a dopodrobna si některá fakta pamatovala
- Snažil jsem se paní Janu přerušovat ihned, když jsem chtěl určitou vzpomínku rozvést

Individuální práce – pan Josef, 22. 11. 2013

Další setkání jsem již absolvoval s jiným klientem, nyní s mužem. S panem Josefem jsme našli společné téma v technice. To nám vydrželo v podstatě na celé setkání. Toto setkání bylo více dialogem než pouze vyprávěním a pana Josefa velmi těšil zájem a moje porozumění technickým záležitostem. Bylo na něm patrné, že podobné téma nemůže v domově s nikým sdílet.

- Společné téma je velmi dobrým nositelem vztahu a důvěry

Individuální práce – pan František, 28. 11. 2013

Poslední individuální setkání na Podpěrově pro mě bylo asi nejtěžším. Pan František nebyl velmi sdílný, na moje otázky reagoval relativně stručně a já jsem si vyvrátil mýtus, že všichni duchodci rádi vyprávějí příběhy. Musel jsem se hodně doptávat a pítit se po příběhu. Ke konci našeho setkání jsem si však nepřipadal hloupě a vtíravě, cítil jsem, že klient takovýto přístup vyžaduje a přistoupil jsem na něj.

- Vždy musím identifikovat vhodný přístup ke klientovi

Individuální práce s mými prarodiči, 26. 12. 2013

Setkání s mými prarodiči bylo v rámci vánočních svátků a v podvečer jsem si s nimi sedl a pokusil se vézt podobný dialog jako u dřívějších klientů. Moji prarodiče jsou velmi sdílní, ale cítil jsem velký rozdíl v přístupu ke mně, který je určité daný naším vztahem. Příběhy mi přišli mnohem důvěrnější, otevřenější. Dozvídal jsem se mnohem více jejich osobních postojů, hodnocení či názorů, než v předchozích rozhovorech. To ve mně vyvolalo otázku:

- Jak se dostat do hloubky příběhů u cizích klientů?

Návštěva domova Sue Ryder, seznámení se zařízením, 3. 1. 2014

Návštěva domova Sue Ryder pro mě byla velmi inspirující. Domov pro seniory zde nabízí opravdu širokou škálu aktivizačních činností. Přístup ke klientům zde panuje velmi vstřícný a termín „klient“ je zde vykládán v pravém slova smyslu a možná i jde ještě trochu dále – panuje zde skoro až rodinná atmosféra.

Individuální práce – paní Hana, 6. 1. 2014

Paní Hana byla starší, ale velmi energická paní. Snažil jsem se, po předchozích poznatcích, vytvořit si bližší vztah. Chvilí jsme si povídali na pokoji, pak jsem navrhl, zda

by se paní Hana nechtěla projít a ta souhlasila. Jelikož se jedná o rodačku z Prahy, jako společné téma jsme měli právě město a různé realie. Srovnávali jsme, jak to kde vypadá dnes a jak to vypadalo dříve.

Individuální práce – paní Hana, 9. 1. 2014

S paní Hanou jsem se sešel ještě jednou. Nebylo jí ten den úplně nejlépe, ale i tak si se mnou velmi ráda povídala, ačkoli to nevydržela tak dlouho jako posledně. Bavili jsme se spolu o minulém režimu a o tom jak se vedlo její rodině. Cítil jsem, že se se mnou dělí i o důvěrnější zážitky a názory.

Individuální práce – paní Jaroslav, 10. 1. 2014

Moje poslední setkání vedlo opět do domova Sue Ryder, tentokrát za panem Jaroslavem. Pan Jaroslav byl vášnivý sportovec, fotbalista. Ze začátku jsem myslel, že se sport stane naším společným tématem, na kterém budu moct stavět, ale spletl jsem se. O světě fotbalu toho vím pramálo a tak jsem zase spíše poslouchal a nechal se poučovat. To se ale po chvíli ukázalo jako také vhodná strategie a pan Jaroslav mi vášnivě vyprávěl o úspěších všech možných týmů. Vzpomněl jsem si na mého dědu, když mě jako malého kluka zasvěcoval do formule jedna. Z toho pro mě vzešla zajímavá myšlenka, že

- Není potřeba být vždy nad věcí a v pozici „authority“

ZHODNOCENÍ PRAXE

Jak už jsem nastínil v úvodu, přistoupil jsem k této praxi spíše nestrukturovaně. Na jednotlivá setkání jsem se připravoval spíše z hlediska vlastní psychické a fyzické pohody než z hlediska přípravy programu. Snažil jsem se vycházet z potřeb seniorů, reagovat na jejich vyprávění a citlivě se jich doptávat na detaily. Inspiroval jsem se knihou od paní Janečkové, které pracuje s reminiscencí a jejími technikami.

Kontakt se seniory pro mě byl příjemný, inspirující, ale velmi vyčerpávající. Aktivní naslouchání a rozvíjení jejich příběhů pro mě bylo náročné, ovšem svým způsobem povznášející. Mnohdy jsem si připadal jako ve stroji času, který mě odnáší do minulého století a dává mi poznat tehdejší dobu očima obyčejného člověka. Některé maličkosti, které se nezaznamenávají do učebnic a historických textů, a které budou zapomenuty, mě tak fascinovaly, že jsem se až nerad „vracel“ do současnosti.

Práce se seniory mě láká, a kdyby byla příležitost, rád bych se jí věnoval, ale pouze jako ergoterapeut, volnočasový či sociální pedagog.

Aktivizace seniorů

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Martina Doušová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Věstonická, Brno-Vinohrady.

Pro svou odbornou praxi v rámci aktivizace seniorů jsem si vybrala Domov pro seniory Věstonická, Brno-Vinohrady. Praxi jsem vykonávala čtvrtky nebo pátky, podle toho, jak jsem měla volno. Vždy na 4–5 hodin denně dopoledne. Chodila jsem do dílen, na různá oddělení tohoto zařízení, kde jsem se zapojovala do činnosti, které již měly paní vedoucí oddělení připravené nebo jsem realizovala své vlastní činnosti.

Zdroj: <http://www.ves.brno.cz>



ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 16. 10. 2014
2. 23. 10. 2014
3. 24. 10. 2014
4. 7. 11. 2014
5. 13. 11. 2014
6. 14. 11. 2014
7. 21. 11. 2014
8. 27. 11. 2014
9. 11. 12. 2014
10. 18. 12. 2014

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

16. 10. 2014

První den své praxe jsem nejprve zavítala za hlavní sestrou, se kterou jsme si popovídaly o tom, co od této praxe očekávám, jaké mám požadavky apod. Potom mi krátce pověděla o chodu zařízení a nechala zavolat vedoucího oddělení C1, kterému mě paní vrchní dala na starost po dobu celé praxe.

Jako první oddělení, které mi určil, bylo oddělení B1 a dílnu paní Jany. Na úvod jsme se představily a pověděly jsme si svá očekávání od společně trávených dopoledních hodin. Do dílny jsem přišla po půl 9 ráno, a jelikož dílna paní Jany se uskutečňovala v jídelně, bylo potřeba přeorganizovat stoly a nachystat vše potřebné. Poté mě paní Jana poprosila, jestli bych s ní nezašla na pokoj pro jednu klientku. Musím říct, že jsem první den nechápala, jak se v té budově může někdo zorientovat a neztratit se, všechny chodby mi přišly stejné. Jakmile jsme usadili klientku na vozík, dojeli jsme zpět do dílny, kde se pomalu scházeli i ostatní klienti. Chvilinku po 9 začal program. Každý z klientů měl na práci něco jiného, podle úrovně svých dovedností. Byli tu tři skupiny lidí, jedna procvičovala hlavně paměť, druhá jemnou motoriku a třetí kognitivní schopnosti. Byl to první den, takže jsem se zatím jen pozorovala a snažila se poznat klienty, kteří přišli do této dílny. To dopoledne uteklo jako voda. Když jsme skončili, odvezla jsem klientku zpátky na pokoj a nachystala jí vše potřebné k obědu, poté jsem se vrátila do dílny a pomohla s úklidem místnosti, aby to zase vypadalo jako v jídelně. Jakmile jsme všechno připravili, mohla jsem jít už domů.

23. 10. 2014

O týden později jsem si nahlásila praxi na čtvrtek i pátek a zase do dílny paní Jany. Dílnu paní Jany jsem už znala, a proto jsem se rozhodla tam jít znovu a na oba dva dny, abych ještě lépe klienty poznala. Na praxi jsem přišla opět na 8 hodinu, pomohla jsem nachystat stoly a nějakou práci pro klienty. Poté jsem už sama zašla pro jednu klientku na pokoj a odvezla ji do kuřárny a vrátila jsem se do dílny. Po půl 9 už začali chodit první nedočkavci. Stejně jako minulý týden, tak i tento týden jsem obcházela stůl a pomáhala všem, kteří to potřebovali. Někteří skládali názvy různých měst, jiní přiřazovali nejvyšší hory k pohořím, další zase skládali puzzle a někteří psali významy slov. Vždycky byli moc rádi, když jsem za nimi přišla a pomohla jim s něčím, s čím si nevěděli rady. Ale hlavně, byla jsem někdo nový a mladý v jejich kolektivu a z toho měli největší radost. Stejně tak jako minulý týden, tak i tento jsme po sobě všechno uklidili a já zase šla zavést klientku na pokoj. Když jsem se vrátila, sdělila mi paní Jana, že jde na jeden pokoj posadit pana Josefa k obědu, jestli chci, tak že můžu jít s ní. A tak jsem samozřejmě šla. Pán teda skoro vůbec nemluví, ale když jsem přišla na pokoj, celý se rozzářil a kýval hlavou na pozdrav. Dnes jsem byla jen přihlížející, jak paní Jana klientovi pomáhá sí v posteli sednout a pomáhá mu do chodítka a ke stolu. Byl to moc milý pán, který tam bydlí se svou manželkou, která je také moc hodná. Když jsme pána posadili, tak jsme se s nimi rozloučili a já mohla jít domů.

24. 10. 2014

Každé ráno probíhalo naprosto stejně, opět jsem přišla na 8 hodinu, pomohla jsem paní Janě se stoly a s přípravou práce pro klienty a šla pro klientku na pokoj. Dneska ještě ležela v posteli, když jsem ráno přišla, ale to nevadilo. Studovala jsem střední zdravotnickou školu, tak jsem věděla jak posadit paní do vozíku, tak jsme to spolu sami zvládli.

Dovezla jsem ji zase do kuřárny, z které pak přijela do dílny už sama. Tím, že jsem posazovala paní sama, tak nám to trvalo trošku déle, a proto, když sem dorazila do dílny, všichni klienti už byli tam, kromě těch, co se zrovna koupali, a začínali své práce. Všimla jsem si, že některá slova či písmena, která klienti skládali, či spojovali, jsou špatně napsaná, špinavá nebo dokonce chybějí. Z toho důvodu jsem si vyžádala velký arch tvrdého papíru, nastříhala jsem ho na dlouhé pruhy a dala jsem se do díla. Obcházel jsem jednotlivé klienty a pozorovala jejich práci. Když jsem si všimla, že mají slova či písmena špinavá nebo jinou barvou napsaná, tak jsem je hned napsala znovu a ta stará vyhodila. To stejné jsem dělala, když jsme společně zjistili, že tam nějaké to slovo či písmeno chybí. A to mě vnučlo nápad, jim vyrobít něco nového, nějaké nové spojovačky apod. Protože ve výsledku tyto skládačky a spojovačky dělali pořád stejné dokola. Napadlo mě to hlavně kvůli panu Františkovi, který má rád cizí jazyky. Ale věty na překládání, které pro něj měla paní Jana nachystané, byly jen v německém jazyce. Ale pan František má rád angličtinu, kterou tam nikde neměl. Tak jsem si dala za úkol připravit si něco speciálně pro něj. Když bylo po jedenácté hodině, klienti začali pomalu odcházet nebo si pro ně chodily sestřičky z jejich oddělení. Já opět jela zavést klientku na pokoj, spolu s její spolubydlící. Na závěr jsem pomohla uklidit a dát do pořádku jídelnu a mohli jsme jít s paní Janou posadit pana Josefa. Zase se usmíval jak sluníčko, hned co jsem vešla do pokoje. Dnes jsem paní Janě trochu asistovala, ale bylo vidět, že mi pan Josef nevěří, a proto se bál se spolu se mnou posadit. Proto jsem raději ustoupila a nechala to dodělat paní Janu. Poté jsem panu Josefovi řekla, co bude mít k obědu, popřáli jsme mu dobrou chuť a já mohla jít domů.

7. 11. 2014

Dnešní praxi jsem opět začala v osm hodin, tentokrát jsem byla na oddělení B2 v dílně paní Lucie. Tato dílnička je velmi malá místnost, ale vejde se do ní okolo patnácti lidí. Dnes jich přišlo asi osm. Na tomto oddělení jsou klienti s různým stupněm demence. Bylo to moje první setkání s takovými to lidmi, s tak různým stupněm demence, proto jsem dnešní praxi věnovala hlavně pozorování. Paní Lucie mi po dobu praxe vše vysvětlovala, co se týče této nemoci a života klientů s ní. Dnešní praxe utekla kupodivu velice rychle, ani jsem se nenadála, a už bylo dvanáct hodin a já mohla jít domů.

13. 11. 2013

Tento týden jsem zažádala, abych mohla jít na praxi opět na oddělení B2 k paní Lucii. Minulý týden jsem se tam rozkoukala a dnes jsem chtěla s klienty zkusit pracovat. Dnes nás bylo ještě míň než minulý týden, asi jen šest, protože ostatní se zrovna dnes koupali. Ale mně to nevadilo, alespoň jsem měla více času na jednotlivé klienty. Kde začít. První klientka, které jsem se začala věnovat, měla jen lehkou formu demence. Měla za úkol vybarvovat omalovánku s vánoční tematikou. Snažila jsem se s ní navázat komunikaci a to se mi docela dobře dařilo. Další klientka moc nekomunikovala, ale za to si pozpěvovala a omalovánku vymalovávala hezky, ale úplně jinými barvami, například fialový sníh apod. Nejvíce mě však zaujala paní, která už měla těžší formu demence. S takovou formou jsem se ještě nesetkala, a proto to bylo pro mě nové. Tato klientka, když vymalovávala omalovánku, tak se pořád dokola ptala, co má vykreslit, jakou barvou a jestli je to dobré, poté následovala fáze lítosti, kdy se omlouvala, že neví, jak to má vykreslit. Když ji nikdo neodpovídal, tak začínala být nervózní, až nevrlá, proto jsem si řekla, že budu hlavně u ní, protože ostatní klientky si pracovali sami. K této klientce jsem se snažila

přístupovat velice asertivně, na každou otázku jsem ji odpovídala s úsměvem a hlavně s klidem. Stále jsem ji ujišťovala, že je všechno v pořádku, že všechno dělá správně a že mi nevdají s ní pracovat. Bydlím s babičkou, takže asertivní chování ovládám si myslím dobře. Ale představa, že s takovými lidmi pracuji každý den, mě hrozně zarazila. Bylo to velice náročné, stále odpovídat na to stejné tak, aby to bylo zvidy s úctou a s respektem k tomu člověku. Nechtěla jsem ji jen nějak odbýt, ale chtěla jsem, aby měla pocit, že je tu někdo, kdo na ni má čas a kdo k ní má úctu, když její zdravotní stav není úplně v pořádku. Tak díky této klientce jsem se hodně zamýšlela a opravdu obdivuji ty sestřičky, které s ní každý den pracují. I paní Lucie ji stále odpovídala s klidem a pořad dokola, bylo to moc hezké, že ji jen neodbyla, i přes to, že s ní pracuje každý den. Takže dnešní praxe pro mě byla velice náročná po psychické stránce.

14. 11. 2014

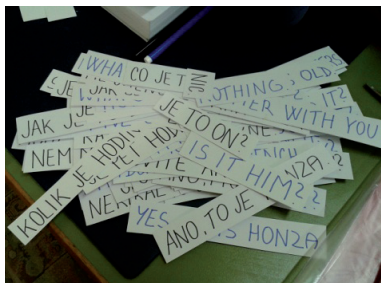
Na dnešní praxi jsem šla plná očekávání. Dnes přišlo do dílny zase až moc lidí, bylo nás tam asi patnáct a všichni seděli jeden vedle druhého natěsno. Dnes jsem šla na pokoj pro klientky z oddělení B1 z dílny paní Jany, protože paní Jana měla dovolenou. Moc mě potěšilo, že zase vidět. A bylo vidět, že i ony rády vidí mě. Paní U. sice komunikuje, ale pouze v krátkých slovních spojení a strašně ráda říká: „No to jo“ a za těch pár dní, které jsme spolu strávili na oddělení B1 už paní U. chápe můj humor, což mě také potěšilo. Paní U. je ochrnutá na jednu polovinu těla a ta druhá také není úplně v pořádku, proto často trénuje jemnou motoriku tím, že z krepového papíru vyrábí kuličky. A dnes jsem měla chuť ji zvednout náladu a tak jsem vzala krepový papír a začala stříhat strašně moc čtveřeků a pak je donesla paní U., aby mohla dělat kuličky. Na otázku, jestli je ráda, že může teď dělat hodně kuliček, odpověděla jen: „no to jo“ ☺

Dnes byla v dílně úplně nová klientka, i pro paní Lucii byla zcela neznámá. Četla si jen její zprávu a udivila se. Tato nová klientka byla ještě před nedávnem zcela zdravá, demence u ní propukla náhle a rychle se zhoršila. Tato klientka vůbec nekomunikovala, nereagovala a spíš jen podřimovala. Další důvod zamyslet se nad vlastním životem. Jak vlastně rychle o něj můžeme přijít. Na konci praxe jsem paní U. odvezla zpět na pokoj a šla jsem domů.

21. 11. 2014

Na dnešní praxi jsem se vrátila na oddělení B1 do dílny paní Jany. Po všech psychických zážitcích (nemyslím negativních) jsem byla ráda, že jsem zase ve skupině klientů, kteří normálně komunikují. Komunikace, to bylo to, co mi v dílně paní Lucie chybělo nejvíc, to že se člověk nemohl prostřednictvím komunikace dozvědět, co člověk potřebuje, chce a co se mu líbí a nelíbí. Protože jsem věděla dopředu, že do této dílny půjdu, rozhodla jsem se připravit si výukovou lekci angličtiny pro pana Františka. Doma jsem mu napsala anglické věty a jich překlad, poté jsem věty a jejich překlad od sebe rozstříhla.

A vznikla z toho velká hromada vět.



Takže jakmile jsem dovezla klientu do dílen a většina klientů přišla, sedla jsem si k panu Františkovi a angličtinu s ním procvičovala. Bylo vidět, že je nadšený a v angličtině moc šikovný, a proto měl z těch vět velkou radost. I mě to potěšilo. Nakonec jsem pomáhala jedné klientce se skládáním puzzle. A praxe utekla jako voda. Nakonec jsme šli zase s paní Janou posadit pana Josefa. I přesto, že mě dlouho neviděl, tak si mě pamatoval a zase se rozzářil jako sluníčko, když mě viděl. Byl to super pocit.



27. 11. 2014

Dnes, abych zkusila něco nového, tak jsem zavítala na oddělení B2, ale do dílny paní Dany. Do této dílničky chodily klientky bez onemocnění demence. Klientky, které jsou moc šikovné hlavně manuálně. Některé klientky vyráběly vánoční koule, jiné pletly dlouhého pleteného hada, ze kterého pak další klientka na stavu vyráběla koberečky a podsedačky.

Musím říct, že to bylo zajímavé. Některé klientky také vyráběly polštáře různých tvarů. S tím jsem se rozhodla, že jim pomůžu a dělala jsem šablony pro tyto polštáře, a když je další klientka sešila, pomáhala jsem je plnit polystyrenovými kuličkami. Nakonec jsem si s klientkami vyzkoušela vyrobit krásnou ozdobu.

Musím říct, že to bylo zajímavé. Některé klientky také vyráběly polštáře různých tvarů. S tím jsem se rozhodla, že jim pomůžu a dělala jsem šablony pro tyto polštáře, a když je další klientka sešila, pomáhala jsem je plnit polystyrenovými kuličkami. Nakonec jsem si s klientkami vyzkoušela vyrobit krásnou ozdobu.

Musím říct, že to bylo zajímavé. Některé klientky také vyráběly polštáře různých tvarů. S tím jsem se rozhodla, že jim pomůžu a dělala jsem šablony pro tyto polštáře, a když je další klientka sešila, pomáhala jsem je plnit polystyrenovými kuličkami. Nakonec jsem si s klientkami vyzkoušela vyrobit krásnou ozdobu.

11. 12. 2014

Předposlední praxi jsem už byla zpátky na oddělení B1 v dílně paní Jany. Přeskočím-li ranní rituály, které dělám každou praxi, tak dnes jsme měli napilno. Rozhodla jsem se, že s jedním z klientů budu vyrábět vánoční přáníčka. Je velmi šikovný a rád slepuje různé věci. Musím říct, že přáníčka se nám povedla. Nezapomněla jsem však ani na paní U. té jsem na velký arch tvrdého papíru nakreslila velkého motýla a paní U. měla za úkol vyrobit kuličky z krepového papíru, já pak natřela malou plochu motýla lepidlem a paní U. na ni nalepovala své krepové kuličky.



Musím říct, že přáníčka se nám povedla. Nezapomněla jsem však ani na paní U. té jsem na velký arch tvrdého papíru nakreslila velkého motýla a paní U. měla za úkol vyrobit kuličky z krepového papíru, já pak natřela malou plochu motýla lepidlem a paní U. na ni nalepovala své krepové kuličky.

I dnes jsem si pro pana Františka přichystala angličtinu. Pro tentokrát barvy a čísla a opět jsem je rozstříhala. Musím říct, že to šlo panu Františkovi velice dobře. I na konci praxe jsme to zopakovali ještě jednou. Dnešní posazování pana Josefa dopadlo dobře. Jde vidět, že už mě trochu zná, a proto nemá už takový strach. Díky tomu mi dovolil, abych pomohla paní Janě ho posadit. Byla jsem moc ráda, že mi to dovolil. Měla jsem z toho hned dobrý pocit.

18. 12. 2014

Poslední den praxe. Protože jsem věděla, že dnes jdu naposledy, donesla jsem klientům nějaké perníčky a připravila jsem pro ně ozdoby na okna. Dnešní den se nesl už ve vánočním duchu. Pouštěli jsme si koledy, které jsme si i zpívali, jedli jsme perníčky a povídali si. U toho samozřejmě stále procvičovali. Dnes to byla paměť. Kdy jsem klientům rozdala papíry se slovy a jejich úkolem bylo vyjádřit (písemně), co dané slovo či sousloví znamená. S panem Františkem jsme stihli zopakovat celou angličtinu, kterou jsem mu nadepsala. Dalším klientům jsem pomáhala spojovat slova. Musím říct, že jsme si užili spoustu legrace. Nakonec jsem se hromadně rozloučila. Nemohla jsem samozřejmě odejít bez toho, abych šla s paní Janou posadit pana Josefa. Paní Jana se dnes zdržela a řekla mi, ať jdu napřed. Když jsem přišla na pokoj, pan Josef ještě spal. Tak jsme nejdříve spolu nasadili tepláky, a protože mi bylo blbě tam jen stát a čekat, než přijde paní Jana, rozhodla jsem se, že zkusím posadit pana Josefa sama. To víte, že jsem měla strach, ale jak už jsem říkala na začátku, studovala jsem zdravotnickou školu, a proto jsem měla s posazováním lidí zkušenosti. První krok bylo posunout pana Josefa v lůžku více nahoru, což se nám ze začátku moc nedařilo a já se začala bát, že to nezvládnou. Potom mě napadlo, že bych mohla využít hrazdy a jistě. Hrazda zafungovala a pan Josef byl nahoře. Přetočení z lehu do sedu pan Josef zvládl skoro sám a na chodítka jen s malou pomocí. Když jsme se usadili ke stolu, přišla paní Jana. A aby toho nebylo málo, tak jakmile jsme se posadili, tak se mi pan Josef snažil něco říct. A to pro mě byl největší úspěch, to, že jsem docílila toho, že se se mnou snaží komunikovat, samozřejmě i to, že jsme se zvládli posadit úplně sami. Z dnešní praxe jsem odcházela nadšená a spokojená.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Celkově praxi hodnotím velmi kladně. Hlavně díky přístupu sester v dílnách, který byl laskavý a přívětivý. Už na střední škole jsem docházela do domu s pečovatelskou službou a později i do domova pro seniory, ale tam jsem vždy pracovala pouze s jedním a pořád tím stejným klientem. Při této praxi jsem si mohla vyzkoušet, jaké to je pracovat se skupinou. A díky tomu jsem si uvědomila, jak je náročné volit činnosti tak, aby různí lidé, s různými zájmy a s různými zdravotními problémy, mohli pracovat. Také mě tato praxe hodně obohatila o zkušenost s lidmi s různým stupněm demence, což považuji za velmi obohacující. A v neposlední řadě jsem si díky této praxi uvědomila, že i pouhý úsměv a lehké pohlazení může pro někoho znamenat velmi mnoho. A že je to něco, co udělá druhému radost a nic to nestojí.

Proto i teď, když už mám praxi dávno odchozenou, tak tam za nimi stále chodím, když mám čas. Protože ačkoliv se to nezdá, tak tito lidé umí člověka nabít obrovskou dávkou pozitivní energie a člověk je pak spokojený a cítí se být užitečný.

At' každý den stojí za to

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Markéta Banková, Monika Chalupníková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Právo na život – Domov Slunce pro seniory

Pro praxi aktivizace seniorů jsme si zvolily Domov Slunce v Brně, v Zábřdovicích. Domov Slunce spolu se Senior Centrem představuje dvě zařízení, které v rámci Brna zřídila organizace Právo na život. Právo na život je soukromý poskytovatel sociálních služeb zacílených na seniory, který má v nabídce našich služeb domov pro seniory a domov se zvláštním režimem.

Domov Slunce je poměrně nové zařízení, byl otevřen v roce 2012. V rámci své činnosti se soustředí na dvě cílové skupiny. Sociální služba v rámci domova pro seniory je poskytována seniorům nad 60 let, kteří mají, a to především z důvodu věku, sníženou soběstačnost a jejich situace jim nedovoluje samostatné bydlení. Druhá sociální služba, poskytovaná domovem se zvláštním režimem, má cílovou skupinou osoby nad 55 let, kteří mají také sníženou soběstačnost, ale z důvodu chronického duševního onemocnění, Alzheimerovy demence či jiného typu demence, a proto jejich situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.



Klienti jsou ubytováni v jednolůžkových či dvoulůžkových pokojích. V rámci domova pro seniory je kapacita 27 lůžek, pro domov se zvláštním režimem je kapacita 20 lůžek. Společně s ostatními klienty v domově mohou užívat další prostory, například společnou jídelnu, jejíž součástí je i obyvatel část a volnočasová místnost. Dále je ve dvoře kryté posezení, kde lze pořádat různé venkovních aktivit nebo si jen tak posedět.

Sociální služby Domova Slunce zahrnují tyto základní činnosti:

- poskytnutí ubytování,
- poskytnutí stravy,

- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu,
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- sociálně terapeutické činnosti,
- aktivizační činnosti,
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarání osobních záležitostí.

Kromě poskytovaných základních služeb nabízí i další služby jako například manikúra, pedikúra, fyzioterapeut, kadeřnice, zabezpečování nákupu a jiné.

Cílem poskytovaných služeb je, aby si klienti domova zachovali s ohledem na svůj zdravotní stav co největší míru soběstačnosti a běžný způsob života, prožili aktivní život a udržovali kontakty s osobami blízkými i vnějším okolím a aby navzájem mezi klienty i personálem fungovaly kvalitní mezilidské vztahy a hlavně aby se uživatelé v prostředí domova cítili bezpečně.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 29. 9. 2014, 10.00–11.00: Seznámení se zařízením, seznámení se s klientelou a chodem zařízením, návrh a plánování aktivit, Burčákové slavnosti, zpěv a tanec
2. 6. 10. 2014, 8.00–12.00: Seznámení s klienty, procházka parkem, poznávání rostlin, sběr listů a kaštanů, výroba zvířátek
3. 13. 10. 2014, 8.00–12.00: Procházka městem, návštěva kostela Sv. Jakuba, cukrárna
4. 16. 10. 2014, 8.00–12.00: Aktivity zaměřené na rozvoj jemné motoriky, zhodnocení aktivity
5. 20. 10. 2014, 8.00–12.00: Očuchávání koření, ochutnávání jídel, povídání si s klienty
6. 3. 11. 2014, 8.00–12.00: Pouštění krátkých ukázek z filmů a jejich následné poznávání, doplňování názvů filmu, poslouchání písniček a jejich poznávání a společná diskuze na téma hudba
7. 10. 11. 2014, 8.00–12.00: Výroba andálků, posezení a rozloučení

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Seznámení, zpěv a tanec, 29. 9. 2014

Na naše první setkání s klienty Domova Slunce se konalo trochu netradičně, neboť jsme byly požádány, abychom se zúčastnily jejich Burčákových slavností, které se konaly přímo v jejich budově, v prostorách společné jídelny, a abychom jim zde s klienty pomohly a také je zabavily nějakými aktivitami. Musíme přiznat, že to byl zpočátku pro nás šok, protože jsme se to dozvěděly na poslední chvíli a navíc jsme si nebyly vůbec jisté, co tam máme s klienty dělat.

Ale zpětně musíme říct, že to byla velká výhoda, protože jsme získaly možnost poznat se nejen se všemi pracovníci domova, ale především i s jeho klienty a měly jsme tak možnost udělat si obrázek o tom, jak to zde chodí a co s kterým klientem můžeme dělat, co od něho můžeme očekávat či naopak nečekat. Potvrdilo se nám zde to, na co nás už dopředu upozorňovala sociální pracovnice a to byl fakt, že díky různým onemocněním a stavům klientů, je zde nemožné připravit společnou aktivitu pro větší skupinu osob.

Naštěstí klienti byli rozsazeni kolem stolů podle toho, jaký byl jejich zdravotní i duševní stav, což nám seznamování i aktivity hodně zjednodušilo.

Nejdříve jsme pomohly spolu s dalšími pracovníci klientům do jídelny, která už byla připravená na slavnost. Všude byla podzimní výzdoba, na stolech bylo občerstvení a hrála hudba z CD – přehrávače, kterou v průběhu odpoledne nahradila živá hudba, neboť dorazil pán s harmonikou, který nám zbytek odpoledne velmi zpříjemnil.



Nejdříve jsme se rozhodly s klienty seznámit a to zvlášť po jednotlivých stolech. Postupně nám každý řekl své jméno a poté přívlastek, který by začínal na stejné písmeno jako jejich jméno a při dalším kolečku měl každý o sobě něco říci. Tuto aktivitu jsme mohly hrát, tak jak by měla být ovšem pouze u jednoho stolu s „aktivnějšími babičkami“, které se nám rozpovídaly zase až moc a chvílemi byly k nezastavení. Zbylé stoly s tím měly už problém, takže jsme většinou zůstaly pouze u toho, aby nám řekli své jméno a pak nám odpověděli na nějakou otázku, třeba s kým je na pokoji, jaké má rád jídlo a podobně.

Druhá aktivita souvisela s panem harmonikářem, který, jak jsme už výše napsaly, za námi odpoledne přišel a byl velmi šikovný, neboť souhlasil s nápadem, že budeme hrát písničky na přání a pán našťastí všechny naše požadované písničky uměl. Při této aktivitě



dostal každý možnost, říct si, jakou písničku by chtěl zahrát a potom jsme si ji společně zazpívali. V tomto případě jsme měly trochu obavy, jak zvládneme jistý odlišný hudební vkus, neboť přeci jenom moc písniček v rámci dechovek neznáme, ale kupodivu jsme se docela často chytaly, takže jsme si také zazpívaly.

Na další aktivitu nám po dohodě s pracovníci domova zůstaly už

jenom některé skupinky, kterým jsme se věnovaly postupně my. Ostatní skupinky zatím zaměstnával někdo jiný nebo se zatím občerstvovaly. Tato aktivita se týkala tance, zatímco pohyblivé klientky zvládaly tanec bez problémů. Tak s paními, které jsou na vozíku nebo mají s chůzí potíže, jsme si zatančily na písničku Červený šátečku, kdy jsme využily různé šátky, které jsme našly. Schválně jsme zde psaly v souvislosti s tancem pouze o ženách, protože ženy v domově jednak převažují a jednak jsou více „čilejší“, muži jsme tak při tanci postrádali, ale myslím, že se nám je podařilo dostatečně zastoupit. V pauzách jsme si vzájemně povídali.

Naše první setkání pro nás bylo velmi zajímavou zkušeností a zážitkem. Během celého odpoledne jsme se snažily věnovat všem klientům stejnou pozornost a dát všem dostatečný prostor, aby se mohli vyjádřit. Na klientech bylo vidět, že jsou rádi, že se jim někdo věnuje a že mohou s někým mluvit a někdo je poslouchá.

Procházka, poznávání rostlin, výrobky z kaštanů, 6. 10. 2014

Dnešní program aktivizace se odvíjel od počasí. Již na počátku naší praxe jsme byly totiž pracovnicemi požádány, jestli by nám nevadilo chodit s klienty za příznivého počasí ven nejlépe do nedalekého parku Lužanky. Senioři, kteří se v domově nacházejí, jsou mimo jiné i pohybově omezení, tato skupina klientů bohužel převažuje a oni se neobejdou bez doprovodu, vzhledem k personální kapacitě nemají tito klienti ovšem příliš možností dostat se mimo území domova.

Jak je již asi zřejmé, dnes bylo venku opravdu pěkně a my tak mohly poprvé vyjít s klienty na procházku. Vzhledem k tomu, že klienti se přemísťují za pomoci invalidního vozíčku, bylo zapotřebí si nejdříve vyzkoušet, jak zvládneme jeho řízení. Než se klienti nasnídaly, tak jsme absolvovaly krátký „výcvik“, kdy jsme se dozvěděly od zkušenějších užitečné rady, jak vozíčkem zdolávat různé nerovnosti a překážky na trase. Naštěstí jsme měly obě s jízdou s vozíčkem již nějaké zkušenosti, takže jsme to za chvíli zvládaly a mohly jsme jít za klienty.

Každá z nás dostala na starost jednu paní, které pomohla s oblékáním, přesunem na vozík a potom se jí celé dopoledne věnovala. Plus s námi šla ještě jedna pracovnice s jednou klientkou, aby nám v případě potřeby mohla pomoci. Všechny tři klientky, které s námi šly dnes na procházku, byly velmi milé a naštěstí i komunikativní.

Cestu do parku jsme využily k tomu, abychom se s klientkami více seznámily, přestože jsme se s nimi už potkaly při poslední návštěvě domova, moc jsme o nich přeci jenom nevěděly a oni o nás vlastně také ne. Při vstupu do parku jsme vyhlásily soutěž – poznávání rostlin. Chodily jsme nejruznějšími cestičkami, křížem krážem a zastavovaly se u různých stromů, květin,



bylinek a nechávaly klientky hádat, o jakou rostlinu se jedná. V některých případech bylo potřeba zapojit více čich, aby například poznaly šafrán, jindy jsme zase sbíraly listy nebo plody, aby si je mohly klientky lépe prohlédnout a měly šanci uhodnout jako první, o jakou rostlinu se jedná.

Poté jsme si udělaly u laviček krátkou pauzu, kdy si jedna paní zapálila cigaretu a my jsme zatím zhodnotily výsledky a také zopakovaly některé rostliny, u nichž si klientky nemohly vzpomenout na jméno. Protože každá chtěla vždy svůj vlast list, že si ho vezme sebou na pokoj, rozhodly jsme se toho využít k tomu, že za úkol si budou tyto rostliny procvičovat a paní volnočasářka, případně my je při naší příští návštěvě vyzkoušíme.

Cestou jsme si nasbíraly různé přírodniny, jako kaštiny nebo žaludy. Po návratu do domova jsme pomohly klientkám se převléknout a ještě před jejich obědem jsme se pustily do výroby zvířátek z věcí, které jsme si přinesly, při čemž jsme se bavily o našich domácích mazlíčcích, které paní měly dříve doma.

Procházka městem, návštěva kostela Sv. Jakuba, cukrárna, 13. 10. 2014

Dnešní program se opět týkal procházky, ovšem tentokrát s námi šly tři klientky, které byly více soběstačné a navíc všechny pocházely přímo z Brna, čehož jsme se rozhodly na procházce využít a vyrazily jsme do centra města.

Klientkám jsme nejdříve pomohly s oblékáním, kdy se musely patřičně namalovat a ozdobit, aby jim to co nejvíc slušelo, a potom jsme vyrazily. Cesta byla pro nás, jak nejspíše na invalidní vozíčky ještě moc zvyklé, přeci jenom trochu náročnější, ale bez jakýchkoliv závažnějších problémů jsme dorazily na náměstí Svobody. Cestu jsme opět využily k tomu, abychom klientky lépe poznaly a dozvěděly se něco o jejich životě.

Nejdříve jsme si prohlédly náměstí a památky, které se zde nacházejí a kterých od dob, kdy naposledy navštívily centrum, přibýlo. Potom jsme začaly obcházet přilehlé uličky, pokukovaly po výlohách a snily jsme o tom, co si koupíme a kam bychom si nové věci vzaly. Protože všechny tři klientky byly s Brnem spojeny i dříve, začaly vzpomínat, jak vypadalo dříve, kam chodily nejčastěji nakupovat, ukázaly nám, kde pracovaly nebo kam chodily za přáteli a musím říct, že bylo velmi zajímavé sledovat Brno jejich očima. S jejich vzpomínáním na dřívější Brno se začaly vynořovat i velmi milé historky, například o prvním tanci s mláďencem.

Po vzpomínání jsme se vydaly ke kostelu svatého Jakuba, kde jsme se na chvíli zastavily a pak jsme šly do cukrárny. Každá seniorka si sama objednala, na co měla chuť a všechny si pochutnávaly údajně na vynikající svačince. Během odpočívání v cukrárně se téma rozhovoru stočilo na opačné pohlaví a na jejich nedostatky. Seniorky se začaly nenápadně rozhlížet



po vhodném kandidátu a mnohdy velmi vtipně hodnotily kolemjdoucí pány. Bohužel žádný vhodný pán se před naším odchodem zpátky do domova neobjevil.

Aktivity zaměřené na rozvoj jemné motoriky, zhodnocení aktivity, 16. 10. 2014

Na dnešní setkání jsme si připravily program, který byl zaměřen na rozvoj jemné motoriky. Proto jsme se opět domluvily s paní Ivou, kteří klienty se programu zúčastní a poté vybrané klienty dovezly a doprovodily do jídelny, které se náš program odehrával. Před samotným programem jsme klientům vysvětlily, čeho se bude dnešní program týkat a jak bude probíhat. Našeho programu se dnes zúčastnilo 5 lidí. Při realizaci samotných aktivit jsme se zaměřily na jemné pohyby prstů, jejich koordinaci, pohyblivost a obratnost. Nejenže tyto aktivity slouží k rozvoji jemné motoriky, aktivity dále i uklidňují, zlepšují koncentraci a odstraňují únavu.

Náš program jsme započaly tím, že klienti začali střídavě roztahovat prsty od sebe a svírali je zpět v pěst. Prvně jsme toto cvičení prováděli s jednou rukou a poté s druhou rukou. Je důležité u tohoto cvičení prsty pevně stlačovat v pěst a naopak prsty co nejdéle od sebe roztáhnout.

Druhou aktivitou bylo to, že si klienty měli položit svoje ruce buď na stůl, nebo na svá kolena. Poté dostali za úkol, aby postupně zvedali a pokládali prsty na každé ruce.

Další aktivitou byl takzvaný „mlýnek“, kdy měli klienty prsty rozevřené a spojené. Jejich prsty se dotýkali bříšky prstů, tak že pravý ukazováček se dotýká levého ukazováčku, pravý prostředníček se dotýká levého prostředníčka apod. Postupně mleli shodnými prsty, aniž by od sebe ostatní prsty oddělili.

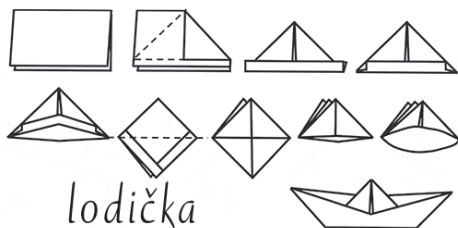
Další aktivita, která nese název „kočičí drápky“ je už obtížnější. Klienty se při ní musí více soustředit a provádět pohyby prstů opravdu pečlivě. Tato aktivita probíhala tak, že klienti měli jejich dlaň na podložce a postupně zvedli jeden prst, který poté pokrčili a poté opět položili. Ovšem aniž by odlepili ostatní prsty na ruce od podložky. Některým klientům tato aktivita dělala ze začátku maličko problémy, ale ke konci ji hravě zvládli.

Naší poslední aktivitou na rozvoj jemné motoriky bez pomůcky, byla činnost, která se jmenuje „solíme, pepříme“. Jak už sám název napovídá, tato aktivita se provádí, jako kdybychom solili. Tudiž naši klienti dali ruce do pozice špetky a snažili udělat pohyb prstů, jako kdyby kořenili jídlo. Nejdříve to zkoušeli jednou rukou a potom druhou.

Při dalších aktivitách jsme využili pěnové balónky, které si pro klienty donesly. Každý z klientů dostal balónek a jeho úkolem bylo, aby tento balónek co nejvíce zmáčknul a poté povolil. Nejdříve klienti cvičili jednu ruku a potom druhou.

Při další aktivitě jsme klientům rozdali plastelínu. Každý z klientů dostal plastelínovou kuličku, kterou jsme předem maličko rozpracovaly, aby nebyla plastelína tak tvrdá. Úkolem klientů bylo, aby měnili vzhled plastelíny, podle toho co jim za tvar určíme. Nejdříve měli z plastelíny vymodelovat dlouhého hada, potom měli za úkol opět udělat kuličku, tuto kuličku, pak rozdělit na 3 díly a z nich uplést copánek a z toho copánku opět udělat dlouhého hada a nakonec kuličku, která vypadala stejně jako ta, kterou dostali na začátku.

Tento program jsme zakončili skládáním lodičky z papíru. Nejprve jsme klientům rozdaly papíry a nůžky. Poté jsme s nimi krok po kroku skládali, než z papíru vznikla lodička. Někteří klienti si dokonce lodičky chtěli i pokreslit.



Na závěr jsme klienty poprosily o zhodnocení našeho dnešního programu. Zajímalo nás, jak se jim líbil náš dnešní program a zda byli spokojeni. Všichni klienti nám řekli, že se jim jednotlivé aktivity líbily a že byli spokojeni. Poté jsme si s klienty ještě chvíli povídali a potom jsme se rozloučili.

Očichávání koření, ochutnávání jídel, povídání si s klienty, 20. 10. 2014

Dnešní program jsme se rozhodly zaměřit na procvičení dvou smyslů a to konkrétně čichu a chuti. Myslíme si, že je důležité, aby i u starších lidí byly procvičovány smysly, které jsou pro každého člověka nepostradatelné.

Nejprve než mohl začít náš samotný program, domluvily jsme s paní Ivanou, která má na starost volný čas v tomto zařízení, kteří klienti se dnes do programu zapojí. Celkem jsme do jídelny navozily a doprovodily 6 klientek. Zpočátku klientky nevěděly, co je čeká, ale jakmile jsme jim pověděly, co budeme dělat, vypadaly nadšené, což nás moc potěšilo.

Rozdaly jsme každé klientce sadu kartiček, na kterých byly napsány jednotlivé názvy koření. Poté jsme nechaly kolovat jednu malou zavařovací skleničku, ve které bylo nasypané koření. Každá z klientek měla za úkol poznat, o jaké koření se jedná a nachystat si kartičku se správným názvem koření. Jakmile všechny klientky skleničku s kořením viděly a mohly si ji i očichat, zeptaly jsme se, o jaké koření se jedná. A klientky nám zvedaly lístečky s názvem koření. Ten kdo poznal, o jaké se jedná koření, získal jeden bod. Poté kolovala další sklenička s jiným kořením. Celkem jsme nechali kolovat 20 skleniček s kořením. Některá koření bylo snadné uhodnout, ale některá dělala klientkám problém. Poté jsme sečetly body a vyhlásily vítězku, která od nás získala bonboniéru. Vyhrála paní, která přý za mlada dělala kuchařku, takže nebylo moc čemu se divit, avšak výhra ji moc potěšila. Tato paní uhodla celkem 18 druhů koření.

Poté jsme klientkám nalily čaj, aby jim lépe šla druhá aktivita, která se týkala ochutnávání jídel. Před samotnou aktivitou jsme zjišťovaly, zda nějaká klientka není na nějaké jídlo alergická nebo jí nevdá. Zpočátku jsme moc nevěděly, jestli klientky budou ochotné přistoupit na naše podmínky k této aktivitě, protože jsme chtěly, aby při ochutnávání zavřely vždy oči. Ovšem všechny klientky souhlasily, takže mohla začít samotná aktivita. Každé klientce jsme do pusy daly kousek nějakého jídla. Jakmile všechny dostaly kousek jídla, povídaly jsme si, co to asi mohlo být a z čeho se dané jídlo skládá. Poté jsme řekly správnou odpověď. Následovalo další kolo a další. Celkem jsme udělaly 10 kol, kde klientky ochutnávaly různá jídla – od banánů až po kousek buchty. Nejvíce všem klientkám chutnal kousek bábovky a kousek čokolády.

Po této aktivitě jsme klientkám dolily čaj a na stoly nachystaly zbytek jídla, které nám zbylo z naší aktivity. Pustily jsme jim hudbu a začaly si s nimi povídat. Ptaly jsme se jich, jak se jim aktivity líbily, co se jim naopak nelíbilo, co bychom měly do příště vylepšit apod. Poté jsme si povídaly o tom, co je jejich oblíbené jídlo, co za svého mládí rády vařily a co jim naopak nechutná. Nakonec jsme si povídaly, co dělaly včera a co mají v plánu zítra.

Musíme uznat, že ze začátku jsme se dnešního programu trošku obávaly, aby klientky byly ochotné spolupracovat a zúčastnit se obou aktivit a aby vše vyšlo, tak jak má. Ale nakonec jsme odcházely s velice dobrým pocitem. Myslíme, že klientkám se naše aktivity líbily.

Pouštění ukázek z filmů a jejich poznávání, doplňování názvů filmů, poslouchání písniček a jejich poznávání a společná diskuze na téma hudba, 3. 11. 2014

Našeho dnešního pořadu se zúčastnilo 7 klientů, mezi kterými dnes už nebyly jen samé ženy, ale zúčastnili i dva pánové. Na začátek jsme všechny klienty opět doprovodily a dovezly do jídelny, kde jsme je usadily kolem stolů. Poté jsme jim nalily čaj a představily jim náš dnešní program a šly nachystat potřebné věci k naší aktivitě (televizi a DVD přehrávač).

Začaly jsme první aktivitou, která se týkala pouštění krátkých ukázek z filmů. Rozdaly jsme každému klientovi malý papírek a tužku, na který zapisovali klienti, o který film se jedná. Pouštěli jsme postupně 7 ukázek z filmů. Pustili jsme ukázkou z těchto filmů: Anděl na horách, Anděl na dovolené, Adéla ještě nevečeřela, S tebou mě baví svět, Tři oříšky pro popelku, Šíleně pyšná princezna a Hrátky s čerty. Jakmile jsme dopouštěly jednotlivé ukázky filmů, došlo k vyhodnocení. Velice nás zajímalo, jestli si klienti dokážou vzpomenout, o jaké filmy se jedná. Byly jsme překvapené, protože hodně z klientů poznalo skoro všech 7 filmů. Nejvíce jim dělal problém film – Adéle ještě nevečeřela.

Poté následovala krátká aktivita, kdy jsme rozdaly každému klientovi papírek, na kterém byly napsány názvy filmu, avšak tyto názvy nebyly celé. Úkolem klientů bylo, aby doplnily zbytek názvu filmů. Na druhé straně papírku byly napsané slova ve dvou sloupečcích. Nyní bylo úkolem klientů, aby spojily vždy jedno slovo z prvního sloupečku se slovem z druhého sloupečku. Spojením těchto dvou slov vznikl vždy název nějakého filmu.

Doplnění názvu filmů

Starci na... Tři oříšky... Šíleně smutná... Zítřka ... S tebou mě... Co je doma, to ... Což takhle dát si... Císařův pekař ... Obušku, z... Noc na... Taková normální... Tenkrát na... Cesta do hlubin... Marečku, podejte... Na samotě u ... Ducháček to...

Spojování názvů filmů:

Byl jednou jeden	Švejk
Limonádový	Princezna
Dobry vojak	Benzin
Pyšná	Bára
Pudr a	Kral
Princ a	Dudák
Divá	Ruženka
Šipková	Večernice
Strakonický	Joe

Po těchto aktivitách následovalo poslouchání písniček a jejich následné poznávání. Před samotnou praxí jsme se dohodly, které písničky vybereme. Poté jsme je stáhly

a vypálily na cd. Na cd bylo 14 písniček, které jsme si postupně pustili. Po každé písničce jsme se ptaly klientů na název písničky a taky co tam hrálo za nástroje nebo kolik lidí tam zpívalo. Písničky jsme vybírali především lidové. Po této aktivitě jsme opět klientům dolily čaj a posadily se za nimi ke stolům a povídaly si s nimi. Zajímalo nás, jaký mají vlastně vztah k hudbě, jaké písničky se jim líbí apod.

Na závěr jsme si s klienty zazpívali písničku Okolo Frýdku cestička a poté jsme se s klienty rozloučily.

Výroba andělků, posezení a rozloučení, 10. 11. 2014

Čekal nás poslední den v Domově Slunce a my jsme si přály, aby byly poslední společné hodiny co nejpříjemnější a klientky si mohly zároveň něco malého nechat na památku, proto jsme se domluvily se zdejší sociální pracovnící a s paní Ivanou, která nás měla celou naši praxi pod dozorem, zda bychom si nemohly udělat takové malé posezení.

Nejdříve jsme si však chtěly s klienty domova vytvořit malý výrobek, který by jim zůstal, a vzhledem k blížícím se Vánocům jsme se rozhodly, že oba tyto faktory propojíme a vyrobíme si malé andělíčky. Výrobu andělků jsme uzpůsobily tak, aby nebyla nijak pro seniorky náročná, časově i co se týče zručnosti. Přinesly jsme si materiál, vysvětlily a ukázaly, co nás čeká a pak se všechny seniorky, které se našeho posledního dopoledne účastnily, pustily s elánem sobě vlastním do výroby a musím říct, že společnými silami se nám podařilo vytvořit spoustu malých andělků a všechny jsme byly z výsledku nadšené a všechny klientky měly velikou radost, že si mohou výrobek nechat.



Potom jsme společně strávily příjemnou hodinu tím, že jsme si uvařily kávu, případně čaj podle toho, kdo měl na co chuť, daly jsme si k tomu buchtu a cukroví, které jsme sebou přinesly, a povídaly jsme si. Během povídání si, jsme vyslechly spoustu dalších zajímavých i zábavných historek nejen z prostředí domova pro seniory, ale i ze života klientek a zdejších pracovníků, bavily jsme se o blížících se Vánocích a také jsme na závěr shrnuly naši praxi a se všemi se rozloučily.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Celkově hodnotíme praxi velice kladně. Byla pro nás velice přínosná a inspirativní. I když jsme si tuhle praxi nedokázaly vůbec představit, protože ani jedna z nás s touto cílovou skupinou nikdy dříve nepřišla více do kontaktu, krom občasných návštěv našich prarodičů, byly jsme nakonec mile překvapené. Nejenže nás práce se seniory bavila, ale naučila nás, že senioři nejsou pouze staří nemohoucí lidé, ale naopak lidé plní úsměvů, energie a dobré nálady.

Setkávání se seniory nás velice obohatilo. Naučili jsme se nahlížet jiným způsobem na seniory. Myslím si, že tato praxe je jedna z nejdůležitějších praxí, kterou jsme měly možnost absolvovat. Je velice důležité, abychom se naučily pracovat s touto cílovou

skupinou, která nám je vzdálena, avšak ne tolik, jak si mnozí myslí. Po zaposlouchání do různých životních příběhů jsme totiž zjistily, že nám jsou senioři v mnohém podobní a že nám mohou mnohé předat.

Jsmeme rády, že jsme si práci s touto cílovou skupinou mohly vyzkoušet. Díky této praxi jsme objevily nové možnosti naší budoucí práce s lidmi.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Cílem výzkumného šetření bylo zjistit postoj seniorů, kteří zůstávají bydlet mimo domovy pro seniory, k zařízením pro seniory a také jejich znalost o této oblasti. Formou krátkého rozhovoru jsme se soustředily na zjišťování informací týkající se toho, jaké povědomí mají senioři o domovech pro seniory a jak senioři vnímají takováto zařízení, z jakých důvodů se nechtějí do domova pro seniory přestěhovat, případně, za jakých okolností by s přestěhováním souhlasili.

Cílová skupina: senioři, kteří nežijí v domovech pro seniory

Počet respondentů: 8 respondentů

Pohlaví respondentů: 5 žen a 3 muži

Věk respondentů: Anna 69 let, Maruška 72 let, Marie 75 let, Zdena 76 let, Ludmila 86 let, Karel 71 let, Josef 74 let, Mirek 84 let

Sběr dat

Pro sběr dat jsme použili krátké rozhovory se seniory, kteří nebydlí v domovech pro seniory. Respondenty

Otázky k rozhovoru:

1. Co víte o domovech pro seniory? Jaký je váš názor na ně?
2. Odkud víte informace o domovech pro seniory? / Kde jste slyšela o domovech pro seniory?
3. Je v okolí vašeho bydliště nějaké zařízení pro seniory? Měl/a jste možnost podívat se tam?
4. Znáte někoho ve svém okolí, kdo žije v domově pro seniory? Jak se mu tam žije?
5. Jak podle Vás probíhá běžný den v domově pro seniory?
6. Jaká vidíte pozitiva a negativa bydlení v domově pro seniory?
7. Jaké důvody vedou podle Vás lidi k rozhodnutí, že se přestěhují do domova?
8. Uvažoval/a jste někdy, že Vy sám/sama se tam jednou přestěhujete? Proč ano / proč ne?
9. Kdyby se zhoršil Váš zdravotní stav a byl/a byste odkázán/odkázána na pomoc okolí, vybral/a byste si žít v domově pro seniory nebo u svých dětí (v rodině)?

Analýza

Při samotných rozhovorech jsme se držely základních otázek, které jste měli předem připravené. Poté jsme v rozhovorech zvýraznily kategorie, které vznikly na základě výpovědí respondentů. Vybrané „kategorie“ jsou ty, které se nejvíce opakovaly a vystihovaly danou odpověď na otázku.

Seznam respondentů:

Anna – 69 let

Maruška – 72 let

Marie – 75 let

Zdena – 76 let

Ludmila – 86 let

Karel – 71 let

Josef – 74 let

Mirek – 84 let

1. Co víte o domovech pro seniory? Jaký je váš názor na ně?

Anna: Domovy pro seniory jsou pro seniory, starý lidi, co zůstali sami, umřel jim partner **a jejich děti o něho nemají zájem**, nebo třeba **rodinu nemají**. Tak právě pro to je to dobrý, protože díky nim nejsou lidi sami.

Maruška: Domovy pro seniory jsou zařízení, kde **bydlí starší lidé**, kteří **mají nějakou nemoc nebo poruchu**. A právě v domově pro seniory se o tyto lidi dokážou postarat odborníci. Myslím si, že je dobře, že takové domovy existují, protože pomáhají spoustě lidem.

Marie: Domovy pro seniory jsou zařízení, kde bydlí staří lidé, **o které se nemá kdo postarat**, nebo **nezvládají oni sami péči o sebe**. Já mám na ně kladný pohled, protože **pomáhají** nejen nemocným a starým lidem, ale i jejich **rodině**, která nezvládá péči o tyto lidi.

Zdena: Můžou tam jít žít starý lidi, když nemůžou být už doma, jsou třeba nemocní nebo se už o sebe nedokážou postarat. **Starají se tam o ně** a tak... proto myslím, že **je to správná věc**, protože vlastně **lidem pomáhají**.

Ludmila: Je to domov, kde jsou staří lidi, kteří už nezvládnou se o sebe postarat, protože jsou třeba na vozíčku nebo zapomínají a padají. Jo je dobře, že tu jsou. Bydlí tam hodně lidí, kterým tam pomáhají.

Karel: Bydlí tam staří lidé, o které se starají... a bydlí tam ti staří lidé, kteří už nikoho nemají ... no možná majou, ale jsou tam radši. Myslím, že je to dobrá věc, aspoň **nejsou staří lidé doma sami**.

Josef: Ideální podle mě pro lidi, co zůstanou sami, **není nic lepšího**, zvláště když mají zdravotní problémy a sami doma to nezvládají.

Mirek: Tak jsou to zařízení pro tak starý lidi jako jsem já, kteří nechtějí bydlet už doma nebo nemůžou, protože mají zdravotní problémy.

2. Odkud víte informace o domovech pro seniory? / Kde jste slyšela o domovech pro seniory?

Anna: **To každý ví**, jako každý ví, jak to vypadá ve škole, každý má nějakou představu podle toho, co slyšel, četl...

Maruška: No **z televize** nebo **z novin** nebo taky **od kamarádek**. Bavíme se o nich s kamarádkami nebo se švagrovou, občas vidím něco v televizi nebo v novinách.

Marie: Jen z vyprávění **od známých** nebo z televize, když je tam nějaká kauza.

Zdena: No tak to já nevím, tak nějak **obecně se to přeci ví**, ve zprávách o tom mluví, v novinách jsou články...

Ludmila: Z televize a taky z rozhlasu, když ho občas poslouchám.

Karel: To byl seriál... jak se to jen jmenovalo... jo život je ples, no a tam byl domov seniory

Josef: Tak myslím, že se o tom hodně mluví ve společnosti, hodně se to probírá. **Moje sestra tam navíc žije.**

Mirek: To je různý, pořád se někde píše nebo mluví o tom, jak a kde žijí starý lidi...

3. Je v okolí vašeho bydliště nějaké zařízení pro seniory? Měl/a jste možnost podívat se tam?

Anna: **Ano** je, navíc poměrně nově postavené, ale **nebyla jsem tam.**

Maruška: Ano, je, v naší obci je jedno. Tam bydlela moje švagrová.

Marie: Ano je. Jeden domov a jeden klub pro seniory. Ne, **neměla jsem možnost se tam podívat.**

Zdena: Je v Poličce, tam je už pěkně dlouho, takových 15 let? No tak nějak, **vzpomínám si, jak to stavěli** a natřeli venkovní zeď na růžovo... ale zvykneš si. A nedávno postavili pro důchodce i v Bystrém a tam **pracuje ta naše příbuzná.** Přímo na pokoji těch lidí, co tam žijí, jsem nebyla, ale **dokážu si to bydlení představit,** z vyprávění nebo taky chodím kolem něho, jak jedeme do města.

Ludmila: **Není,** jedno je od nás daleko a druhé je už několik let zavřené. Jednou jsem tam byla za sousedkou, která už ale nežije.

Karel: Jo v Postřelmově, Bludově, to je **kousek z naší vesnice.** Nebyl jsem tam, ale ženský v obchodě si o tom občas povídaj.

Josef: Ano je, ale nebyl jsem tam u nikoho na návštěvě, jen **jsem viděl fotky,** co mi ukázala Marie, jak to u ní vypadá.

Mirek: Tady jich je, to víš, **lidi stárnou,** tak se musejí někam nacpat. No byl jsem v nemocnici (LDN) a to bylo hrozný, když jsem začal vnímat a vidět tam ty dědky, jak jenom leží, blábolí...

4. Znáte někoho ve svém okolí, kdo žije domově pro seniory? Jak se mu tam žije?

Anna: **Ne** nijak **osobně,** jako že vím, že třeba ta paní od hřbitova se tam přestěhovala, ale my se neznali tak moc, abychom se spolu nějak stýkali...

Maruška: Ano, **pár mých vrstevníků tam žije.** No, myslím, že dobře, protože jim tam nic nechybí, mají tam lidi, kteří se o ně starají.

Marie: Asi jen jednu paní z baráku. A žije se jí tam určitě líp, než samotné v bytě. Má tam **společnost a odborníky.**

Zdena: Jitka (švagrová) se tam přeci nedávno přestěhovala, sama se tak rozhodla, ale já bych řekla, že to doma s Irenou (dcera) neměla lehké, to víš, je hubatá, nenechá si nic líbit... Jitka chtěla mít určitě klid. Vždycky když volá, tak je spokojená, seznámila se s dalšími ženskejma a vypadá to, že potkala i nějakýho pána tam, který k ní chodí někdy na obědy.

Karel: Ne. Ale dřív tam bydlela teta Dráža. Víš ne?

Ludmila: Ta sousedka Marešová tam žila, ale už nežije... ale dřív se jí tam asi žilo dobře, protože **měla kolem sebe lidi,** kteří jí doma chyběli.

Josef: **Ano**, sestra Marie a určitě bych si vzpomněl i na další, co se tam přestěhovali. Myslí, že **spokojeně**. Líbí se jí tam. Víte, ona nemohla být sama doma a zároveň se ale nechtěla stěhovat k synovi, aby mu nepřekážela a ostatní z rodiny jako já, bydlíme moc daleko a ona chtěla zůstat ve městě, kde je zvyklá žít.

Mirek: **Mí spolužáci** ze školy tam jsou, moc ne, to víš, už jich moc nežije, ale jeden tam bydlí, on zůstal sám... byl jsem se tam za ním vlastně i podívat. A je určitě spokojenější než doma, kde to nezvládal a nemohl tam už sám být.

5. Jak podle Vás probíhá běžný den v domově pro seniory?

Anna: Já mám takovou představu, že to je **jako v nemocnici**, když jseš nemocný, máš potíže, tak **ležíš v posteli** a jsou tam lidi, co o ně pečují, když nemáš takový zdravotní potíže, tak máš volněji a můžeš si asi dělat během dne, co chceš.

Maruška: Ráno lidem pomohou sestřičky s oblékáním, pokud to člověk sám nezvládne a potom je **snídaně**. Myslí, že mohou snídat **senioři** i na pokoji nebo jít do jídelny. Potom mají program, buď **cvičí**, nebo **hrajou hry** nebo si **zpívají** nebo tak. A pak je **oběd**. Po obědě je polední klid. A pak asi **odpočívají** a potom je **večeře** a jdou spát. Ještě když je pěkně, tak chodí ven na zahradu nebo na procházky do města.

Marie: Ráno člověk vstane, obleče se, udělá hygienu, má snídaní, potom jde třeba **na zahradu** nebo si může číst, potom je oběd a po obědě chodí odpoledne lidem asi **návštěvy** a pak je večeře. A pak seniory koupou a uloží spát.

Zdena: Hm... tak to nevím, **asi jako doma**, ale jsou tam lidi, když něco potřebuješ, když jseš nemocnej a ty o tebe pečují, jako když byl děda na LDN. Máš tam i jídelnu, takže si nemusíš vařit. Navíc tam mají **různé programy, dechovky** a podobně, aby ty lidi měli taky nějakou zábavu.

Ludmila: No... já nevím... asi jak den doma, protože tam si taky **asi děláš, co chceš**...

Karel: Ráno se vzbudí, nasnídají se... a pak po celý den se ti co **se o ně starají**, jim vymýšlejí aktivity.

Josef: Tak taková **pohodička**, nemusí se stresovat, že si zapomenou vzít léky, má tam lidi, za kterými můžete zajít, když něco potřebujete, jiní lidi v našem věku, se stejnými problémy. Nemusí se starat o dům, jen se věnuje tomu, co chce.

Mirek: To by ses měla ptát těch lidí, co tam bydlí... ráno vstanou, nasnídají se, sní si **prášky**, pak čekají na oběd a další prášky a pak ještě večeře a mezi tím dělají, co chtějí, bude to ale záležet samozřejmě na tom, jak moc jsou schopní ještě žít.

6. Jaká vidíte pozitiva a negativa bydlení v domově pro seniory?

Anna: Pozitivem je **péče**, pracují tam lidi, kteří se o tebe starají. Asi se člověk cítí **opuštěně**, když tam je, tak nemá vlastně rodinu, ale zase jsou tam jiní lidi, se kterými tam můžeš být.

Maruška: Hlavním z pozitiv je, že je člověk pod **dohledem**, pod **kontrolou**, že kdyby se mu cokoliv stalo, tak si může zavolat **pracovníky**, kteří mu pomůžou. Dále pak, že je člověk mezi svými **vrstevníky**. Nemusí se o nic starat, o úklid, prádlo, zahradu. A taky že když to rodina nezvládá, má kam dát toho seniora. No je to docela **drahé**, je možné, že se tam člověku nebude líbit a bude mu **chybět domov a rodina**.

Marie: Pozitiva jsou určitě péče **odborníky**, dohled, žádné starosti, společnost ostatních lidí, zábava a pomoc rodině. Negativa vidím ve finanční náročnosti, **zavedený režim**, který nemusí každému vyhovovat, **ztráta soukromí**.

Zdena: Máš kam jít, když jseš starěj a nemocnej a nemůžeš být doma, protože se o tebe nemá kdo starat. Jsou i případy, kdy pomáhají té rodině, která by se chtěla o toho člověka postarat, ale nezvládá to. Tam o tebe pečují a seš tam s jinýma babkama, takže nejseš třeba sám celý den doma. Ale řekla bych, že to je drahý a nemáš takový soukromí.

Ludmila: Tak hlavně tam nejseš sám, máš tam lidi kolem sebe a taky ty **sestřičky** a **doktor** tam je, takže kdyby se ti něco stalo, tak oni na tebe dohlídnou. A nevýhoda... no tenkrát Marešová říkala, že je to dost drahý a že by chtěla svůj pokoj, protože ho měla s jednou paní, která furt něco mlela.

Karel: **Nemusejí bydlet sami**. Negativa, že nebydlej s rodinou a nemají soukromí. No a taky to je myslím dost drahý.

Josef: Pozitiva – postarají se tam o tebe, když ty sám to už nezvládáš, jsou tam zdravotníci a jiný starci, se kterými si můžeš promluvit. Negativa, **není to domov, asi máš pocit, že jseš v cizím prostředí**.

Mirek: Výhodou je, když jseš sám a potřebuješ pomoc druhých lidí, s tím souvisí to, že se o ně starají, pomáhají, je tam doktor, nemusíš se o moc věcí sám starat.

7. Jaké důvody vedou podle Vás lidi k rozhodnutí, že se přestěhují do domova?

Anna: **Samota** a stáří, když to nezvládá být sám.

Maruška: Většinou to bude asi nějaká **nemoc** nebo **porucha**, se kterou už není člověk schopen se o sebe postarat nebo rodina to také nezvládá. Taky to může být to, že člověk bydlí daleko od rodiny. Dalším důvodem je možná taky samota, kdy člověku chybí lidé, kteří by si s ním popovídali u kávy, zahráli hru a tak dále.

Marie: **Nesoběstačnost**, samota, **náročnost pro rodinu**, nemoc nebo porucha, **nevychovující bydlení**.

Zdena: No když jsou nemocní, nemají nikoho, kdo by se o ně staral... nebo můžou jenom třeba sami chtít tam bydlet, aby nebyli sami.

Ludmila: Nemoc, samota, nesoběstačnost... možná i rodina, jak se chová k těm lidem. V dnešní době je to kolikrát hrůza.

Karel: No, aby **nemuseli bydlet třeba sami**, aby se taky zabavili... nebo je taky doma nechtěj.

Josef: **Zdravotní problémy**, což není v našem věku nic divného, ale je problém, když žiješ sám a nemá ti kdo pomoc a postarat se, když ti není dobře, zavolat záchranku...

Mirek: Samota, špatné zdraví, nemá člověk rodinu...

8. Uvažoval/a jste někdy, že Vy sám/sama se tam jednou přestěhujete? Proč ano / proč ne?

Anna: Zdaleka **ne**.

Maruška: Zatím jsem **neuvažovala**, protože to sama vše zvládám. Ale kdybych jednou přestala péči o sebe a zahradu zvládat, tak proč ne.

Marie: **Ano**, občas nad tím přemýšlím. Protože mi **dělá problémy chodit do schodů**.

Zdena: Ne to ne, já **musím být doma**, mám tady dědka, zvířata a kdo by se o něj staral?

Ludmila: Ne, zatím **nebyl důvod**.

Karel: Možná, až budu víc starěj, ale **zatím chci bydlet tady na baráku**.

Josef: Ne, žiji **v této vesnici celý život, mám tady vzpomínky a lidi, rodinu**.

Mírek: Ne, já mám rodinu a ta se o mě stará. My z vesnice jsme zvyklí na něco jiného a pak **já chci umřít tady doma...**

9. Kdyby se zhoršil Váš zdravotní stav a byla byste odkázán/odkázána na pomoc okolí, vybral/a byste si žít v domově pro seniory nebo u svých dětí (v rodině)?

Anna: Nepřemýšlela jsem nad tím nikdy... u nás to funguje tak, že **děti** jsou vedeny k tomu, aby **se starali o své rodiče, prarodiče**, takže tak jako já se doma starala o svoji tchýni, nyní se starám o manželka a děti my pomáhají, jezdí sem a jednou se budou starat i o mě, když to bude potřeba.

Maruška: **Raději bych žila v rodině** u svých dětí, ale v dnešní době, kdy každéj někam spěchá a není na nic čas, tak nevím, jestli by to šlo.

Marie: Raději u své rodiny.

Zdena: Nikdo neví, co bude zítra. V dnešní uspěchané době to nepřipadá v úvahu.

Ludmila: U rodiny.

Karel: No tady na baráku, nahoře bydlej **děcka** a oni **se o mě postarají** snad.

Josef: Obě moje **děti** bydlí tady taky, jako ve vesnici, takže počítám s tím, že **by se o mě postaraly**, když by to bylo potřeba, už teď mi hodně pomáhají.

Mírek: Tady je moje **rodina, na kterou se můžu spolehnout**.

Shrnutí

V samotných odpovědích respondentů na otázky jsme vybraly ty nejvíce důležité, vystihující a opakující se odpovědi, které jsme během rozhovorů získaly. Tyto odpovědi jsme zvýraznily. V mnoha otázkách odpovídali senioři dost podobně.

U první otázky, která se týkala informací o domovech pro seniory, všichni senioři uměli odpovědět na otázku. Většinou také byli toho názoru, že domovy pro seniory lidem pomáhají. U druhé otázky kde jsme se snažily zjistit, odkud ví respondenti o domovech pro seniory, jsme zjistily, že především televize, noviny, rádio či popřípadě známí a vrstevníci jim zajišťují informace o těchto zařízeních. Třetí otázka už měla různorodější odpovědi, které se vztahovaly k tomu, zda je v jejich okolí nějaké zařízení a zda měli možnost ho navštívit, se objevovaly i odpovědi že není a že neměli možnost se tam podívat či naopak že je v jejich blízkosti domova a bydlí zde jejich známí, příbuzní a sousedé. K této otázce se vztahovala následující otázka, kde jsme se ptaly, jestli lidé někoho znají, kdo je v domově pro seniory a jestli je tam spokojen. Šest respondentů odpovědělo, že znají a o koho se jedná. Pátá otázka se týkala, běžného dne v domově seniorů. U této otázky bylo vidět, že někteří respondenti znají řád (režim) v tomto zařízení a naopak někteří si mysleli, že to tu je jako v nemocnici nebo například doma. U šesté otázky jsme se ptali respondentů na pozitiva a negativa, kde převážná většina uvedla jako hlavní pozitiva: kontrola, dohled, odborníci, sestřičky, kolektiv, společnost, zábava. Jako hlavní negativum se často opakovala finanční náročnost, ztráta soukromí a kontaktu s rodinou. Sedmá otázka se zabývala

důvody, které donutí lidi nastěhovat se do domova pro seniory. U této otázky odpovídali všichni dost podobně. Mezi tyto důvody podle respondentů patří: samota, nemoc, porucha, nesoběstačnost, úleva pro rodinu. Osmá otázka se respondentů ptala, zda uvažují, že by se do domova pro seniory jednou nastěhovali. Celkem osm seniorů uvedlo, že ne, protože nechťejí opustit jejich domov, rodinu, zvířata, vzpomínky apod. Poslední otázka se ptala, zda by se jednou do tohoto zařízení nastěhovali, kdyby se o sebe nezvládli postarat nebo by volili raději pomoc rodiny. Mnoho z respondentů doufá, že by se o ně postarali jejich děti nebo rodina, avšak někteří uvádějí, že v dnešní uspěchané době to není moc reálné.

Díky tomu výzkumu jsme si utřídily naše poznatky o tom, co ví široká veřejnost o domovech pro seniory. Samy jsme totiž před začátkem naší praxe moc nevěděly, jak to v takovém zařízení chodí, zda je zde nějaký režim, nebo zde lidé jen „vedle“ sebe žijí, třeba jako v paneláku. Musíme ale usoudit, že mnoho seniorů ovšem zná, jak to tam chodí, vědí o těchto zařízeních či dokonce o nich uvažují. Je tedy možné, že až nám jednou bude více let, tak že taky budeme vědět, kde tyto domovy v našem okolí jsou, jak tam probíhá každý den či dokonce v nich budeme jednou chtít samy bydlet.

LITERATURA

HOLCZEROVÁ, V., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013, 96 s., obr. příl. ISBN 978-80-247-4697-5.

SUCHÁ, J. *Cvičení paměti pro každý věk: testy na paměť a logiku*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 175 s. ISBN 978-80-736-7199-0.

Aktivizace seniorů/ Senioři se baví

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Kristýna Beránková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory se nachází nedaleko Brněnské přehrady v Brně-Bystrci.

Domov pro seniory se nachází nedaleko Brněnské přehrady v Brně-Bystrci. Je umístěn v takové části sídliště, kde mají klienti možnost sociálního kontaktu i s okolím, mohou si sami chodit nakupovat do nedaleko vzdáleného obchodu a daleko to nemají ani na tramvajovou zastávku.

Zřizovatelem domova je Statutární město Brno. Zařízení poskytuje sociální pobytovou službu s celoročním provozem. Kapacita domova je 213 lůžek, rozdělených do jednolůžkových a dvojlůžkových obytných jednotek. Součástí každé takové jednotky je předsíň, koupelna, WC a balkon či lodžie. Klient si sám může zvolit, zda chce obytnou jednotku vybavit vlastním nábytkem či nábytkem domova.

Domov pro seniory poskytuje dva druhy sociálních služeb v nepřetržitém provozu. Jedná se o Domov pro seniory a Domov pro seniory se zvláštním režimem.

Domov pro seniory (dále DS)

Celková kapacita Domova pro seniory je 177 lůžek. Služba je určena seniorům, kteří dosáhli věku rozhodného pro přiznání starobního důchodu, mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, kteří nejsou schopni zůstat v domácím prostředí, terénní služby jsou pro ně nedostačující a jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc a podporu jiné fyzické osoby.

Domov pro seniory se zvláštním režimem (dále DZR)

Celková kapacita DZR činí 36 lůžek ve 24 pokojích pro jednotlivce a v 6 obytných jednotkách pro dvojice. Služba je určena seniorům od 60 let věku, kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu onemocnění stařeckou, Alzheimerovou demencí a ostatními typy demencí, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

Domov pro seniory Foltýnova poskytuje mnoho služeb, jejichž výčet si můžete přečíst na jeho webových stránkách: www.fol.brno.cz.

Dle mého názoru mají pracovníci DS dobře propracovaný systém zájmové činnosti. Každý pracovní den v týdnu probíhají dle harmonogramu různé dílny, kterých se mohou senioři zúčastňovat.

Den	Místo	9:30 – 10:45	14:00 – 16:00
PO	KLUBOVNA C	ZPÍVÁNÍ, BUBNOVÁNÍ, TANEC V SEDĚ – Regina Holíková	TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – středně těžké - Alena Sobotková
	CENTRUM RELAXACE B	TVORIVÁ DÍLNA – Veronika Večeřová (klubovna 2)	TVORIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 2)
		INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE - Marcela Rodová (v bytě)	ZPÍVÁNÍ, POSLECH A ČTENÍ – Veronika Večeřová – (knihovna)
ÚT	KLUBOVNA C	FOLKLÓRNÍ KAVÁRNIČKA – Veronika Večeřová	ZPÍVÁNÍ A POSLECH - Marcela Rodová
	CENTRUM RELAXACE B	TVORIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 2)	TVORIVÁ DÍLNA – Alena Sobotková, Veronika Večeřová (klubovna 2)
		TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – začátečníci – Regina Holíková (knihovna)	AKCE V DS/VÝLETY/VÁŘENÍ /PÉTANQUE
ST	KLUBOVNA C	KAVÁRNIČKA NAŠEHO MLÁDÍ – Ivana Paravičiny	ZPÍVÁNÍ, POSLECH, TANEC V SEDĚ - Alena Sobotková
	CENTRUM RELAXACE B	TVORIVÁ DÍLNA – Regina Holíková (klubovna 2)	TVORIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 1)
		INTERNET DLE INDIVIDUÁLNÍ DOMLUVY – Veronika Večeřová (internetové kavárna)	13:30-15:30 KROUŽEK DOVEDNÝCH RUKOU – Ivana Paravičiny (klubovna 2)
		INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE - Marcela Rodová (v bytě)	INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE - Veronika Večeřová (v bytě)
ČT	KLUBOVNA C	ZPÍVÁNÍ, POSLECH A ČTENÍ – Regina Holíková	14:30 – 15:30 PĚVECKÝ SBOR - Veronika Večeřová
	CENTRUM RELAXACE B	TVORIVÁ DÍLNA - Marcela Rodová (klubovna 2)	PÁNSKÝ KLUB – Marcela Rodová (klubovna 1)
		TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – středně těžké – Veronika Večeřová (knihovna)	TVORIVÁ DÍLNA- Alena Sobotková (klubovna 2)
PÁ	KLUBOVNA C	TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – náročné – Marcela Rodová	ZPÍVÁNÍ A POSLECH – Veronika Večeřová
	CENTRUM RELAXACE B	TVORIVÁ DÍLNA – Veronika Večeřová (klubovna 2)	TVORIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 2)
		INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE- Regina Holíková (v bytě)	INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE- Alena Sobotková (v bytě)

Stručná charakteristika jednotlivých dílen:

Ve všech kroužcích se snažíme přihlídnout k potřebám klienta, jeho dovednostem a zdravotnímu stavu.

Tvořivá dílna: rukodělné, výtvarné a řemeslné činnosti: šití, vyšívaní, háčkování, pletení, kreslení, vystihování a skládání z papíru, práce s keramickou hlinou, vypichování rouna, tkaní na kolíkových stavech, malování na hedvábí, malba na skleněné výlisky, ubrusková technika, malování triček šablonou, aranžování květin, výroba přání, pečení a vaření pokrmů na přání klientů atd.

Kroužek dovedných rukou: výroba keramiky, obrazů patchwork bez jehly, tapisérií z vlněného rouna, batika a malba na hedvábí, malování na sklo, výroba šperků, podílění se na výzdobě DS.

Kavárnička našeho mládí: vzpomínání na staré časy v různých životních etapách a situacích nad šálkem kávy nebo čaje, promítání fotografií z akcí v DS i mimo domov s komentářem, debaty nad památnými předměty, fotografiemi a starými knihami a časopisy; poslech pamětnických nahrávek hudebních a literárních s besedami o nich, informace o aktualitách z oblastí politiky, vědy, kultury. Medailonky významných osobností k příležitosti jejich životního jubilea nebo úmrtí.

Folklórní kavárnička: povídání o lidových krojích a tradicích z různých regionů u nás i v zahraničí nad šálkem kávy a čaje, promítání fotek a krátkých filmů o folklóru, seznámení s písněmi z regionů např.: Slovácka, Brněnska, Hanácka,...debaty o aktuálním dění v této oblasti.

Zpívání a poslech, bubnování, tanec v sedě: zpívání pro radost – lidové, umělé - pamětnické písně, koledy, tramské aj., za doprovodu nahrávek profesionálů, nebo rytmických Orfeových nástrojů i bez doprovodu, písničky na přání, písně podle žánrů, tématu, autorů, populárních zpěváků a kapel v originále, období vzniku; poslech hudby všech žánrů - POP, Country, Dechovka, Klasická hudba; hudební kvízy, trénování paměti pomocí rytmu, hudebních skladeb a lidových písní, bubnování na africké bubny – djembe, tanec v sedě – možnosti vyjádření se pohybem v rytmu a na melodii.

Trénování paměti - kognitivní trénink: trénování krátkodobé i dlouhodobé paměti, pozornosti, soustředění a výbavnosti, práce se vzpomínkami, nácvik jednoduchých paměťových technik; hry např. pexeso, Česko, Rychlá slova, tangram, puzzle, karetní hry, domino, také slovní fotbal, přísloví, citáty, křížovky, sudoku, poznávání literárních ukázek ze známých knih (poezie i prózy).

Pánský klub: povídání o sportu, historii, geografii, trénování paměti, čtení, vzpomínání, zpěv, hraní her (šachy apod.) – dle přání a nálady.

Internet pro seniory: individuální výuka práce s PC - základní seznámení s prací na PC, vyhledávání informací na internetu, založení emailové adresy, posílání emailů, prohlížení fotek, možnost telefonování s videopřenosem přes internet v programu SKYPE.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

3. 10. 2014, 8.00–18.00: Seznámení se s domovem, ranní schůze, příprava na dopolední dílnu, Tvořivá dílna, doprovod na oběd, roznos obědů, zápis do klientských spisů, příprava jídelny na společenskou akci Svatováclavské posezení, nabízení občerstvení klientům, povídání s klienty, zpívání, tanec, úklid.
6. 10. 2014, 8.00–13.00: Ranní schůze, příprava programu, dílna Trénování paměti, tanec v sedě, doprovod na oběd, roznos obědů, zápis do klientských spisů, úklid klubovny, úprava květin v DS.
13. 10. 2014, 8.00–18.00: Ranní schůze, příprava programu, Tvořivá dílna, doprovod poběd, roznos obědů, zápis do klientských spisů, příprava na jiný program, příprava jídelny, uvítání hostů, DUO JILM – tanec, zpěv, povídání.
14. 10. 2014, 8.00–17.00: Ranní schůze, Tvořivá dílna, doprovod na oběd, roznos obědů, zápis do klientských spisů, odpolední schůze, příprava programu, setkání s rodinami klientů.

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Počet klientů na jednotlivých dílnách, kterých jsem se účastnila, se lišil, a to v rozmezí od jednoho až po deset klientů. Většinou byly všechny zúčastněné ženy, pouze jednou se dílny zúčastnil jeden muž.

3. 10. 2014 – dopoledne čtyři klientky ve věku 69–81 let, odpoledne klienti z celého DS,
6. 10. 2014 – sedm klientů, jeden muž, šest žen, věk 69–84 let,
13. 10. 2014 – dopoledne pět klientek ve věku 72–76 let, odpoledne klienti z celého DS,
14. 10. 2014 – dopoledne 10 klientek ve věku 73–86 let, odpoledne jedna klientka ve věku 74 let.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

3. 10. 2014

První setkání s klienty domova proběhlo 3. října. Toho dne jsem také byla přidělena jedné z aktivizačních pracovnic. Setkala jsem se ochotou, dobrou náladou a vstřícností všech pracovníků, se kterými jsem v ten den přišla do styku. Ráno mě přidělená pracovníce provedla po zařízení a seznámila mne s jeho chodem. Bylo to poměrně rychlé, protože už v 8.30 nás čekala schůze s hlavní sociální pracovnící a příprava na dopolední dílnu. Ta začala dle harmonogramu v 9.30. Jednalo se o Tvořivou dílnu, během níž jsme společně

s klientkami vyšívali vánoční ozdoby, háčkovali, povídali si o kávě a o vojně a zpívali lidové písně.

Po skončení dílny jsme některé klienty doprovodili do jídelny na oběd, roznesli jsme obědy a zapsali do klientských spisů.

V odpolední části nás čekala příprava na odpolední Svatováclavské posezení. Bylo tedy potřeba přerovnat stoly a židle v jídelně, postarat se o drobné občerstvení, apod. Ve 14.30 už byla na místě kapela, klienti si tak mohli zatancovat, zazpívat či popít burčák.

6. 10. 2014

Druhé setkání bylo oproti prvnímu kratší, tentokrát jsem s klienty z domova strávila pouze dopoledne. Ráno mě opět čekala hromadná schůze s aktivizačními pracovníci a hlavní sociální pracovníci a následně příprava dopoledního programu. Tentokrát jsem se zúčastnila dílny Trénování paměti a tanec v sedě. Věnovali jsme se hádankám, říkankám, zpěvu lidových písní, poslechu písní Karla Gotta, a také jsme tancovali v sedě se šátkem, v záloze jsme měli připravenou úpravu hry Česko.

Jako každý jiný den nás čekal doprovod některých klientů na oběd, roznos obědů a zápis do klientských spisů. Provedli jsme ještě větší úklid kluboven a úpravu květin v DS.

13. 10. 2014

Třetí setkání s klienty proběhlo 13. října. Ráno proběhlo stejně jako v jiné dny, schůze a příprava programu. Ve tvořivé dílně jsme se opět věnovali šití vánočních ozdob, někdy přišíval částí obličejů čertům, někdo přemotával klubko vlny. Povídali jsme si o televizních pořadech, o burčákovém pochodu, a o písničkách se jmény.

Polední program byl již tradiční, doprovod na oběd, roznos obědů a zápis do spisů. Po obědě nás čekala příprava na jiný program. Vytvářeli jsme slaměné srdce a slaměnou hvězdu, tu pak mohli klienti ve vybrané dílně vytvářet. Odpoledne nás čekal program s kapelou, bylo tedy třeba opět připravit jídelnu, přeskupit stoly a židle, zajistit drobné občerstvení, apod. Od 14.30 už v jídelně hrálo DUO JILM a klienti zpívali a tancovali. Ti, kteří nemohli tancovat, s námi tancovali v sedě.

14. 10. 2014

Čtvrté a poslední setkání s klienty se odehrálo 14. října. Bylo to setkání trochu zvláštní, jiné než jindy. Hned po ranní schůzi a přípravě programu, což tentokrát zahrnovalo nákup potravin, jsem se přemístila do klubovny, kde jsme společně s klientkami pekli slané štrůdly, a povídali si o receptech. Bylo zajímavé, že většina klientek ani nevěděla, proč štrůdly pečeme, přestože o tom byla již dříve informována. Štrůdly totiž měly sloužit jako občerstvení na setkání s rodinami klientů, které proběhlo tentýž den odpoledne. Během odpolední dílny jsme se tak věnovali opět pečení. Následně jsme připravili jídelnu pro hromadné setkání rodin klientů, které bylo zahájeno v 17 hodin.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Za celou dobu, co jsem v domově vykonávala praxi, jsem se nesetkala s žádnými projevy ryze nepřátelskými. Valná většina pracovníků byla velice ochotná a přátelská. Pro

mě to byla první zkušenost s prací se seniory a jsem za ni vděčná. Jsem nyní této skupině o krok blíže a otevřely se mi tak dveře i k vykonávání profese právě v takovém zařízení.

Přestože došlo během mého pobytu v DS k drobným personálním změnám, nijak to moji praxi neovlivnilo. Naopak, nabouralo to můj strach z komunikace se seniory a přineslo mi to zjištění, že senioři jsou mnohdy přátelštější než osoby v jiné věkové etapě života.

Praxi v DS bych doporučila všem studentům sociální pedagogiky. Přestože je tento obor zaměřen na různé cílové skupiny, je spíše teoretický než praktický. Praxe v DS všechny studenty obohatí, i kdyby jen o ujasnění si, zda s touto cílovou skupinou jedinec chce pracovat či ne, protože dokud si to nevyzkouší, nemůže to vědět.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Minivýzkum, která jsem prováděla, se netýkal tohoto konkrétního domova pro seniory. Týkal se tématu předsudků o domovech pro seniory.

Celý minivýzkum jsem prováděla v rámci návštěvy jednoho z českolipského domova pro seniory, který jsem navštívila společně s dětmi z našeho turistického oddílu a jejich prarodiči. Celkem se mnou zařízení navštívilo 15 seniorů v DS neumístěných.

Sběr dat probíhal formou skupinových rozhovorů nad tématem DS. Před samotnou návštěvou proběhl první rozhovor. Zajímalo mě, jaké mají respondenti asociace k domovům pro seniory, jaké s nimi mají zkušenosti, ať už přímé či zprostředkované, a také jsme se bavili o otázce umístění do domova seniorů.

Po samotné návštěvě zařízení následoval druhý rozhovor, během kterého mě zajímalo:

- celkový dojem ze zařízení,
- bydlení, otázka samostatnosti, soukromí v DS,
- denní režim, aktivizační činnost,
- skupinové shrnutí kladů a záporů pobytu v DS,
- vlastně celková rekapitulace toho, co jsme viděli,
- názory od DS před a po návštěvě
 - o Lišily se?
 - o Pokud se názor změnil, proč?
 - o Máme předsudky?
 - o Pokud ano, proč k nim dochází?

Výsledkem celého šetření bylo, že k předsudkům vůči umístování do domovů pro seniory dochází, a to z různých důvodů. Můžeme si uvést alespoň ty nejčastěji zmiňované:

- nedostatek informací (lidé mají obecně málo informací, ale nejsou schopni anebo nechtějí se o dané téma zajímat, proto si vytváří vlastní představy, kterým věří),
- neznalost prostředí DS, stud a strach (senioři se nechtějí jít sami do DS podívat, stydí se nebo mají strach, že by je tam mohla rodina umístit ve chvíli, kdy zjistí, že se o DS senior zajímá; stejně tak jde o strach z neznámého prostředí), aj.

Když jsme se s respondenty bavily o tom, jaké jsou možnosti řešení, jak vlastně vzniku předsudků o domovech pro seniory u seniorů předcházet, došli jsme k několika zajímavým možnostem:

- informovat skrze rodinné příslušníky (práce s celou rodinou, v našem případě právě vnoučata),
- čin je víc než slovo (např. návštěva domova, různá setkání, debaty, apod. než jen prázdné povídání a předávání informací o různých zařízeních),
- raději skupinová akce (respondenti uváděli, že kdyby nevěděli, že při návštěvě DS nebudou sami, že tam budou i jejich vnoučata a ostatní prarodiče dětí z oddílu, návštěvy by se nezúčastnili; rádi tzv. splynou s davem, nechtějí, aby byla pozornost věnována pouze jejich osobě).

Pokud chceme tedy zabránit tvorbě předsudků o umísťování do domovů pro seniory, dělejme to prakticky a ve skupinách, podávejme konkrétní informace během návštěv různých zařízení, pořádejme debaty a skupinová setkání s odborníky a pracovníky z konkrétních zařízení. Jedině tak můžeme snížit pravděpodobnost vzniku předsudků proti takovým zařízením jako jsou domovy pro seniory.

Aktivizace seniorů v DPS Foltýnova

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Lucie Janásová

Úvod

Když jsem poprvé zaslechla, že mám jít aktivizovat seniory, trochu jsem se toho lekla. Seniorská skupina je velmi charakteristická a odlišná od dětí, na které jsem zvyklá. Z tohoto důvodu jsem uvítala možnost neaktivizovat sama, ale ve dvojicích.

Obě jsme si chtěly tuto praxi udělat co nejdříve, proto jsme okamžitě začaly hledat zařízení, kde bychom mohly docházet. Při hledání jsem zjistila, že po Brně jsou desítky zařízení pro seniory. Jde o různé kluby až po přímo ubytovací zařízení. Nakonec jsem se rozhodla pro Domov pro seniory Foltýnova. Toto zařízení jsem si vybrala proto, že se nachází kousek od bytu, kde bydlím a o jeho existenci jsem již dávno věděla, jelikož kolem něj chodím, když venčím psa. Měla jsem to tedy na praxi kousek a mojí kolegyni Katce dojíždění do Bystřce nijak nevadilo.

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Foltýnova, příspěvková organizace

Domov pro seniory Foltýnova (DPS Foltýnova) se nachází ve velmi klidné oblasti, ne daleko Brněnské přehrady. Navíc je umístěno v blízkosti sídliště, takže senioři nejsou nijak izolováni. Součástí domova jsou dvě budovy, vzájemně propojeny spojovací chodbou. Mezi budovami se nachází zahrada, kde mohou klienti trávit čas procházkou nebo poseďet pod pergolou.

Domov je příspěvkovou organizací a jeho zřizovatelem je Statutární město Brno. Zařízení je sociální pobytová služba s celoročním provozem.

Celková kapacita domova je 213 lůžek. Z toho se v domově nachází 125 jednolůžkových pokojů a 44 dvoulůžkových. V každém pokoji se nachází chodbička, obývací část a sociální zařízení. Klienti mají možnost vybavit si svůj pokoj vlastním nábytkem popřípadě si vypůjčit nábytek domova. V pokojích je malý kuchyňský kout, kde si můžou připravit nějakou svačinku. Snídaní, oběd, večeři, jim připravují zaměstnanci a jsou podávány ve společné jídelně. Některým klientům je jídlo servírováno



Obrázek 1: Logo DPS Foltýnova

na pokoji. Musím říct, že všechny byty, které jsem navštívila, byly velmi pěkné a prakticky vybavené. Všechn nábytek je rozmístěn tak, aby měli senioři v pokoji dostatek prostoru pro svůj pohyb.

Co se týče služeb, domov nabízí klientům dva druhy sociálních služeb:

a) Domov pro seniory

Pro tuto službu je vyhrazeno 177 lůžek. Je určen pro osoby starší 65 let, kterým vznikl nárok na starobní důchod. Pracovníci se snaží klientům se sníženou soběstačností nepřetržitě poskytovat dosažitelnou pomoc a péči přiměřenou jejich individuálním potřebám a podporovat je při udržování jejich tělesné a duševní kondice.

b) Domov se zvláštním režimem

Celková kapacita této služby je 36 lůžek. Pracovníci/pečovatelky/zdravotní sestry se snaží poskytovat klientům s nízkou mírou soběstačnosti odbornou sociální, ošetrovatelskou a rehabilitační péči, a to s respektem k jedinečnosti každého člověka, jeho potřebám a zájmům.



Obrázek 2: Budova a zahrada



Obrázek 3: Umístění domova

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 10. 10. 2014: Velmi rychlá návštěva
2. 16. 10. 2014: První setkání s klienty
3. 20. 10. 2014: Seznámení s novým programem
4. 3. 11. 2014: Seznámení s dalším novým programem
5. 10. 11. 2014: Můj narozeninový den

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

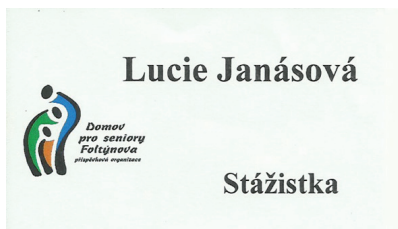
Poprvé jsem domov navštívila kvůli vzájemné domluvě celé stáže. K mému překvapení jsem zjistila, že jde asi o velmi oblíbený domov, protože si ho pro svoji praxi kromě mě a Katky vybralo ještě pět dalších spolužaček.

Přivítala nás paní Prajznerová i s Veronikou, což byla jedna z aktivizačních pracovníček. Obě byly moc milé, ptaly se nás na naše představy, vize a cíle. Společně jsme se domluvili, jak budou naše praxe probíhat tak aby to vyhovovalo oběma stranám. Moje první obavy mě opustily, když Veronika mluvila o dobře zajištěném aktivizačním programu, kterého bychom se měly spíše účastnit a pomáhat než jej nějak narušovat a přetvářet. Klienti

v domově, jsou už na něj takto zvyklí a lepší prý bude spíše podpořit zajaté programy. S tímto řešením jsem nadšeně souhlasila a domluvila si první setkání. Poté jsme sepsaly smlouvy a dostaly jmenovky. Ke konci naší návštěvy nás ještě provedla Veronika po domově, ukázala nám, kde probíhá aktivizační činnost (viz níže), rozdala rozpis aktivizační činnosti a rozloučily se.



Obrázek 4: Vizitka paní Prajznerové



Obrázek 5: Moje jmenovka

Den	Místo	9:30 – 10:45	14:00 – 16:00
PO	KLUBOVNA C	ZPÍVÁNÍ, BUBNOVÁNÍ, TANEC V SEDĚ – Regina Holíková	TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – středně těžké - Alena Sobotková
	CENTRUM RELAXACE B	TVOŘIVÁ DÍLNA – Veronika Večeřová (klubovna 2)	TVOŘIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 2)
		INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE - Marcela Rodová (v bytě)	ZPÍVÁNÍ, POSLECH A ČTENÍ – Veronika Večeřová– (knihovna)
ÚT	KLUBOVNA C	FOLKLÓRNÍ KAVÁRNIČKA – Veronika Večeřová	ZPÍVÁNÍ A POSLECH - Marcela Rodová
	CENTRUM RELAXACE B	TVOŘIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 2)	TVOŘIVÁ DÍLNA – Alena Sobotková, Veronika Večeřová (klubovna 2)
		TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – začátečníci – Regina Holíková (knihovna)	AKCE V DS/VÝLETY/VAŘENÍ /PĚTANQUE
ST	KLUBOVNA C	KAVÁRNIČKA NAŠEHO MLÁDÍ – Ivana Paravičiny	ZPÍVÁNÍ, POSLECH, TANEC V SEDĚ - Alena Sobotková
	CENTRUM RELAXACE B	TVOŘIVÁ DÍLNA – Regina Holíková (klubovna 2)	TVOŘIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 1)
		INTERNET DLE INDIVIDUÁLNÍ DOMLUVY – Veronika Večeřová (internetová kavárna)	13:30-15:30 KROUŽEK DOVEDNÝCH RUKOU – Ivana Paravičiny (klubovna 2)
		INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE - Marcela Rodová (v bytě)	INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE - Veronika Večeřová (v bytě)
ČT	KLUBOVNA C	ZPÍVÁNÍ, POSLECH A ČTENÍ – Regina Holíková	14:30 – 15:30 PĚVECKÝ SBOR - Veronika Večeřová
	CENTRUM RELAXACE B	TVOŘIVÁ DÍLNA - Marcela Rodová (klubovna 2)	PÁNSKÝ KLUB – Marcela Rodová (klubovna 1)
		TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – středně těžké – Veronika Večeřová (knihovna)	TVOŘIVÁ DÍLNA- Alena Sobotková (klubovna 2)
PÁ	KLUBOVNA C	TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI – náročné – Marcela Rodová	ZPÍVÁNÍ A POSLECH – Veronika Večeřová
	CENTRUM RELAXACE B	TVOŘIVÁ DÍLNA – Veronika Večeřová (klubovna 2)	TVOŘIVÁ DÍLNA – Marcela Rodová (klubovna 2)
		INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE- Regina Holíková (v bytě)	INDIVIDUÁLNÍ AKTIVIZACE- Alena Sobotková (v bytě)

Obrázek 6: Rozpis aktivizační činnosti – první strana

Ve všech kroužcích se snažíme přihlédnout k potřebám klienta, jeho dovednostem a zdravotnímu stavu.

Tvořivá dílna: rukodělné, výtvarné a řemeslné činnosti: šití, vyšívání, háčkování, pletení, kreslení, vystřihování a skládání z papíru, práce s keramickou hlinou, vypichování rouna, tkání na kolíkových stavech, malování na hedvábí, malba na skleněné výlisky, ubrousková technika, malování triček šablonou, aranžování květin, výroba přání, pečení a vaření pokrmů na přání klientů atd.

Kroužek dovedných rukou: výroba keramiky, obrazů patchwork bez jehly, tapisérií z vlněného rouna, batika a malba na hedvábí, malování na sklo, výroba šperků, podílení se na výzdobě DS.

Kavárnička našeho mládí: vzpomínání na staré časy v různých životních etapách a situacích nad šálkem kávy nebo čaje, promítání fotografií z akcí v DS i mimo domov s komentářem, debaty nad památečními předměty, fotografiemi a starými knihami a časopisy; poslech pamětnických nahrávek hudebních a literárních s besedami o nich, informace o aktualitách z oblastí politiky, vědy, kultury. Medailonky významných osobností k příležitosti jejich životního jubilea nebo úmrtí.

Folklórní kavárnička: povídání o lidových krojích a tradicích z různých regionů u nás i v zahraničí nad šálkem kávy a čaje, promítání fotek a krátkých filmů o folklóru, seznámení s písněmi z regionů např.: Slovácka, Brněnska, Hanácka,...debaty o aktuálním dění v této oblasti.

Zpívání a poslech, bubnování, tanec v sedě: zpívání pro radost – lidové, umělé - pamětnické písně, koledy, trampské aj., za doprovodu nahrávek profesionálů, nebo rytmických Orfeových nástrojů i bez doprovodu, písničky na přání, písně podle žánrů, tématu, autorů, populárních zpěváků a kapel v originále, období vzniku; poslech hudby všech žánrů - POP, Country, Dechovka, Klasická hudba; hudební kvízy, trénování paměti pomocí rytmu, hudebních skladeb a lidových písní, bubnování na africké bubny – djembe, tanec v sedě – možnosti vyjádření se pohybem v rytmu a na melodii.

Trénování paměti - kognitivní trénink: trénování krátkodobé i dlouhodobé paměti, pozornosti, soustředění a výbavnosti, práce se vzpomínkami, nácvik jednoduchých paměťových technik; hry např. pexeso, Česko, Rychlá slova, tangram, puzzle, karetní hry, domino, také slovní fotbal, přísloví, citáty, křížovky, sudoku, poznávání literárních ukázek ze známých knih (poezie i prózy).

Pánský klub: povídání o sportu, historii, geografii, trénování paměti, čtení, vzpomínání, zpěv, hraní her (šachy apod.) – dle přání a nálady.

Internet pro seniory: individuální výuka práce s PC - základní seznámení s prací na PC, vyhledávání informací na internetu, založení emailové adresy, posílání emailů, prohlížení fotek, možnost telefonování s videopřenosem přes internet v programu SKYPE.

Obrázek 7: Rozpis aktivizační činnosti – druhá strana

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Velmi rychlá návštěva, 10. 10. 2014

Moje první setkání mělo proběhnout 10. října. V domově jsem měla strávit 8 hodin. Byla jsem dost nervózní a měla jsem i strach. Musím přiznat, že se mi tam vůbec nechtělo.

Přivítala mě Lucka, která sama působila dost nervózně a chladně, takže ani to mi moc nepomohlo. Tohle se mi stalo poprvé. Většinou mě všude vítali s nadšením. Takovéto přivítání mě vyděsilo a hodně odrazovala. Měla jsem pocit spíše, že tam překážím. Oznámila

mi, že mají v domově nějaký problém, a že neví, zda si mě tam vůbec nechají. Zavedla mě do jedné z dílen, kde mi dala plstě a šablony a poprosila mě, zda bych nezačala chystat materiál na dopolední dílnu. Tvary, které jsem měla vystřihovat, byly vánoční motivy. Takže jsem hned poznala, že se v domově už připravují na Vánoce.

Asi po hodině za mnou přišla Lucka i s paní Prajznerovou a oznámily mi, že mám jít domů. Obě se mi moc omlouvaly, že mají ale v domově nějakou epidemii a není úplně vhodné, abych tam byla. Nevadilo mi to, domů jsem to měla kousek, takže jsem poděkovala, potvrdila další termín a odešla.

Cestou domů, jsem ale přemýšlela, co bude dál. Moc jsem nechápala proč se ke mně Lucka tak chovala?

První setkání s klienty, 16. 10. 2014

Další setkání, jsem měla naplánováno za týden. Musím říct, že už jsem nebyla tolik nervózní, na toto setkání jsem se opravdu moc těšila. V domově jsem strávila 8 hodin, tedy od 8.00 do 16.30.

Hned po mém příchodu mě přivítala usměvavá paní Alenka, se kterou jsem se doposud nesetkala. Oznámila, že je tam teď úplný chaos. Jedna pracovnice dala výpověď. Později jsem se dozvěděla, že šlo právě v pátek o Lucku, což byl možná také jeden z důvodů jejího chování. Další aktivizační pracovnice byla na školení. Kvůli jejich absenci byly některé programy zrušeny a nahrazeny pouze tvořivou dílnou. Toto řešení mě zaujalo, proto jsem se ptala proč? Důvodem je prý to, že tvořivou dílnu navštěvuje nejvíc klientů, proto pokud chybí pracovnice, která má mít právě dílnu, jsou programy takto nahrazovány. Na jednu stranu toto řešení nevnímám moc pozitivně, přece jen jsou jiné programy, jako třeba trénink paměti, které jsou asi důležitější. Na druhou stranu ale chápu rozhodnutí domova, dát přednost programu, při němž může aktivizovat více klientů.

S Alenkou jsme si sedly do dílny, kde jsme začaly připravovat dopolední program. Jednalo se o práci na vánočních ozdobách. Tvary, které jsem týden před tím vystřihovala jsme nyní pošívaly knoflíky a korálky. Poté jsme je sešivaly k sobě a vycpávaly.

Překvapení mě čekalo hned v 9 hodin, kdy nám na dílnu zaklepala jedna klientka. Alenka jí oznámila, že ještě má půl hodiny, tak ať ještě chvilku počká. Poté mi vysvětlila, o jakou klientku se jedná. Paní Knoflíčková je velice milá, aktivní dáma, která má společný pokoj s jinou paní, která je nemocná a hodně křičí a nařiká. To je důvod, proč se paní Knoflíčková nechce v pokoji moc zdržovat a spěchá na programy. Dovnitř ji, ale nemůžeme pustit dřív než bude čas. Klienti musí dodržovat harmonogram, což samozřejmě chápu.

Asi o 15 minut později se paní Knoflíčková opět ozvala. Alenka ji tedy už pustila dovnitř, ale s úsměvem ji pokárala, že je to naposledy. Paní si zabrala své místo a hned se chopila práce. Bylo vidět, že ji to moc baví. Přehrabovala se v krabici s ozdobami a hledala tu svoji nedodělanou. Zanedlouho se místnost začala plnit. Všichni nervozita ze mě opadla. Dámy byly všechny moc milé a usmívaly se na mě. Když už nás tam bylo plno, Alenka mě vyzvala, abych se představila. Nervozita byla okamžitě zpátky. Řekla jsem, jak se jmenuju a co studuju. Všichni se na mě dívali a kývali. Když jsem skončila, jedna klientka mě požádala, zda bych to nemohla zopakovat, že mě neslyšela. Hned se k ní přidala i další a další. To mě dost překvapilo. Všechny kývaly a přitom mě neslyšely. Uvědomila jsem si, jak to musí být těžké, když se člověku zhorší sluch a najednou neslyší a nechce to

priznat. Všechno jsem jim zopakovala teď už nahlas. Nato mě upozornila Alenka znovu, že to mám zkusit ještě jednou a pomaleji. Potřetí jsem to zopakovala a hned jsem viděla na tvářích těch dam, že konečně proběhla úspěšná komunikace. Začaly se mě ptát, jak se mi tam líbí a proč jsem šla zrovna do domova pro seniory. Cítila jsem se tam moc příjemně. Dámy šly a občas se mě některá na něco zeptala, občas jsem některé něco podala nebo pomohla navléct nit. Zbytek zvládaly opravdu skvěle.

Překvapením pro mě bylo také to, že klienty na program doprovází pečovatelky. Aktivizační pracovnice se tak o nic starat nemusejí. Po skončení si klienti zazvoní a pečovatelky pro ně opět přijdou. Zazvoní, tedy každý klient má čip, tím vysílá signál své pečovatelce.

Celé dopoledne proběhla oprava v přátelském duchu. Po skončení programu, jsme uklidili dílnu a šli se přichystat na doprovod. Každá aktivizační pracovnice má na starost některé klienty, které doprovází do jídelny na oběd a poté zase zpátky na pokoj.

Jako první jsme šli za paní, která byla na vozíčku. Bylo to poprvé, co jsem jela s vozíčkem. Hrozně jsem se bála, abych paní nějak nezranila. Pořád jsem kontrolovala obě strany, jestli nejsem moc blízko zdi, jestli nevrzím do dveří a tak. Paní mě ale uklidňovala a slíbila, že bude křičet. Do jídelny jsme přijely v pořádku, paní mi ukázala místo, kde sedí a poděkovala za pomoc. Potom jsme šli pro paní Vysloužilovou. Tato paní mi opravdu v domově přirostla nejvíc k srdíčku. Byla to milá dáma, usměvavá a taky srandistka. Bohužel hůř viděla, takže potřebovala při pohybu po domově asistenci. První cesta po jídelny s ní byla pro mě opět úplně něco jiného. Nabídla jsem jí ruku, paní se chytla a já jsem ji druhou rukou ještě přidržovala. Moc jsem se bála, aby nespadla a nezranila se. Byla jsem dost nervózní a plně jsem se soustředila na cestu. Po chvíli mi paní řekla, že ji nemusím tak pevně držet, a že se nemám bát a začala si se mnou povídat.

V jídelně mě čekal další těžký úkol. Dostala jsem zástěrku a měla jsem roznést obědy. Každý klient má čip, podle kterého pracovník pozná, jaké jídlo mu má donést. Všechny tyto čipy u sebe mají kuchařky. To znamená: musela jsem vzít táč, ubrousek a čip a cvaknout ho. Poté vzít správné jídlo a čaj a odnést to danému člověku. Vůbec jsem neznala jména, takže jsem zezačátku zmateně koukala na ostatní pracovnice, jak jim to jde a cítila se neschopná. Brzy mě ale napadlo, jít přímo za někým, zeptat se ho na jméno, a poté mu donést oběd. Metoda se mi osvědčila a mohla jsem se tak také zapojit do procesu. Každý mi za oběd vždy poděkoval, já jsem mu popřála dobrou chuť a šla za dalším zeptat se ho na jméno.

Mezi tím, co senioři jedli, řekla mi Alenka, ať si vezmu polévku a jdu s ní do dílny se naobědvat. Po obědě jsme se vrátili do jídelny a šli doprovodit své „svěřence“ zpátky. Opět jsem šla s paní Vysloužilovou. Teď už jsem se tolik nebála. Ptala jsem se jí, co měla na oběd, zda jí to chutnalo a jaké jídlo má nejraději?

Po obědě jsme měly chvíli pauzu, povídaly se s Alenkou, o tom co mě baví a co bych chtěla dělat. Našly jsme i společné téma zooterapii. Alenka navštěvuje domov se svým kocourem panem Nováčkem a dělá tak felinoterapii.

Před začátkem odpoledního programu, jsme opět všechno nachystaly. Na chodbě jsme pozdravily paní Knoflíčkovou, která tak už nedočkavě seděla. Navíc jsem dostala instrukce, že všem kdo přijdou, mám dát vodu k pití a zeptat se na kávu. Celý program proběhl v dobré náladě. Alenka všem řekla, že mám v Brně pejska, takže jsem mluvila

o svém pejskovi a ptala se i klientů, zda měli nějaká zvířátka a jaká. Navíc tak dneska přišli za námi i pánové, což mě mile překvapilo. Chvilku po nich přišel i dobrovolník, který šel s pány vedle do druhé dílny, hrát člověče.

Domů jsem odcházela nadšená a hrozně unavená, ale spokojená.

Seznámení s novým programem, 20. 10. 2014

Na praxi jsem se hrozně těšila, byla jsem totiž plná euforie z předchozího setkání. Ráno jsme se potkali s Katkou, předpokládala jsem, že tedy budeme spolu. Přivítala nás Verča, spolu s dalšími dvěma slečnami. Šlo o kandidátky na pozici aktivizační pracovnice za Lucku. Utvořili jsme dvojice a rozdělily se na programy.

Dopoledne jsem opět strávila v tvořivé dílně. Program probíhal stejně jako při předchozím setkání. Po příchodu jsem každé klientce přinesla vodu a nabídla kávu. Poté jsme se opět věnovali výrobě vánočních ozdob. Musím přiznat, že mi to už přišlo trochu monotónní. Dopoledne nás navštívila i paní Vysloužilová, která kvůli horšímu zraku nemohla šít. Pracovnice jí proto našli jinou zábavu. Paní přemotávala klubička. Myslím, že jde o skvělé řešení. Našli pro ni aktivitu, která ji bavila a cítila se užitečná. Jiné klientky, které nechtěly šít, mohly háčkovat řetízky, ze kterých se poté vyrábějí podložky. Seniori si tyto podložky můžou s sebou vzít například na zahradu a sednout si na ně. Verča nám ukázala už i hotové výtvary. Moc se mi to líbilo.

Dopoledne jsme navíc také hodně zpívaly. Klientky si samy vybíraly, jaké písničky chtějí zpívat. Jednalo se o lidové písně. Většinu z nich jsem znala a ráda jsem se přidala. Na chvilku jsme si také pustily rádio, aby si klientky chvíli oddychly.

Před obědem, jsem znovu doprovázela do jídelny paní Vysloužilovou. Po cestě jsme si povídaly, co je nového. Oběd jsem ale neroznášela, protože si to měly vyzkoušet slečny, co tam byly na zkoušku kvůli té pozici. Místo toho nás poslaly s Katkou k počítači, kde jsme projížděly texty písniček a hledaly tam chyby.

Na odpoledne, jsem požádala o změnu. V tvořivé dílně jsem už byla na třech programech a zajímalo, jak probíhají i ostatní aktivity. Pracovnice mi vyhověly a měla jsem možnost navštívit trénink paměti s Alenkou. Tato aktivita mě nadchnula mnohem více než tvořivá dílna.

V obědové pauze, jsme spolu s dalšími praktikantkami také vyráběly podzimní dekorace. Vystříhly jsme si z papíru šablonu listu a omotávaly ji senem. Tato aktivita mě vůbec nebavila.

Před začátkem mě i se slečnou uchazečkou vyzvedla Alenka a přesunuly jsme se na program. Už když se klienti scházeli, líbilo se mi, že si s sebou nosí složky a vytahují si papíry, co dělali minule a „domácí úkoly“. Šlo na nich vidět, že je to opravdu moc baví. Kvůli situaci, která v domově právě byla, byl trénink paměti několikrát zrušený a oni se na to už moc těšili. Na úvod jsem se znovu představila, protože se tam sešlo mnoho klientů, se kterými jsem se ještě nesetkala. Tentokrát jsem vše zvládla napoprvé a všichni mi všechno rozuměli. Poté jsme se věnovali domácímu úkolu. Seniori si měli vzít své iniciály a hledat jiné slavné osobnosti, které je mají stejné. Bylo to zajímavé. Někteří ke svým osobnostem připojovali i povídání o daném člověku. Nejděle jsme se zdrželi u paní Šafránkové. Jedna z klientek pocházela ze Šlapanic, odkud prý pochází i paní Šafránková, tak nám o ní povídala. Poté jsme se bavili i o filmech a pohádkách kde hrála.

Protože se setkání mělo věnovat jménům. Druhá aktivita se také zaměřovala právě na ně. Každý z klientů dostal pracovní list a měl podle abecedy spojovat jména. Tato aktivita byla velmi zajímavá a všechny klienty moc bavila. Každý si nejdříve vytáhl tužku, kterou měli všichni nacytanou a vzorně ořezanou a poté začali pracovat. Já jsem se připojila k jedné paní. Říkaly jsme si spolu abecedu a hledaly, zda je toto písmenko zastoupeno. Při aktivitě, byla potřeba i velká dávka pozornosti. U Z jsme zjistily, že některá jména jsme se přeskočily, takže to paní musela promazat a začaly jsme znovu.

Další aktivita se zaměřovala na paměť, přesněji na krátkodobou paměť. Klienti dostali páry slov, kde první bylo klíčové slovo a k němu memoslovo. Na základě toho klíčového slova si měli zapamatovat to memoslovo. Sami si měli vytvářet nějaké pomůcky, například klíčové slovo bylo lupa a memoslovo oheň, pomůcka byla: když mi do lupy bude svítit sluníčko, rozdělám oheň. Klienti si přehnuli papír napůl a pokoušeli se zapamatovat si co nejvíce slov. Poté byli vyzváni, že kdo si troufá, může si otočit papír a na druhé půlce papíru doplňovat memoslova. Zábavné bylo to, že senioři se snažili to ošidit, tak že si slova pamatovali postupně. To jim nevyšlo, protože na druhé straně byla slova přeházená. Až byli všichni hotovy, společně jsme si to prošli a říkali si, jaké pomůcky jsme třeba volili.

Poslední aktivita byla zaměřená na dlouhodobou paměť. Klienti dostali seznam prezidentů a roky jejich působení. Poté měli přiřadit ke každému prezidentu od kdy, do kdy působil. Toto byla pro mě velmi zákeřná aktivita. Musím se přiznat, že jsem byla dost bezradná. Naopak klienti se aktivity chopili velice dobře. Nakonec jsme si společně zkontrolovali správnost, a kdo chtěl, něco zajímavého nám pověděl. Jedna klientka třeba mluvila o tom, jak k nim pan prezident přijel do města. Jiní zase mluvili, o tom co za vlády některého z nich zažili. Na závěr jim Alenka zadala úkoly na příště a rozloučili jsme se. Všechny pracovní listy jsem si od Alenky vyprosila a příkládám je tady.

Trénink paměti probíhal v reminiscenční místnosti. Musím říct, že tuto místnost mají opravdu krásně zařízenou. Všude kolem jsou tam různé staré věci, které si pamatuju u svojí babičky. Zaujaly mě tam třeba zlaté střežičky nebo mlýnek na kávu. Mají tam i krásný set na kávu a jiné věci, připomínající seniorům dřívější dobu.

NAŠI PREZIDENTI

Pokuste se ke každému z prezidentů správně přiřadit období, kdy byl v čele našeho státu.

		Řešení
1. Ludvík Svoboda	a) 1918–1935	1:
2. Václav Havel	b) 1935–1938, 1945–1948	2:
3. Antonín Novotný	c) 1938–1945	3:
4. Václav Klaus	d) 1948–1953	4:
5. Tomáš Garrigue Masaryk	e) 1953–1957	5:
6. Gustáv Husák	f) 1957–1968	6:
7. Edvard Beneš	g) 1968–1975	7:
8. Antonín Zápotocký	h) 1975–1989	8:
9. Emil Hácha	i) 1989–2003	9:
10. Klement Gottwald	j) 2003–dosud	10:

Obrázek 8: Naši prezidenti

SLOVNÍ PÁRY

V horní části tohoto listu je uvedeno 12 slovních párů. Vlevo je tzv. klíčové slovo a k němu patří vpravo tzv. memoslovo – slovo určené k zapamatování. Během 2 minut se pokuste slova zapamatovat. Pak zakryjte horní část listu a v dolní části se pokuste doplnit ke zpřeházeným klíčovým slovům správná memoslova.

Klíčové slovo	Memoslovo
šnek	papír
nůžky	tužka
kytara	brýle
vrták	ucho
žebřík	obraz
komín	kostky
schody	tácek
sklenička	židle
prsten	podlaha
kartáček	koberec
bota	špendlík
lupa	oheň

Klíčové slovo	Memoslovo
prsten	
žebřík	
sklenička	
kytara	
lupa	
šnek	
bota	
nůžky	
vrták	
kartáček	
schody	
komín	

Obrázek 9: Slovní páry

SPOJOVÁNÍ JMEN

Tužkou spojte všechna vytištěná jména podle abecedy, od každého písmene je tu jedno. Změřte si na hodinkách, jak dlouho vám úloha trvala.

Martin

Waldemar

Aleš

Pavlína

Zuzana

Řehoř

LENKA

TOMÁŠ

RADEK

XAVER

BOHUMIL

Žofie

Nina

Yves

DAGMAR

Julie

Chrudoš

Cecílie

URŠULA

Eduard

Čestmír

ŠTĚPÁNKA

Vladimír

Olga

Katka

SVATOPLUK

GABRIELA

Filip

Hana

IVANA

Obrázek 10: Spojování jmen

PŘESMYČKY MĚST

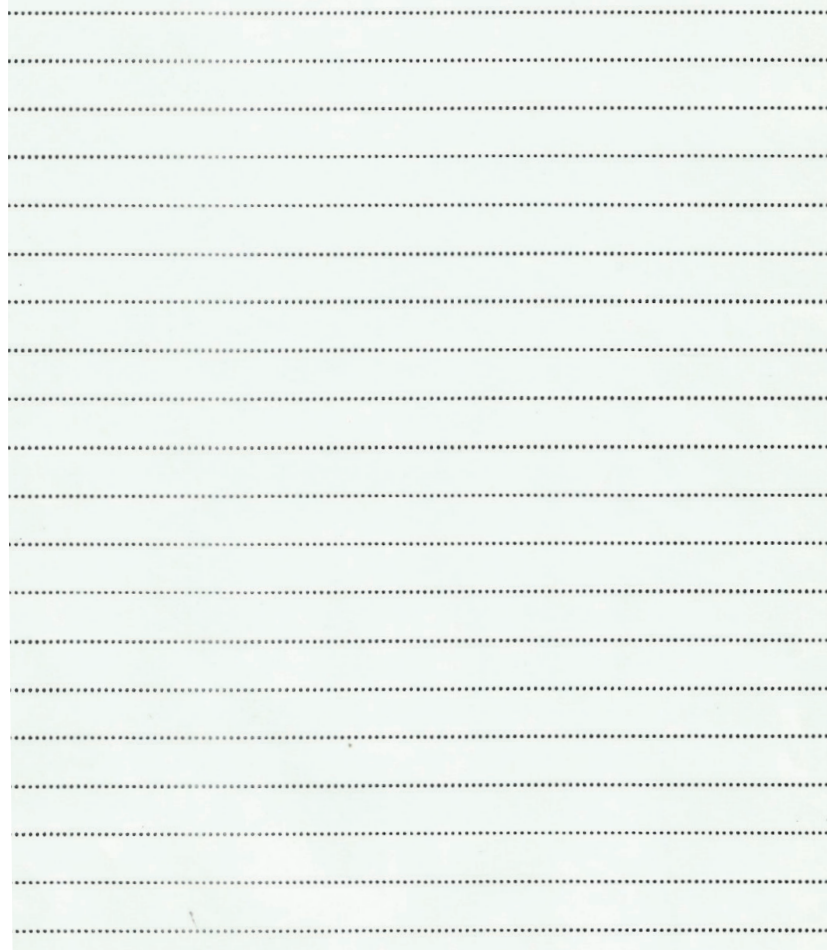
V následujících názvech měst byla přeskupena písmena, takže jde na první pohled o nesrozumitelná slova. Přeskupte písmena tak, aby z každé skupiny písmen vznikl název českého města.

ÝDFARLTN	ŽIDEOMLAC
ČĎARHIOŽVEO	VEŠONEB
ŠVYKVO	VURTON
CHÁOND	ČDÍNĚ
JELCEMINI	REUBON
ACŘVEBL	DKNALO
YČRČEAN	BAJNELOC
ŘKIPOCEVIN	BREVAKM
FASVORNRD	VOSKOLO
KANOVŘKÍ	ESRIKOTANC
CYRKANOY	LŠMTYIOL
ČÍNJI	ORSTVAA
JOOMNZ	ŘÍŽOKRMĚ
BORÁT	TOCHMVUO
SÍTÚ	RAPAH
BAŽKEMR	CHÍRBLAV
IVHŘOCOE	ČUHLIVAOEC
LIMUVOK	KOSIMLEV
MŘÍRBAP	SÝLNA
STOM	TECVOI

Obrázek 11: DU 1

PÍSMENA V KŘESTNÍM JMÉNU

Vyberte všechny souhlásky ze svého křestního jména. Od každé z těchto souhlásek se pokuste vymyslet co nejvíce názvů měst, rostlin a zvířat a запиšte je na volné řádky.

A series of 20 horizontal dotted lines, intended for writing the names of cities, plants, and animals derived from the vowels of the baptismal name.

Obrázek 12: DU 2

Seznámení s dalším novým programem, 3. 11. 2014

Mezi druhým a třetím setkáním byl delší odstup. Zasáhl nám do toho státní svátek a jedna moje prodloužená víkendová akce, které jsem se zúčastnila. Musím ale přiznat, že už jsem se opravdu moc těšila. Do domova jsem přišla s veselou náladou a úsměvem.

Dopoledne jsem se zúčastnila aktivity nazvané Zpívání a poslech. Bylo to skvělé. Sešli jsme se opět v reminiscenční místnosti. V této místnosti jsem se cítila velice dobře. Ode všad tam na vás dýchá ta atmosféra jiné doby, která u mě vyvolávala pocit přátelského prostředí.

Zpívání a poslech má na starost Regina. Tématem tohoto setkání byl tanec. Mluvili jsme především o Ginger Rogersové a Fredu Astairovi. Regina měla pro klienty připravená videa z filmu Cheek to Cheek. Na úvod jsem se opět představila a zmínila se o tom, že jsem minulý víkend byla v Jeseníkách na víkendové akci s Brontosaurem. Začali jsme mluvit o Brontosauroví, někteří klienti toho hnutí znali, těm ostatním jsem ho blíže představila a řekla jim něco o tom, co jsme na akci dělali. Poté se mě ptali, kde v Jeseníkách jsem přesně byla. Takže jsem mluvila i tom, že už tam byla dost zima, a že jsem s sebou měla i pejska. Pak jsme si pustili nějaká videa a začali mluvit o tanci jako takovém. Klienti povídali o tom, jak chodili tančovat a jaké tance se tancovali. Nakonec jsme mluvili o baletu a Labutím jezeru, které měli jako téma v některém z předchozích setkání.

Oběd probíhal opět obdobně jako předchozí dny. S paní Vysloužilovou jsme si po cestě povídali. Bohužel už si mě moc nepamatovala, ale byla jako vždy milá a usměvavá. Po tom, co jsme roznesly oběd a naobědvaly se, jsme klienty zavedly zpět na pokoj.

V pauze jsem opět vyráběla dekorace ze sušené trávy. Tentokrát šlo o vánoční motivy, konkrétně jsem vyrobila zvoneček. Dneska mě to bavilo trochu více, protože kromě pouhého omotání tvaru senem, jsem si ho mohla i vyzdobit, což se mi líbilo.

Odpolední program jsem strávila opět v tvořivé dílně. Tentokrát jsme se věnovali výrobě prstových maňásku. Jelikož se blížil Mikuláš, vyráběli jsme čerty a andílky. Nejdříve jsem vystřihávala šablony a poté je klienti sešivali k sobě a my s Veronikou jsme na ně lepily dekorace, další klienti přišivaly čertům rohy a ocase a andělům mašličky. Taková trochu manufaktura. Jiné klientky háčkovaly řetízky a paní Vysloužilová přemotávala klubíčka. Paní Knoflíčková si měla přichystaný stav a vyráběla podsedáky z háčkovaných řetízků. Uvařili jsme si kávu a zpívali si.

Můj narozeninový den, 10. 11. 2014

Poslední setkání se uskutečnilo přesně v den mých narozenin. Šla jsem tam trochu zklamaná z toho, že to už končí. Domluvená jsem byla, že v zařízení strávím dopoledne, pomůžu při obědě a přípravě odpoledního programu.

Dopoledne jsem znovu byla na zpívání a poslechu. Tentokrát jsme se věnovali opeře Giuseppe Verdiho Nabucco. Na úvod jsem se opět představila a Regina ostatním prozradila, že mám narozeniny. Když už jsme tedy byli na zpívání a poslechu, tak mi klienti zazpívali několik písniček k narozením a potom mi každý z nich chtěl popřát. Bylo to velmi milé a příjemné. Každý mi přál hlavně zdraví, spoustu zážitků a dlouhý život. Líbilo se mi to. Potom Regina pustila „zpěv židů“, jednu z písní z již zmiňované opery, přečetla nám něco o samotném Verdím i děj opery a nám pustila další skladby. Jako další následovalo povídání. Mluvili jsme o operách. Z toho co klienti říkali, asi hodně chodívali do divadla

na opery. Každý říkal, na čem byl a kterou má nejraději. Bohužel, v tomto tématu moc neorientuji, takže jsem spíše poslouchala.

Na oběd jsem opět šla s paní Vysloužilovou. Asi měla nějaký špatný den, stěžovala si, že ji bolí nohy a že brzo umře. Na to jsem využila slov paní z domova, který jsme v rámci exkurze navštívili, že aby se člověk hodně dožil, musí hodně chodit. Paní se tomu zasmála a říkala, že to teda zkusí.

Po obědě jsem si sedla s aktivizačními pracovnicemi a poprosila je o pomoc při výzkumu. Potom mi daly zpětnou vazbu k mé činnosti a rozloučili jsme se. Dost mě překvapilo, když mi jedna z pracovnic řekla, že bych se na takovou práci hodila. Mám prý předpoklady pro práci s touto cílovou skupinou. Na to jsem reagovala tím, že rozhodně momentálně o takové práci neuvažuju, že ještě nejsem osobnostně připravená.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Už v samotném popisu činností, jsem uváděla mnoho svých pocitů, které jsem při této práci prožívala.

Počáteční nervozitu a strach brzy vystřídal nadšení a dobrá nálada. Všichni, ať už klienti nebo pracovníci ke mně byli vstřícní, milí a trpěliví. Klienti mne pokaždé vítali s nadšením, rádi poslouchali, co jsem jim říkala a také mi toho sami hodně pověděli.

Práce s touto cílovou skupinou pro mě byla velkým přínosem, co se zkušenosti týče. Přiznávám se, že přes počáteční obavy, jsem byla nakonec ráda za povinnost ji absolvovat. Nyní vím, že takováto práce pro mě momentálně není vhodná. Přes skvělou atmosféru, za kterou patří všem můj veliký dík, jsem neměla dostatečný pocit, že můžu být sama sebou. Myslím si, že osobnostně ještě nejsem připravená na práci s touto skupinou. Za pár let si to představit dokážu.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Minivýzkum týkající se oblasti seniorů jsem se rozhodla spojit s úkolem do gerontogiky. Naším tématem byly „*výhody a nevýhody ústavních zařízení*“. K výzkumu jsem si vybrala dvě aktivizační pracovnice z Domova pro seniory Foltýnova. K rozhovoru jsem využila pauzu po obědě, kdy jsme se všechny tři sešly a já jim položila otázku „Jaké výhody a nevýhody může zařízení pro seniory podle vás mít?“. Následně mi obě odpovídaly a já si jejich odpovědi zapisovala. Nejdříve uváděly obecné věci. Poté se mě zeptaly, zda mohou mluvit, přímo o jejich zařízení. Výroky, které uváděly, jsem se rozhodla rozdělit na obecné a specifické, tedy týkající se především DPS Foltýnova.

Obecné věci:

Výhody:

- úleva pro rodinu,
- pobyt mezi vrstevníky,
- pravidelný režim – což může být pro některé klienty i nevýhodou,
- zabezpečení potřeb – když klient už nemůže, pečovatelky mu pomohou,
- služby – celodenní péče personálu,
- strava – klienti se nemusí starat o vaření a mají každý den teplé jídlo.

Nevýhody:

- narušení vztahů s rodinou – odchod od rodiny,
- pravidelný režim, ztráta soukromí.

Specifické, tedy ty, týkající se především konkrétního domova

Výhody:

- zájmová činnost – rozmanitost možností, prostory, zajímavé aktivity, které doma dělat nemohou,
- osobní přístup – pečovatelky na odděleních dobře znají své klienty,
- pomoc klientům, co nemají příspěvky na péči,
- do zařízení dochází doktor,
- podpora kraje – finanční,
- výlety – například na dušičky měli klienti možnost jít hromadně na hřbitov uctít své blízké,
- obchod se smíšeným zbožím přímo v areálu domova.

Nevýhody:

- velké zařízení – nerodinná atmosféra,
- přijetí klienta na základě příspěvku na péči, je zde podmínkou – tendence brát klienty s vyšším příspěvkem,
- doktor do zařízení dochází pouze jednou týdně.

Pokud bych měla tento minivýzkum shrnout, pracovnice vnímají v zařízení spíše výhody. Většina výhod se týkala ubytování a služeb, např. nepřetržitě péče pečovatelek. Nevýhody se týkaly především velikosti zařízení, podmínek přijetí a samotného umístění do domova. Sama jsem nad výhodami a nevýhodami ústavního zařízení tohoto typu přemýšlela a napadaly mě velmi podobné věci, především u těch obecných specifík.

Pro tuto oblast výzkumu jsem se rozhodla také proto, že jsem sama přemýšlela, zda bych, až budu v seniorském věku, chtěla žít v takovém zařízení. Přiznávám se, že s tím jak jsem to teď viděla, jsem toho názoru, že takto žít bych opravdu nechtěla.

Individuální práce se seniorem v domácnosti

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Iva Londinová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Vlastní byt klientky

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 14. 10. 2014, 15.00–18.30: Seznámení s klientkou
2. 21. 10. 2014, 15.00–18.30: Krátká procházka, návštěva kavárny, rozhovory
3. 29. 10. 2014, 15.00–18.30: Reminiscence
4. 4. 11. 2014, 15.00–18.30: Společenské hry
5. 11. 11. 2014, 15.00–18.30: Prohlížení fotografií
6. 18. 11. 2014, 15.00–18.30: Cvičení paměti
7. 25. 11. 2014, 15.00–18.30: Můj oblíbený film – debata o změnách v kultuře
8. 2. 12. 2014, 15.00–18.30: Rozhovory
9. 8. 12. 2014, 15.00–18.30: Rituály v rodině klientky – jak se slaví Vánoce?
10. 15. 12. 2014, 15.00–18.30: Výroba vánočních ozdob, zpívání koled

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

1 žena ve věku 85 let

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DŇÍ

Seznámení s klientkou, 14. 10. 2014

Tento den jsem se poprvé vydala za svou klientkou. Viděly jsme se pouze párkrát, takže se moc neznáme. Po předchozí telefonické domluvě přicházím k ní domů a seznamujeme se. Postupně jsem jí řekla o svém plánu realizovat u ní praxi a klientka je ráda, že za ní bude někdo docházet. Předběžně jsme si naplánovali aktivity, které chceme dělat. Při seznamování jsme se hodně bavily o rodině a o našich zájmech.

Krátká procházka, návštěva kavárny, rozhovory, 21. 10. 2014

Dnešní den jsme s klientkou měly naplánovaný jako „výletní“ a to z toho důvodu, že klientka nerada chodí pryč z domu sama. Má strach, že by jí nikdo nepomohl, kdyby se jí něco stalo, a také už si tolik nevěří při cestování. Jely jsme se podívat do centra města a zde si zašly do kavárny na kávu a malý zákusek. Paní Květa celou dobu vzpomíná, jak náměstí vypadalo za jejího mládí a co se všechno změnilo. Po cestě domů jsme si zašly nakoupit a pak jsem klientku doprovodila zpět do místa jejího bydliště.

Reminiscence, 29. 10. 2014

Dnes jsme s klientkou zkoušely reminiscenční techniky, vždy jsme si zadaly nějaký úkol, který jsme měly načrtnout na papír a poté jsme si o namalované situaci povídaly. Př.: Moje první bydlení, Moje první pusa, Nejlepší film, jaký jsem kdy viděla, Moje nejlepší kamarádka z dětství, Moje první hračka. Témata ke kreslení jsme navrhovaly obě dvě.

Společenské hry, 4. 11. 2014

Po úvodním povídání jsme na dnešek měly domluvené společenské hry. Klientka se mi svěřila, že by si chtěla zahrát Člověče nezlob se, protože jej naposledy hrála se svými vnoučaty. Poté jsme hráli hru Česko, kde jsme zkoušely naše znalosti České republiky. Za odměnu měla klientka slíbeno, že mě může naučit karetní hru Kanasta.

Prohlížení fotografií, 11. 11. 2014

Na den dnešního setkání jsme si zadaly domácí úkol. Prohlédneme si vlastní fotoalba a fotografie a z některých fotografií seskládáme svůj životní příběh. Poté jsme si říkaly, jak by vypadala naše fotografie ve chvíli, kdy jsme v životě byly nejšťastnější. Aktivita měla veliký úspěch a dozvěděly jsme se o sobě hodně zajímavých a nových informací, se kterými bych chtěla dále pracovat.

Cvičení paměti, 18. 11. 2014

Dnes se nám drobátko protáhl úvodní rituál a rozhovorů. Poté jsme vyzkoušely hru Asociace, kdy jedna řekne slovo a druhá naváže vlastní asociací, až nám vznikne dlouhý řetěz slov. Poté se jede opět na začátek. Příklad: strom – les – hajný – myslivec – puška – bizon – western – film – kino – popcorn. Teď se role vymění a každá říká slova té druhé, tedy: strom – les – hajný – myslivec – puška – bizon – western – film – kino – popcorn. Další techniku jsme vyzkoušely Kimovu hru, opět jsme hrály obě. Jedna zavřela oči a druhá z předmětů na stole jeden schovala. Po otevření očí jsme musely přijít na to, který předmět na stole chybí.

Můj oblíbený film – debata o změnách v kultuře, 25. 11. 2014

Paní Květa mi minulý týden dala zadání, na jaký film by se chtěla koukat – Přednosta stanice. Po zhlédnutí filmu jsme o něm debatovaly, jak se jmenují herci a v jakých jiných filmech hráli. Jak se změnil film v dnešní době, jak se změnila technika.

Rozhovory, 2. 12. 2014

Dnešní den se klientce nechtělo dělat žádné aktivity, v noci špatně spala a necítí se na nic jiného než na povídání a kafe. Během návštěvy jsem klientce skočila do obchodu pro potraviny a ve zbytku času jsme si povídaly.

Jak se slaví Vánoce? Výroba a prezentace, 8. 12. 2014

Tento týden jsme výjimečně měly schůzku v pondělí. Diskutovaly jsme nad významem adventu, adventních svíček a bavily jsme se o tom, jak klientka v minulosti slavila Vánoce – tedy od dob jejího dětství až po současnost. Poté jsme se pustily do výroby mě prezentace do školy o mém dobrovolnictví. Paní Květa zkoušela psát na počítači a k radosti obou nám to rychle uteklo.

Výroba vánočních ozdob, zpívání koled, 15. 12. 2014

Dnešní den jsme vyráběly malinké sněhuláky z květináčků a zpívaly jsme naše oblíbené koledy. K tomu jsme si na stůl nachystaly perníčky a vánočně jsme se naladily. Zároveň jsme se pro tento rok rozloučily a domluvily si setkání v příštím roce.

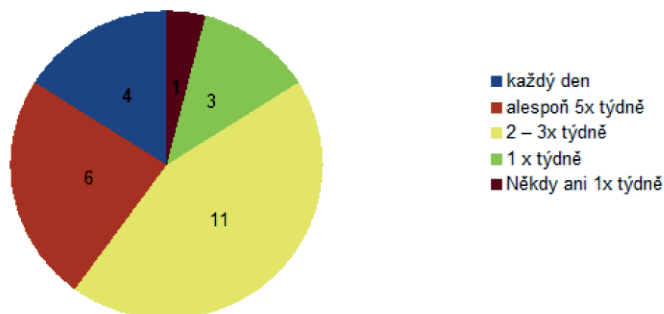
ZHODNOCENÍ PRAXE

Myslím si, že tato praxe byla velmi prospěšná jak pro mě, tak pro klientku, a to z toho důvodu, že praxe prospěla nám oběma. Já se pro změnu dostala do jiného prostředí než domov seniorů a klientka netrpěla osamělostí v domácnosti. Právě kvůli tomu jsem udělala svůj výzkum na téma osamělosti seniorů.

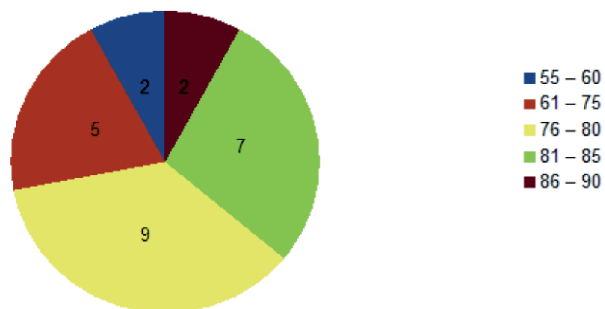
VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Počet respondentek: 25, všechny respondentky žijí samy v samostatné domácnosti

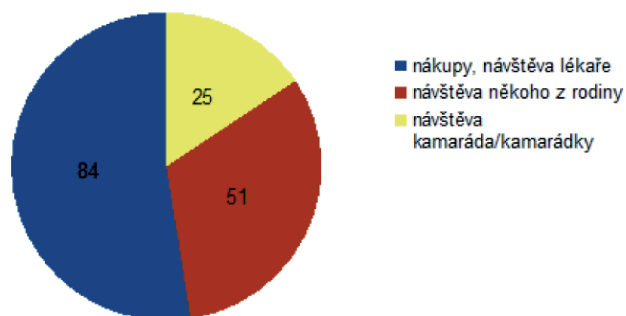
Jak často jste v přímém kontaktu s ostatními lidmi?



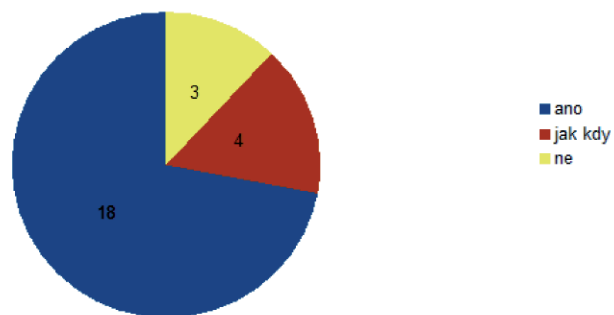
Věk respondentů



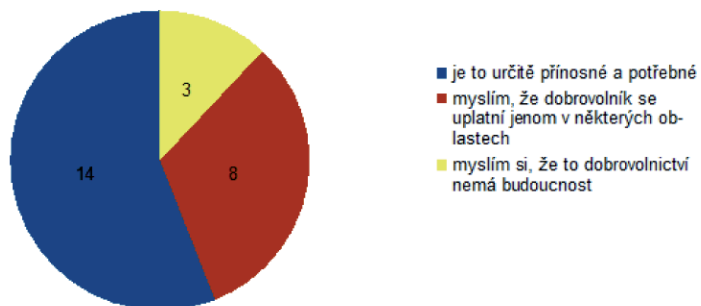
Přiřadte body (1-3) podle toho, v jaké souvislosti jste nejčastěji v přímém kontaktu s lidmi



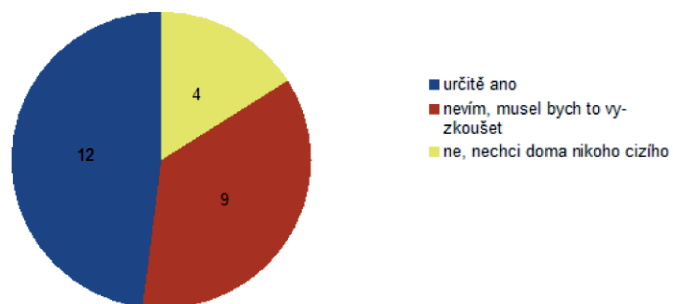
Ocenili byste více přímého kontaktu s lidmi?



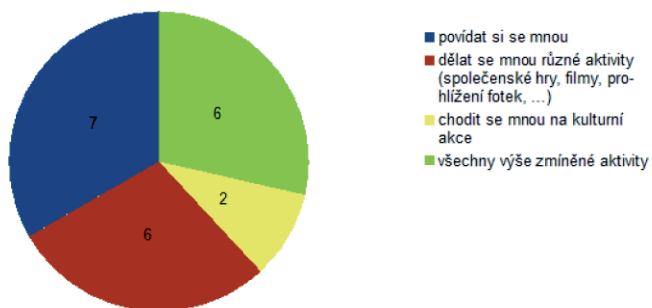
Co si myslíte o dobrovolnictví?



Chtěla byste, aby za vámi docházel dobrovolník?



Co by s vámi měl dělat Váš dobrovolník?



ZÁVĚR

O dobrovolnictví u seniorů v domácnosti je u dotázaných jedinců velký zájem. Naopak dobrovolníků je velmi málo, hlavně v menších městech. Bylo by zajímavé udělat toto šetření na větším vzorku populace, aby data byla objektivní.

Pomoc, péče a aktivizace v Domově seniorů POHODA

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Adriana Slámová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov seniorů POHODA Chválkovice, p. o., Švabinského 3, 772 00 Olomouc

Ředitel: PaedDr. Jiří Floder; kontaktní osoba, vedoucí sociál. úseku: Bc. Lubomír Vraj

Poslání Domova pro seniory:

- podporovat samostatnost uživatele dle možností,
- ošetřovat nemocné uživatele,
- humanizovat péči,
- odbornost zaměstnanců,
- dostupnost žadatelům služby,
- aktivizovat uživatele.

Zaměření a cíle Domova pro seniory:

Domov seniorů POHODA je poskytovatelem dvou registrovaných služeb podle zákona 108/2006 Sb., o sociálních službách. Jedná se o službu Chráněné bydlení a Domov pro seniory.

- Domov pro seniory: komplexní pečovatelské a ošetřovatelské služby, tj.: podávání léků, ošetřování, rehabilitace, aktivizace, příprava a podávání celodenní stravy, ubytovací služby, praní prádla, pomoc s osobními úkony, pořádání kulturních a společenských akcí. Personál je zde přítomen nepřetržitě.
- Chráněné bydlení: pomoc při úklidu, podávání oběda, donáška stravy, pomoc při praní prádla a osobní hygieně. V budově je zajištěna lékařská a rehabilitační péče. Personál je přítomen od 6.00 do 18.00 hodin.
- Cílem poskytované služby je podpořit soběstačnost uživatele, který z důvodu věku nebo svého zdravotního stavu není schopen se sám o sebe postarat bez pomoci jiné osoby a v jeho okolí není nikdo, kdo by mu potřebnou péči zabezpečil.
- Zajistit podmínky pro důstojný a aktivní život.

- Umožnit uživateli zachování samostatnosti a nezávislosti v co nejvyšší míře dle jeho schopností.
- Modernizace a humanizace prostředí.

Cílová skupina

Senioři a osoby se zdravotním postižením. Věková skupina je zde nastíněna takto: 50–64 dospělí, 65–79 mladší senioři, 80 a více starší senioři. V Domově pro seniory se poskytují pobytové služby seniorům, kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby a tato péče jim nemůže být zajištěna členy jejich rodiny ani pečovatelskou službou nebo jinými službami sociální péče.

Počty klientů

Domov seniorů má kapacitu 200 klientů, v novém moderním pavilonu otevřeném v roce 2013 s kapacitou 100 klientů je 76 jednolůžkových pokojů a 12 dvoulůžkových. Každý pokoj má samostatnou bezbariérovou koupelnu.

V areálu Domova seniorů POHODA se nachází také Chráněné bydlení, které má kapacitu 107 klientů. Bytové jednotky jsou zde uzpůsobeny pro dva klienty, kde každý má svůj vlastní pokoj a společné sociální zařízení a kuchyňku.

Složení personálu

Zaměstnanci jsou zde rozděleni na určité úseky: sociální úsek (sociální pracovníci), ekonomický a personální úsek (mzdová účetní, sekretářka, ekonom, personální pracovník, spisový pracovník, pokladní), zdravotnický úsek (staniční sestry, rehabilitační sestry, zdravotní sestry, praktický lékař, dermatolog, neurolog, nutriční terapeut), technický úsek (dílna, prádelna), stravovací úsek (zásobování potravin, kuchyň) a nabízené služby (ka-deřnictví, pedikúra, kantýna).

V novém pavilonu domova seniorů je na každém ze 4 oddělení 22 pokojů, tzn. 25 klientů, jelikož tři pokoje na oddělení jsou dvojlůžkové. Každé oddělení má svou staniční sestru, zdravotní sestry, pracovníce v sociálních službách, aktivizační pracovníci a uklízečky. Pracovníce v sociálních službách a zdravotní sestry zde chodí na ranní (6.00–18.00) a noční směny (18.00–06.00). Aktivizační pracovníci, staniční sestra a uklízečky mají pracovní dobu od 6.00 do 14.30. V tomto pavilonu jsou přítomny i rehabilitační sestry, které dochází za klienty na oddělení a praktický lékař s ordinací v přízemí.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 27. 10. 2014, 8.00–14.30: Seznámení s prostředím, prohlídka Domova seniorů a chráněného bydlení, školení BOZP a administrativní záležitosti, konverzace s jednotlivci, pečovatelskými (rozdávka stravy, podávání nápojů, krmení, oblékání, úprava a převlékání lůžek, polohování).
2. 3. 11. 2014, 8.00–14.30: Rozdávka a podávání snídaně, úklid po snídani a pomoc při hygienických potřebách klientů. Společenské hry ve společenské místnosti, procvičování jemné motoriky (Člověče, nezlob se, Kloboučku hop), canisterapie a odpodledne vycházka ven do okolí.

3. 4. 11. 2014, 6.00–14.30: Probouzení klientů a asistence při ranní hygieně, pomoc u snídaně. Příprava lívanečků z jablek v kuchyňce a odpoledne reminiscenční posezení na téma jablka a vznik České republiky, 28. říjen.
4. 5. 11. 2014, 8.00–13.00: Pomoc u snídaně a krmení, převlékání a úprava lůžek klientů. Zpívání lidových písní s doprovodem na klávesy ve společenské místnosti. Rozvážka a podávání oběda klientům.
5. 7. 11. 2014, 8.00–14.30: Reflexe s vedoucím praxe. Vyhlašování Roto tour – udělování diplomů a předávání cen klientům v aule. Pomoc u podávání obědů. Odpoledne louskání oříšků na vánoční cukroví.

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Celkově bylo na oddělení, kde jsem působila 25 klientů. Aktivit se v průměru účastnilo cca 11 klientů ve věku od 72 do 93 let, z toho 7 žen a 4 muži. Záleželo na nabízené aktivitě a její atraktivnosti pro klienta, např. když se jednalo o vaření, muži moc zájem o tuto aktivitu neměli. V případě společenských her a zpívání byli muži daleko vstřícnější a chtěli se účastnit. Aktivizace měla probíhat každý den od 9.30 do 10.30, často jsme přetahovali.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Pondělí, 27. 10. 2014

Před tímto dnem jsem již domov seniorů navštívila a domluvila jsem se s vedoucím sociálního úseku panem Vrajem na absolvování praxe, termínech a náplni mé činnosti. Sdílel mi, že by byl rád, kdybych si prošla vším, co mi bude po chuti a realizovala se i ve věcech mimo svůj obor a zkusila si toho více než jen aktivizovat. Musím říct, že jsem tuto výzvu přijala a nakonec i velmi ocenila. V tento den jsem přišla na domluvenou osmou hodinu a vyřídili jsme s panem Vrajem administrativní záležitosti a školení BOZP. Vzal mě na prohlídku chráněného bydlení a domova seniorů, poté mě odvedl na oddělení C2 v novém pavilonu, kde mě předal pracovním v sociálních službách. Aktivizační pracovníce v onen den měla dovolenou. Napřed jsem byla sestrou oblečena do zdravotnických bílých kalhot a zeleného trička, zkrátka do stejnokroje pracovníc v sociálních službách. Říkala jsem si, tak tedy proč ne. Bylo již po snídani, dopoledne jsem strávila u dvou paní na pokoji a povídala si s nimi. Byla jsem trošku vyplašená, co si budeme vykládat, ale šlo to a bylo to moc příjemné. Vykládaly mi o své rodině, o tom, jak to bylo dříve, když byly mladé a zajímaly se o mě, i přestože mě viděly poprvé v životě. U každé paní jsem strávila cca padesát minut. Tyto dvě dámy na tom ve srovnání se zbylými klienty na oddělení byly velmi dobře, což jsem stihla poznat záhy při rozvozu obědů na pokoje. Dost klientů zde bylo imobilních a neschopných se samo najíst, tudíž bylo třeba je nakrmit. Napřed jsem byla nejistá, ale nějakým způsobem jsem to zvládla. Problém mi dělalo podávat jídlo paní, která od začátku oběda tvrdila, že už nechce a že už má dost. Od pracovníc jsem měla pokyn, že je to normální a že toho musí sníst, co nejvíce. Po obědech jsem pomohla uklidit a následně klienty ukládat, také jsem pracovním pomohla při polohování, oblékání, přebalování a úpravě lůžek. Mezitím jsem zavezla pána, který každý den v 13.00 hod. chodil sledovat televizi do společenské místnosti. Zalila jsem kávu všem klientům na oddělení, kteří měli zájem a poté už jsem měla prostor na svůj vlastní oběd a odchod domů. Musím říct, že tento první den ve mně zanechal hluboký dojem

a všechno mi bylo hrozně líto. Byla jsem celkem zdrcená z té bezmocnosti, co jsem viděla, až mě to dohánělo k slzám a musela jsem o tom stále přemýšlet.

Pondělí, 3. 11. 2014

Prospělo mi, že má druhá návštěva domova seniorů byla až za týden a já jsem měla čas se vypořádat s pocity, které jsem měla po první návštěvě. Možnost podívat se na danou věc s odstupem a tolik si vše nepřipouštět a přijmout věci takové, jaké jsou, mi prospěla. Ráno, jak jsem přišla, jsem pomohla s rozvozem snídaně a podáváním jídla a nápojů klientům. Jelikož byla přítomna aktivizační pracovnice, domluvily jsme se, že dopoledne ve společenské místnosti budeme s klienty hrát deskové hry, které jsme měly k dispozici. Po snídani jsem tedy obešla klienty a začala je vozit do společenské místnosti, ti, kteří mohli, dorazili sami. Já jsem se skupinou pánů hrála Člověče, nezlob se. Jeden z klientů byl vysoce direktivní a měl snahu nás všechny organizovat, jak budeme házet a rychle, rychle. Musela jsem situaci trochu umírnňovat a vnášet klid do hry. Pánové si procvičili jemnou motoriku a pozornost. U vedlejšího stolu hrály dámy Kloboučky hop. Do společenské místnosti po nějakém čase přišla slečna se dvěma psy na canisterapii. Klienti házeli psům balónky a hladili si je, kdo nezvládal aportovat, tak si nechal pejska vyskočit předními tlapami na klín a hladil si jej. Později slečna se psy odešla k jednotlivým klientům po pokojích. Po skončení aktivit ve společenské místnosti jsem klienty rozvezla zpět na jejich pokoje. Následoval oběd a má pomocná ruka při rozvozu a podávání jídla a poté poobědový úklid. Zvláštní zkušenost jsem měla u podávání oběda nevidomé a téměř nemluvící klientce, kdy jsem si zpočátku moc dobře neuvědomovala, že mě vlastně nevidí a musím lžiči přikládat pořádně ke rtům. V odpoledních hodinách jsme vzali tři klienty na vycházku ven do okolí a areálu Domova seniorů a po cestě jsme si vykládali. Vycházky jsou tam opravdu raritou, protože na takové záležitosti nemají dostatek personálu. Aktivizační pracovnice tam v mnohých ohledech funguje spíše jako pracovnice v sociálních službách. Procházku jsme zakončili u rybníčka za domovem seniorů a myslím, že klienti byli rádi a spokojeni. Jedna paní, kterou jsem na vozíčku vezla já, potkala během této vyjížďky spousty známých a kamarádek a domluvily jsme se spolu, že další den jí vezmu do kaple na bohoslužbu, kam jedna z jejich kamarádek pravidelně dochází. Kaple je zde součástí pavilonu, kde jsem působila, tak jsem si říkala, že to určitě nebude problém. Klienty jsme odvezly zpět na jejich pokoje, tam jsem ještě pomohla s vysvěčením venkovního oblečení a pro tento den jsem měla v domově seniorů vše za sebou.

Úterý, 4. 11. 2014

Na tento den jsem si přivstala a alespoň jsem viděla, jak v domově fungují ještě před snídaní, a co vše se tam děje a je potřeba obstarat. Šla jsem po pokojích s aktivizační pracovnicí a pomáhala jsem jí klienty vzbudit a následně s ranní hygienou. Má pomoc u ranní hygieny spočívala v tom, že jsem nachystala lavórek s žínkou a mýdlem na omytí obličejů a intimních partií a poté s výměnou pleny, někdy i s učesáním a nakrémováním. Samozřejmě jsem taky asistovala při převlékání z pyžama a ustýlání postelí. Klienty jsme poté usazovaly do křesel, aby byli připraveni na snídani. Poté jsem, jako u předešlého dne pomohla se snídání a s podáváním stravy a nápojů a úklidem. Vzala jsi mě pod křídlo jedna z pracovnic v sociálních službách a šla jsem s ní koupat, koupání probíhalo u každého klienta jednou týdně a na starost jej měla klíčová pracovnice, kterou má přidělen každý

klient. Pomohla jsem s vyslečením klientů na koupání, vydezinfikováním a převléknutím lůžka a následně oblékáním a uložením klienta. Jedna klientka měla vyvedenou stomii, tak mi bylo ukázáno, jak s tímto umělým vývodem zacházet. Chýlilo se k době, kdy měla probíhat aktivizace, tak jsem šla po pokojích a dotazovala se, zda budou mít klienti zájem o přípravu lívanečků v kuchyňce, na které jsme se předchozí den domluvily s aktivizační pracovnící. Kdo měl zájem, tak jsem ho zavezla do kuchyňky, která byla až na konci dlouhé chodby oddělení. Stala se nám tam nepříjemná věc, kdy jedna klientka s chodítkem šla po chodbě právě na naši aktivizaci a zatočila se jí hlava a ošklivě upadla. Naštěstí byl při ruce zdravotnický personál a byla přivolána lékařka. Po prvotním ošetření v domově byla klientka s doprovodem odvezena do fakultní nemocnice na další vyšetření. Nic vážného to naštěstí nebylo, klientka byla trochu poraněná v obličeji a především v šoku. Po vyřešení této nemilé události jsme započaly naše vaření. Některé klientky loupaly jablka, jiné zase strouhaly, někdo míchal cukr s kakaem. Já jsem také loupala jablka a potom jsem šla smažit, obalovala jsem lívanečky ve směsi cukru a kakaa a také krmila některé klienty. Pustily jsme si k tomu hudbu a vykládaly si o vaření, klientky vykládaly o svých receptech. Těto aktivity se účastnily zejména ženy a muži spíše jako konzumenti. Lívanečky všem chutnaly a těm, co neochutnaly v kuchyňce, jsme rozvezly ochutnávku na pokoje. Po rozvezení všech zpět na pokoje nás ještě čekal úklid kuchyňky. Potom byl oběd a klasický rozvoz jídla, krmení a úklid. Paní, se kterou jsem se domluvila předešlý den na bohoslužbu, měla špatný den, kdy bylo všechno špatně, takže jsme do kaple spolu nešly. Odpoledne bylo ve společenské místnosti reminiscenční posezení, kam jsem navezla klienty, co měly zájem. Vedl si ho pan Vraj a já jsem se účastnila nejprve jako asistentka. Uvařila jsem kávu tomu, kdo chtěl, a nakrájela jsem jablka, která později na sezení hrála svou roli. Jelikož bylo těsně po 28. říjnu, pan Vraj zavedl konverzaci na vznik Československa a zdali účastníci z tohoto období něco vědí od svých prarodičů či rodičů. Až jsme vyčerpali toto téma, klienti měli za úkol zavřít oči a dali jsme jim přičichnout k jablkům. Všichni hned poznali, co je to za vůni a rozvedla se konverzace na téma jablka. Dozvěděla jsem se, jak se dělal tažený štrúdl a jak všichni načerno pálili kalvádos. Bylo to pro mě příjemné zakončení celkem náročného dne, jsem ráda, že jsem se mohla reminiscenčního posezení účastnit a prožít si jej.

Středa, 5. 11. 2014

Tento den mi započal zase snídání a mou pomocí při servírování a podávání jídla. Poté jsem šla po snídaních do prádelny třídít a vyskládat čisté prádlo. Jak jsem měla hotovo, šla jsem opět pomáhat jedné klíčové pracovníci s koupáním. Taktéž jsem dezinfikovala a převlékala postele do čistého ložního prádla a pomohla s manipulací s klienty, nasazením pleny, obléčením atd. Koupal se i klient, který sem byl převezen po úrazu a měl poměrně velký dekubit na páteři. Proleženinu jsem již viděla, ale v oblasti zad mi to připadalo celkem jako rarita a je jasné, že ho v předešlém zařízení málo polohovali. Potom jsem šla vytrídít špinavé prádlo, které se různě dělilo na osobní prádlo, prostěradla, povlečení, anděle atd. Se sociální pracovníci jsme byly domluvené, že dopoledne přijde s klávesami a budeme ve společenské místnosti s klienty zpívat. S aktivizační pracovníci jsme klienty navezly do společenské místnosti, zájem byl velký. Sociální pracovníce přinesla i další nástroje (činely, dřívka, triangel, tamburínu), rozdala jsem je klientům, kteří měli zájem. Asi hodinu jsme zpívali lidové písničky a překvapilo mě, jak se poměrně všichni s vervou účastnili a písničky si pobrukovali ještě při rozvážení zpět

na pokoje. Sociální pracovnice mě chválila, jak jsem byla při této tvorbě aktivní, což mě zahrálo u srdce. Na řadě byl oběd a já jsem zase asistovala při rozvázání a krmení klientů. V tento den jsem podávala oběd klientce, která se vyjadřovala pouze takovým nepříjemným mečivým zvukem, a musím říct, že to mi dvakrát po chuti nebylo. Po obědech jsem pomohla se sklizením zbytků jídla a umýváním jídelního prostoru klientů. Tato čtvrtá návštěva mi obědem končila.

Pátek, 7. 11. 2014

V pátek ráno, jelikož to byl můj poslední den na praxi, jsem byla domluvená s panem Vrajem na reflexi. Řekla jsem mu svůj názor na to, co se mi tu líbilo a také nelíbilo, bohužel nelibostí bylo poněkud více, ty rozeberu v kapitole zhodnocení praxe. Dopoledne bylo v domově, v prostorách auly vyhlašování Roto – tour. Pan Vraj mě požádal, jestli s ním nachystám prostor v aule na vyhlašování a občerstvení. Vynosili jsme stoly ven na chodbu, židle dali po stranách auly a namíchala jsem nějaké nápoje. Poté jsem šla na oddělení a začala navázet klienty, kteří se Roto – tour účastnili a měl jim být předán diplom a nějaké věcné dary. Pochopila jsem, že Roto – tour byla soutěž v seniorské kategorii a zaznamenávalo se v ní, kolik klienti ušli či najeli a konečný výsledek byl sečtený za všechny klienty domova. Při vyhlašování jsem se starala o naše klienty, nalila jim pití a potom předala diplomy. Dostali také jako odměnu na každé oddělení různé rehabilitační pomůcky, které budou moci využívat všichni. Po skončení ceremoniálu jsme klienty zase rozvezli zpět na jejich pokoje. Někteří byli opravdu rádi, že se mohli na něčem takovém podílet. Jeden klient z našeho oddělení dokonce jako jednotlivec ujel nejvíce km, každý den totiž šlape na MOTOmedu. Následoval čas obědu a moje klasická činnost. Jelikož jsem zde byla posledně, šla jsem cíleně za mou oblíbenou paní a dala jsem jí oběd. Po obědech jsem uvařila kafe a zavezla jednu klientku ke druhé na pokoj na návštěvu, dalšího klienta klasicky do společenské místnosti na televizi. Měly jsme s aktivizační pracovnicí na odpoledne nachystáno louskání oříšků na vánoční cukroví. Bylo pochmurno a nikomu se moc nechtělo nic dělat, ale dvě dámy nakonec šly. Povídaly jsme si a jedna klientka konstatovala, že to je tak práce pro vězně, což mi přišlo vtipné. Chýlilo se ke konci mého působení, tak jsem šla poděkovat přítomným pracovnicím za to, jaké ke mně byly a že se mi snažily toho, co nejvíce předat. Nechala jsem jim tam v zaměstnanecké kuchyni malý dárek a vzkaz i pro ty, co tam při mém odchodu nebyly.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Chtěla bych zprvu říct, že mi tato praxe v mnoha ohledech otevřela oči a byla pro mě velice přínosná. I za tak krátkou dobu jsem však stihla v Domově seniorů POHODA přijít na hodně věcí, které se mi nelíbily. Přišlo mi, že charakter domova v mnoha ohledech připomínal nemocniční zařízení, ať to už byla dlouhá téměř prázdná chodba, či nemocniční stejnokroje celého personálu včetně mě (bílá, bledě modrá a světle zelená), stálé lítání uklízečky s dezinfekcí a také na pokojích klienti neměli nic moc vlastního, maximálně oblečení a deku, např. jejich křeslo z domu nepřípadalo v úvahu. Mrzelo mě, že domov není dostatečně využit z hlediska možností jeho prostor. Je to ale vše o penězích, jsou přijímáni klienti s co nejvyšším příspěvkem na péči a to znamená, že jsou schopni úkonově zvládnout celkem málo, tudíž to, co mají k dispozici, nejsou

schopni moc dobře využívat. Přišlo mi také, že je tu celkem málo personálu a pracovnice v sociálních službách litaly a aktivizační pracovnice tam nahrazovala spíše post pracovnice v sociálních službách, dělala totiž v podstatě všechno, co ony a když jí vyčázel čas, tak se něco dělo. Pravidelně jednou za dva týdny mají klienti reminiscenční posezení a přichází canisterapeutka, další aktivity žádnou pravidelnost nemají, takže se aktivizace děje spíše nárazově. Chápu, že je aktivizace na tomto oddělení poměrně složitá a především je složitá ji zvládat v jedné osobě. Než si aktivizační pracovnice naveze všechny klienty na místo, kde chce něco tvořit, uběhne i půl hodiny. Myslím, že v tomto by jí naopak měly pomoci pracovnice v sociálních službách. Co mě však dostalo nejvíce, bylo zjištění, že aktivizační pracovnice má smlouvu na půl roku a je přijata z úřadu práce na základě společensky účelného pracovního místa, kdy zaměstnavatel dostává od úřadu práce příspěvek a na další půl rok přijímá jiného zaměstnance, kdy dostane příspěvek další. Nechápu, co má tohle znamenat? Myslím, že místo by tu měl mít aktivizační pracovník stále a rozhodně by se neměl neustále měnit, přeci jen si starší lidé těžko zvykají a začínají člověku důvěřovat. Vyzdvihnout opravdu mohou nové a pěkné prostředí v klidné části města. Oceňuji také pozitivní přístup zaměstnankyň, se kterými jsem se cítila příjemně i při jejich psychicky i fyzicky vyčerpávající práci a jejich plné nasazení a vřelý přístup ke klientům. Jedna pracovnice mi řekla, že jí to prostě baví a naplňuje, to mi přišlo pěkné a myslím si, že za to, co dělají, by rozhodně měly brát více peněz.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Výzkumné šetření proběhlo v Domově seniorů POHODA na oddělení C2, kde jsem měla možnost realizovat svou praxi. Pro realizaci výzkumu jsem si zvolila dotazníkové šetření, které zaměstnankyním nezabere moc času a budou jej moci vyplnit během chvíle. Výzkumným souborem jsou tedy zaměstnanci Domova seniorů POHODA a mým výzkumným vzorkem byly zaměstnankyně Domova seniorů POHODA, pracující na oddělení C2. Výzkumný cíl: zjistit pracovní spokojenost zaměstnankyň Domova seniorů POHODA. Sběr dat probíhal od 4. 11. do 7. 11. 2014, výzkumu se zúčastnilo 12 respondentek a dotazník byl zpracován čárkovací metodou a následně vyhodnocen.

Interpretace výsledku šetření

Celkově jsou zaměstnankyně se svou prací spíše nespokojeny. Spokojenost vyjadřují vzhledem k jistotě zaměstnání, délce pracovní doby, organizaci pracovní doby a vztahu s přímým nadřízeným a k zajímavosti práce. Nespokojenost zaměstnankyně vztahují k špatné informovanosti o hospodaření zařízení, možnosti povýšení, platovému ohodnocení, zaměstnaneckým výhodám, k pracovní zátěži (množství práce) a k pracovním podmínkám.

Je smutné, že v sociálních službách je málo financí. Práce v domově seniorů je těžká a není pro každého, je především obdivuhodná. Snad se některé okolnosti související s prací zaměstnaným dámám na oddělení C2 zlepší a jejich pracovním podmínkám a platovému ohodnocení se bude blýskat na lepší časy. Množství práce by se dalo řešit nabráním více personálu, záleží potom, jestli by si ale poté pracovnice nepřišly na ještě méně peněz.

Dotazník

Pěkný den,

jsem studentkou sociální pedagogiky a volného času na Masarykově univerzitě v Brně.

Touto cestou bych Vás chtěla požádat a zároveň poprosit o vyplnění krátkého dotazníku, který mi bude sloužit k studijním účelům a je zcela **anonymní**. Zakroužkujte vždy jednu odpověď u každé položky v dotazníku.

Děkuji,

Bc. Adriana Slámová

1. Když zvážíte všechny okolnosti, jak jste celkově spokojen/a se svou prací?

- 1 – Rozhodně spokojen/a
- 2 – Spíše spokojen/a
- 3 – Nevím
- 4 – Spíše nespokojen/a
- 5 – Rozhodně nespokojen/a

2. Jak jste spokojen/a s následujícími okolnostmi vaší práce?

	Rozhodně spokojen/a	Spíše spokojen/a	Nevím	Spíše nespokojen/a	Rozhodně nespokojen/a
Jistota zaměstnání	1	2	3	4	5
Zajímavost práce	1	2	3	4	5
Délka pracovní doby	1	2	3	4	5
Organizace pracovní doby (příchody, odchody, přestávky)	1	2	3	4	5
Vztahy s přímým nadřízeným	1	2	3	4	5
Informování o hospodaření podniku	1	2	3	4	5
Pracovní podmínky (světlo, teplo, hluk)	1	2	3	4	5
Pracovní zátěž (množství práce)	1	2	3	4	5
Možnost povýšení	1	2	3	4	5
Platové ohodnocení	1	2	3	4	5
Zaměstnanecké výhody	1	2	3	4	5

Deník praxe – DPS Podpěrova

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Ivana Greplová, Aleš Gothard

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

DPS Podpěrova, Brno

Oblast působnosti: běžný chod zařízení, aktivizační programy, pomoc při aktivitách zaměstnanců DPS.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNI

1.

První schůzka proběhla pouze jako informační. Jak zástupci DPS tak i my jsme přednesli své představy, požadavky a náležitosti. Domluvili jsme se na dvou dnech v týdnu, kdy v pondělí odpoledne vždy uskutečníme nějakou tanečně pohybovou aktivitu a během čtvrttečního dopoledne pak budeme klienty přivádět ke vzpomínkám a diskuzi o nich a o svých zkušenostech. V podstatě tedy naše praxe bude formou případy a odvádění vlastních aktivit v rozsahu třiceti hodin. Zároveň jsme se domluvili, že ještě jedno setkání proběhne bez našich aktivit, abychom si okoukali systém práce s novými klienty. Zároveň jsme se dozvěděli, že na aktivizačních aktivitách se setkává přibližně 20 klientů, z nichž pouze šest až sedm chodí víceméně pravidelně a obvykle se jich seje kolem deseti.

2.

Naše druhá schůzka už byla o něco praktičtější. Přišli jsme v den, kdy klienti pracovali ve výtvarné dílně na produktech pro vánoční trhy. Výtvarné aktivity v DPS Podpěrova probíhají tak, že každý z klientů dělá zrovna na tom, co má rozdělané a co chce sám dělat. A také svým vlastním tempem. Pouze čas od času se naučí dohromady nějakou novou techniku, ale i poté si každý dělá „to svoje“. Pro nás toto setkání mělo obohacující charakter, neboť jsme poznali některé z pravidelných účastníků aktivizačních programů. Zjistili jsme rovněž, že jak kognitivně, tak motoricky jsou na rozdílných úrovních. Na základě těchto poznatků jsme si na třetí setkání připravili již vlastní program. Dohodli jsme se, že bude pohybový a seznamovací – tak, aby se klienti dozvěděli o nás a my něco o nich.

3.

Třetí setkání probíhalo už zcela v naší režii. Odehrávalo se v malinké tělocvičně, která slouží k rehabilitacím a tělesným cvičením. Zde jsme však v praxi zjistili, že to s pohyblivostí klientů není zdaleka tak růžové, jako to vypadalo posledně. Na vozičku sice přijeli pouze tři z celkových přibližně deseti, nicméně ani oněch sedm zbývajících zrovna neoplývalo čilostí. Tuto situaci jsme v přípravě podcenili. Tedy, byli jsme si vědomi rizika, nicméně jsme si řekli, že to zkusíme. A pokud to propadne, aspoň se poučíme do příště. Na počátku, abychom dodrželi pohybové zadání, přišly nějaké uvolňovací a protahovací aktivity v sedě na židlích. A doposavad bylo vše v pořádku. Klienti byli ještě zvědaví, s čím „ti mladí“ přijdou. A začátek byl dobrý. Ve druhé aktivitě jsme po klientech chtěli, aby nějaký pohybem vyjádřili svoji náladu. Zde se také žádné faux pas nekonalo, byť u některých už jsme narazili na nedoslýchavost a nepochopení. Jedna z klientek na naše upřesnění, „a teď nám předvedte nějaký pohybem jak se cítíte“ odpověděla: „Dobře, děkuji za optání.“ Třetí aktivita však totálně propadla. Původně jsme ji měli nachystanou jako sdružovací a lehce diskusní. Připravili jsme si soubor otázek, některé zahřívací a spíše informativní (jak se jmenujete, co vás baví) a jiné už například pro to, aby nám poskytl odpověď kam směřovat další programy (jaký postoj máte k tanci, jakou hudbu máte rádi). Na zem jsme k tomu rozložili papíry, vždy se třemi písmeny abecedy. Původní záměr byl takový, aby se klienti shromáždili okolo papíru, na němž bylo počáteční písmeno jejich odpovědi. Již v průběhu prvních dvou aktivit jsme však zjistili, že z pohybových důvodů to nebude možné. Coby improvizaci jsme zvolili variantu, kdy klienti na onen papír naším prostřednictvím položí míček či jiný předmět. Již u první otázky však bylo jasné, že toto narychlo zvolené řešení není šťastné, neboť působilo poněkud infantilně (což jsme také dostali řádně „sežrat“). Avšak nechťli jsme upustit od záměru dozvědět se, jak koncipovat naše další aktivity. Musíme připustit, že jsme se tak sice některé věci dozvěděli, avšak naše premiérové představení dostalo zvolenou metodu vcelku na frak. Rovněž poslední, relaxační a uvolňující, aktivita nepřinesla kýžený efekt. U některých klientů zafungovala správně, tedy že se uvolnili předtím, než pokračovali ve svém běžném životě v zařízení, avšak někteří, zřejmě znavení dlouhou dobou udržování pozornosti, při ní usínali. Tento den jsme tedy odcházeli s rozpačitými pocity. Hned při příštím setkání jsme se k tomuto vrátili s pracovníci DPS, které nám potvrdily naše domněnky. Tedy že klientům připadalo, že z nich děláme malé děti. Ač jsme se toho snažili vyvarovat, příliš se nám to nepovedlo. Odnесли jsme si tedy alespoň cenný poznatek, kudy cesta nevede. Také jsme se hned po tomto setkání domluvili na dalším postupu, neboť mnoho našich plánovaných dní připadalo na státní svátky či se tam neplánovaně objevily školní povinnosti. Další návštěva se tedy měla uskutečnit ve středu s pozorováním běžného chodu domova mimo aktivizační aktivity.

4.

Tento den probíhal bez našich aktivit. Přihlíželi jsme totiž běžnému chodu domova. Se sociální pracovníci jsme navštívili jednoho z klientů, čtyřiatřicetiletého pána. Většinu dne trávil na lůžku, neboť před několika lety si zlomil krček stehenní kosti a od té doby se pohybuje velmi špatně. Pán byl silně nedoslýchavý, proto se celá návštěva nesla ve hlasitém duchu. Bylo na něm znát, jak vděčný je za každou společnost. Při příchodu tvrdil, že za chvíli poběží další díl jeho oblíbeného seriálu, nicméně když mu pracovníce nabídla, že ho tedy nechá sledovat televizi, hned otočil. Nakonec jsme přihlíželi kognitivnímu tréninku. Pracovnice si připravila několik specifických obrázků z různých států

světa. Klient je rozřazoval dle příslušnosti na jednotlivé hromádky. Bylo vidět, jak si u některých těžko vzpomíná a jak trápí, že už tolik zapomíná. Nicméně s několika radami nakonec vše přiřadil správně. Poté jsme si ještě chvíli povídali. Sociální pracovnice nám po odchodu prozradila, že pán je obvyčně o kus sdílnější, ale také že podobně stihne maximálně pět klientů za den. Přičemž zařízení jich má přes sedmdesát.

Přínosem pro nás bylo hlavně to, že jsme viděli, jak vypadá běžná nemedicínská péče v podobných zařízeních.

5.

Na páté setkání jsme si s pracovníci domluvili, že uvedeme aktivitu podle známého AZ kvizu. Domluvili jsme si tedy, že do konce týdne dodáme malý letáček, který by poté rozvěsili po zařízení, aby klienti věděli o pondělním plánu. Otázky jsme si nachystali s různými stupni obtížnosti. Opět abychom zjistili, jak moc obtížné si můžeme dovolit. Při jedné z nich nás sice pracovnice upozorňovali, že zde už jsme přestřelili, avšak nakonec se ukázalo, že dvě z klientek odpověď znaly. Jediným nedostatkem tak nakonec bylo, že jsme si nachystali, z důvodu časového presu, pouze jednu sadu otázek. Očekávali jsme, že nám vydrží alespoň tak na hodinu, avšak po půlhodině byla hra jako taková dohrána a tak jsme pouze dojeli další nachystané otázky, na které se nedostalo. Pouze tři z celkových přibližně čtyřiceti nakonec zůstaly nezodpovězeny.

Opět jsme však naráželi na různou úroveň znalostí klientů a klientek. Výstižně to komentovala jedna ze zúčastněných: „Stejně jsem vlastně hrála jen já paní K.“ Nebyla to tak úplně pravda, neboť se snažili zapojovat všichni, avšak tyto dvě měly nejvíce znalostí. Do příště tedy bude nutné tuto situaci více zohlednit.

Celkově se tato aktivita setkala s pozitivními ohlasy s výjimkou jedné klienty, která nejenže dobře neviděla, ale též ani neslyšela. Sice jsme se snažili mluvit hodně nahlas a veškeré otázky byly promítané dataprojektorem a velkým písmem na zeď, avšak ani to nepomohlo. Pracovnice DPS nás ale pak uklidňovaly, že paní má špatnou náladu už od rána. Při našem odchodu pak jedna z klientek prohlásila: „A že to bylo o kus lepší, než když jsme si poslední jak malý děti podávaly míčky?“ Nám samozřejmě nezbylo než souhlasit, protože jsme si sami byli vědomi svých pochybení.

6.

Dnes se celý program obešel opět bez naší pomoci. Dle domluvy jsme měli pomáhat při rukodělných činnostech. Již od počátku naší praxe začátkem října bylo zřejmé, že celé zařízení žije přípravami na Vánoční jarmark. Proto se složitě hledaly náhradní termíny, kdy by byl prostor pro naši vlastní iniciativu. Domluvili jsme se proto s pracovníci DPS, že přijdeme do rukodělné dílny a budeme k dispozici pro různé práce, které například klienti nezvládají kvůli nedostatečné jemné motorice nebo které budou prostě potřeba. Nechci zabíhat do podrobností při popisování jednotlivých činností, ale celkově jsme si vyzkoušeli roli děvčat pro všechno, kam nás zavolali, tam jsme pomohli a mezitím se věnovali práci, která nám byla primárně přidělena.

7.

Opět další z náhradních setkání. Domluva zněla, že přijedeme a pomůžeme při návštěvě na pokojích klientů. Měli jsme si tak vyzkoušet komunikaci a lehčí aktivizační

činnosti pro ty, kteří kvůli své pohyblivosti nemohou navštěvovat běžné aktivizační bloky. Nicméně poté, co jsme dorazili na místo, nám jedna ze sociálních pracovnic oznámila, že dnes bohužel nebude nic, protože kolegyně musela náhle odjet a ona je také na odchodu. Domluvili jsme si tedy termín dalšího setkání a odjeli opět domů.

8.

V tomto dni neproběhlo nic nového. Opět jsme fungovali jako „podržkoštata“ při rukodělných aktivitách a pomáhali tak s výrobou zboží na Vánoční jarmark. Tyto činnosti nám pomohly více poznat klienty a klientky, neboť při manuální práci se vedly živé hovory, mnohdy došlo na vzpomínky či historky z mládí či popisování dřívějšího života.

9.

V tomto týdnu evidentně finišují přípravy na jarmark. Téměř všechny dopolední programy jsou v dílně a dokončují se poslední kousky výrobků. Vše se zdobí, balí a připravuje. Proto i my již podruhé v tomto týdnu pomáháme s výrobou. Tudíž nic nového, o čem by bylo nutno se zmiňovat.

10.

První pojarmarkový program. Opět tedy došlo na naše aktivity. Připravili jsme si program se známými více či méně historickými osobnostmi. Klientům jsme rozdali obrázky postav jako například Vlasta Burian, svatý Václav, Waldemar Matuška, ale i například Carl Gustav Jung či Marie Montessori. Každý měl tři či čtyři obrázky. Projektorem jsme pak promítali stručné popisy těchto osobností, kdy klienti hádali, o koho se jedná. Ti, kteří měli u sebe obrázek dané osoby jako nápovědu, se mohli zapojit až po chvíli. Opět jsme si ověřili, jak těžké je vybalancovat aktivitu tak, aby se mohl zapojit každý. Nicméně tím, že jsme sáhli nejen po hercích či hudebnících, ale též pedagogích či psychologích, podařilo se nám nastavit obtížnost zvládnutelnou i pro ty se slabšími kognitivními schopnostmi, avšak ne příliš jednoduchou pro ty více inteligentní. Neuhádnutý nakonec zůstal pouze František Plánička, snad i proto, že mezi klienty byl pouze jeden muž a ten nebyl příliš sportovně založen. Tento den měl dvě hlavní pozitiva. Jedním z nich bylo, že jsme konečně odcházeli s dobrým pocitem, že se nám to povedlo. A druhým pak, že jedna z klientek se rozpovídala o tom, že má na pokoji gramofon a desky Šimka s Grossmannem přímo ze Semaforu. Program na příště byl tedy jasný.

11.

Dle domluvy z minula byl program tohoto dne připravený. Když jsme dorazili, gramofon s deskami už byl připravený. Pracovnice DPS si připravily i krátké povídání o známé dvojici Šimek a Grossmann, aby se klienti zároveň něco dozvěděli. Nostalgický zvuk gramofonu navodil příjemnou atmosféru a tak vše proběhlo v poklidu.

12.

Poslední setkání v roce 2014 nebylo příliš domluvené. E-mailová komunikace totiž probíhala poměrně pomalu, proto jsme přišli bez vlastních aktivit. Jelikož šlo o poslední předvánoční setkání, klientů dorazilo téměř dvakrát více než bylo obvyklé. Pracovnice DPS si připravily trénink smyslů. Nejdříve byl na řadě hmat. Klienti měli oči přikryté

šátkem a ze sáčku si vytáhly formičku na perníčky. Pouze pomocí hmatu měli určit tvar vylosované formičky.

Druhá v pořadí byla paměť společně se zrakem. Na řadu totiž přišla známá kimovka. Na stůl byly umístěny různé předměty, které byly přikryty ubrusem. Na minutu jsme ubrus odstranili. Po této minutě jsme předměty opět schovali a klienti měli z paměti vyjmenovat co nejvíce předmětů na stole.

Posledním z trénovaných smyslů byl sluch. Pracovnice pouštěly karaoke podklad různých známých písniček, jejich názvy klienti podle hudby hádali. A protože vše skončilo docela rychle, pokračovalo se dále jako poslechový program. Rozdali jsme klientům hudební nástroje, na které doprovázeli hrající koledy a jiné písně.

Z tohoto programového bloku jsme si žádné důležité poznatky neodnesli.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Dotazník pro pracovníky:

Věk: 39

Pohlaví: žena

Dosažené vzdělání: Mgr. Sociální pedagogika

Délka praxe v oboru: 10 let

1. Co vás dovedlo k práci se seniory?

Obor, který jsem vystudovala, se tohoto povolání silně dotýká. Během studia jsem absolvovala několik praxí a dobrovolnické činnosti v práci s dětmi. Po studiu jsem nějakou dobu pracovala v mateřském centru, načež jsem odešla na mateřskou dovolenou. Následně, když jsem hledala práci, se uvolnilo místo volnočasového pracovníka v jednom domově pro seniory a tak mě napadlo si vyzkoušet práci s jinou cílovou skupinou a už jsem u ní zůstala.

2. Vnímáte nějaký kvalitativní posun v oblasti práce se seniory za posledních 5 let? Svou odpověď prosím zdůvodněte.

Jistý posun je znát. Řekla bych, že se o problematice stáří více mluví, realizují se různé projekty, vydávají se manuály. Celkově se přístup ke starým lidem pomalu mění, což je na jednu stranu dobře, že se jim věnuje taková pozornost, na druhou stranu to může v některých případech působit až okázale, jakože z nich děláme bůhvíco. Záleží asi zařízením od zařízení, projekt od projektu, člověk od člověka.

3. Jak byste vyjádřil/a svou spokojenost s mírou dosaženého vzdělání pro výkon své profese?

Myslím si, že mi dalo dobrý základ pro práci s lidmi obecně, ale nejvíce mi samozřejmě dala praxe a osobní zkušenosti.

4. Co vnímáte na práci se seniory jako nejobtížnější?

Asi nejtěžší na této práci je smrt klientů. Za poslední půlrok nám jich odešlo pět. Ta atmosféra v rámci kolektivu je pak dost depresivní. Pro pracovníka, který musí zvládnout vyrovnat se s touto událostí v sobě a ještě v tom pomáhat klientům, to bývá mnohdy nad lidské síly.

5. Jakým způsobem překonáváte pracovní krizi?

Záleží, jestli jde o krizi dlouhodobou nebo momentální. Snažím se řešit problémy hned, jak přijdou. Pokud je toho v jednu chvíli moc, tak mi pomáhá přítomnost druhé pracovnice, se kterou se doplňujeme v činnostech a rozumíme si. Víím, že se na ni můžu spolehnout a nejsem na to všechno sama. Často spolu řešíme pracovní problémy. Jinak se snažím pěstovat si jakousi osobní psychohygienu. Ale to se týká spíše soukromého života.

6. Co vás nejvíce motivuje ve vaší práci?

Kromě platu to jsou výsledky, kterých se občas podaří dosáhnout, i když v poslední době mám pocit, že jich moc není. Velmi motivující je, když vidíte, že u klienta došlo k nějaké pozitivní změně, například že se mu zlepšily komunikační schopnosti nebo že jeví o něco zájem a vy mu můžete vyjít vstříc.

7. Co byste nejraději změnil/a v rámci své profese?

Určitě bych zlepšila vybavení a pomůcky, a zvětšila prostory pro společné aktivity, protože máme hodně klientů na vozíčku a jejich pohyb je do značné míry obtížný.

8. Co vnímáte na práci se seniory jako nejpříjemnější?

Je to asi aspekt přirozenosti a upřímnosti. Oni nemají potřebu se před vámi přetvářovat. V tomto ohledu jsou podobní dětem. Občas právě tento aspekt nemusí být příjemný, zvlášť když se v kolektivu objevuje vzájemná nevraživost. Nicméně je fajn, když vííte, že s vámi jednájí narovinu. Také humorné chvílky, kdy se společně všichni zasmějeme a panuje celková pohoda.

9. Jak byste popsal/a celkovou atmosféru v zařízení?

Atmosféra se hodně odvíjí od aktivní skupiny klientů, tj. těch, kteří nejsou upoutáni individuálně na pokojích a tráví spolu hodně času společně. Co se týče pracovního kolektivu, ten vnímám jako sehraný a přátelský, ale právě klienti nám občas dávají hodně zabrat. Svými požadavky, náladami apod. Snažíme se o maximální vstřícnost, ale někdy prostě nejde vyhovět všem.

10. Jaký je váš pohled na vaše současné povolání z hlediska seberealizace?

Za dobu výkonu své profese mé požadavky na seberealizaci dosti klesly. Nemyslím si, že jde o práci, kde se má člověk nějak seberealizovat, protože tam pro to nezbyvá příliš prostor. Navíc zde existuje spousta limitů, na které je potřeba reagovat. Nemám tedy pocit, že bych se nějak seberealizovala, zkrátka vykonávám svou práci, jak si myslím, že je potřeba a o seberealizaci není ani čas přemýšlet.

Věk: 36

Pohlaví: Žena

Dosažené vzdělání: VŠ – Bc. v oboru Sociální práce, nyní dálkově magisterské studium

Délka praxe: 7 let

11. Co vás dovedlo k práci se seniory?

Během střední školy jsem si uvědomila, že mě láká práce s lidmi. V pomoci ostatním vidím velký smysl. Po absolvování bakalářského studia sociálního směru jsem začala

pracovat ve školní družině na malé škole. Tu však s nedostatkem financí zrušili. Říkala jsem si poté, proč nezkusit něco nového. Zkoušela jsem tehdy obcházet různá zařízení nejen pro seniory, ale též pro postižené i jiné skupiny lidí. Zde v DPS měli zrovna volnou pozici, tak jsem to zkusila. A už jsem tu zůstala.

12. Vnímáte nějaký kvalitativní posun v oblasti práce se seniory za posledních 5 let? Svou odpověď prosím zdůvodněte.

Vidím obrovský posun. V dřívějších dobách se v domovech pro seniory vše točilo spíše kolem té zdravotní péče a kolem zajišťování minimálních sociálních potřeb. V posledních letech se aktivizace posunuje mílovými kroky, neboť se o ní více a více mluví. Tím pádem zaujme více lidí a tak se objevuje spousta akcí, programů a projektů zaměřených přímo na tuto cílovou skupinu. Je to skvělé.

13. Jak byste vyjádřili svou spokojenost s mírou dosaženého vzdělání pro výkon své profese?

Prvních pár let jsem si vystačila s bakalářským titulem. Myslím si, že s ním si člověk vystačí klidně i celou kariéru. Ale začalo mi chybět studium, ztrácela jsem motivaci. Tak jsem se rozhodla dodělat si magisterský titul v oboru sociální pedagogiky. Takže pro výkon profese je bakalářský titul dostatečný. Záleží na každém, zda se pak chce dále vzdělávat.

14. Co vnímáte na práci se seniory jako nejobtížnější?

Na práci samotné asi zvládnání svého přístupu ke klientům. Všichni ví, že senioři nejsou malé děti a nedá se s nimi tak zacházet. Ale navenek je občas obtížné s nimi opravdu jako s dětmi nejednat. Ale celkově nejobtížnější při tomto povoláním jsou ty věci mimo práci. Vidět klienty, jak se trápí, když za nimi dlouho nepřijede nikdo z rodiny, jak kdysi vitální lidé pomalu chřadnou a nakonec umírají. Tohle je na sklonku života to nejtěžší.

15. Jakým způsobem překonáváte pracovní krize?

Těžko. Máme tu ale skvělý kolektiv, kde se navzájem podržíme. A když to skřípe uvnitř kolektivu, nejraději utíkám domů, k rodině.

16. Co vás nejvíce motivuje ve vaší práci?

Právě ten pocit, že můžu někomu pomoci, že to má smysl. Myslím si, že bez toho se v pomocných profesích nedá pracovat. Nedává-li vám vaše snažení smysl, utečete rychle k něčemu lépe placenému.

17. Co byste nejraději změnili v rámci své profese, kdyby to šlo?

A víte, že mi současný stav docela vyhovuje? O práci se seniory se stále více mluví, to znamená, že do ní teče více prostředků, je snazší hledat nové pracovníky, na vysokých školách se o ní také učí. Já nevím, co si více přát. Znamená to zásadní obrát k lepšímu. Vše ostatní už je jen otázka času.

18. Co vnímáte na práci se seniory jako nejpříjemnější?

To, když vidíte, jak se na vás těší. U skupinových věcí to ani tak vidět není. Ale viděli jste sami, když jste se mnou tehdy šli po pokojích. Nejdříve se pan P. tvářil, že bude raději sledovat televizi. Ale po chvíli vypnul svůj oblíbený pořad jen kvůli té hodině času, kterou mu je někdo ochoten věnovat. Ten vděk je tady kouzelný, to nikde jinde neuvídíte.

19. Jak byste popsal/a celkovou atmosféru v zařízení?

Pracovní kolektiv je tu skvělý. A díkybohu tu teď máme i skvělé klienty. Někteří se mezi sebou nemusí, ale obvykle na sebe nijak nevrčí. Krom občasných konfliktů tu teď panuje klidná a přátelská atmosféra.

20. Jaký je váš pohled na vaše současné povolání z hlediska seberealizace?

Z hlediska seberealizace je práce se seniory skvělá volba. Tedy pokud vás baví tato cílová skupina. Pak můžete přijít téměř s čímkoli. A když něco ostatní opravdu ocení, je to obrovské zadostiučinění.

Vaření v praxi

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Barbora Kiliánová, Martina Kvochová, Tereza Málková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Foltýnova, příspěvková organizace, Foltýnova 1008/21, 635 00 Brno-Bystrc

Kapacita domova je 213 lůžek, z toho 125 jednolůžkových a 44 dvojlůžkových obytných jednotek. Domov pro seniory Foltýnova poskytuje dva druhy sociálních služeb v nepřetržitém provozu, a to domov pro seniory domov se zvláštním režimem.

Aktivizace seniorů byla realizována v rámci dopoledních a odpoledních volnočasových dílen, ve spolupráci s vedoucí volnočasové dílny.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 23. 10. 2014: Seznámení s prostředím, tvořivá dílna, pánský klub
2. 27. 10. 2014: Kroužek cvičení paměti, tvořivá dílna, zjišťování potřeb a motivace k vaření
3. 4. 11. 2014: Sbíráání konkrétních receptů, smažení lívanců na základě potřeb klientů
4. 7. 11. 2014: Tvořivé dílny, sbíráání konkrétních receptů, příprava na příští týden
5. 13. 11. 2014: Pečení štrúdlu, zapojení klientů, odpolední dýchánek, ochutnávka
6. 19. 11. 2014: Pečení cukroví, linecké, vyprávění o cukroví a receptech, ochutnávka, školení

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Celkem 10 klientů ve věku od 78 do 84, z toho 8 žen a 2 muži

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DŇÍ

První den v domově pro seniory jsme se cítily od začátku velmi příjemně. Personál byl slušný a ujal se nás, vše nám vysvětlil a byla nám přiřazena jedna ze sociálních pracovnic, která nás provázela celou praxí. Naše představa byla původně o něco jiná, než jaká byla skutečnost. Velice mile nás překvapilo, že klienti zde žijí v domácích podmínkách a celý dům pro seniory vypadá úplně jako obytný dům.

Klientům se zde také neříká senioři, což působí velmi profesionálním dojmem a oni poté nemusí mít pocit, že by byli někde odloženi, naopak si tu žijí sami podle sebe a mají k dispozici zdravotní sestry a různé zájmové činnosti. Kroužků a zájmových činností,

kteří mohou klienty v domově pro seniory vykonávat, je docela velké množství. Mají zde tvořivou dílnu, ve které se dělají převážně ruční práce (jako je např. šití, pletení, práce s přírodním materiálem atd.) Některé práce, které jsou vytvořeny ve tvořivých dílnách, jsou na zakázku od firem nebo jednotlivců, takže klienti mohou mít dobrý pocit, že vytvořili třeba čepičky pro miminka do inkubátorů, věnce na hroby nebo klíčenky.

V této tvořivé dílně jsme také my realizovaly náš projekt o vaření, protože v místnosti se nacházela kuchyňka a trouba. Na základě našich aktivit, ale asi také na základě potřeb ze strany klientů, se po našem odchodu z praxe vytvořil nový kroužek, a to kroužek vaření.

První den jsme navštívily tedy tvořivou dílnu, ale také pánský klub, který se pořádá jednou týdně ve čtvrtek. Docela nás překvapilo, že tento pánský klub je navštěvován pouze jedním, výjimečně dvěma klienty. Chtěly jsme původně naši aktivizační činnost zaměřit i na muže, abychom je více zapojily do dění v domově, ale bohužel jsme se k nim už moc nedostaly. První den tedy proběhl v podobě seznámení s panem Drbalem a aktivizační činností hraní společenských her. Naše téma o vaření jsme ale neopustili, a tak došlo i na vyprávění o jeho velké rybářské vášni a přípravě ryb.

Druhý den jsme měly možnost navštívit kroužek trénování paměti, který je veden pro klienty, kteří netrpí stařeckou demencí a jsou ještě natolik zdatní, že chtějí svou paměť zdokonalovat a trénovat. Shodli jsme se na tom, že většina z nich si pamatují jména lépe než my a opravdu nás tento kroužek zaujal. Využily jsme proto příležitosti mluvit s klienty, kteří si ledačco pamatují, a zeptaly jsme se jich na pár receptů z jejich dětství. V tomto dni jsme měly asi největší úspěch, co se týče nasbírání receptů do naší kuchařky. Zbytek dne jsme strávily v tvořivé dílně.

Třetí den byl o něco více akční, v tvořivé dílně se pekly lívance, zapojovali se klienti a přišlo jich mnohem více než první dva dny. Nejlepším zážitkem ale pro ně bylo samotné jedení lívanců, každý chtěl napřed jen jeden, ale potom si postupně přidávali a přidávali. Při této příležitosti jsme nasbíraly další recepty, většinou na sladká jídla.

Čtvrtý den nebyl tak početný, co se klientů týče, mohly jsme ale využít přípravy na příští týden a dohodnout se s klienty, co by si chtěli uvařit nebo upéct. Od pana Drbala jsme dostaly podnět, že by rád ochutnal štrúdl s oříšky. Tento den jsme se tedy domlouvaly na příští týden ohledně surovin, ale také oznámení klientům, aby věděli, co se bude dít.

Pátý den jsme zapojily snad nejvíce klientů. Pekly se dvě nohavice štrúdlu, takže měli možnost zapojit se všichni, kteří zrovna přišli na tvořivou dílnu. Dokonce nás mile překvapilo, že se dostavil jeden z mužů, kteří obývají dům pro seniory, a byl zapojen do drčení ořechů. Ostatní krouhali jablka, váleli těsto, plnili štrúdl, vymýšleli, jaké další ingredience by ještě do štrúdlu přidali. Tento den jsme strávily v domově pro seniory celý den, takže jsme měly možnost podílet se i na odpoledních aktivitách a vidět, jak si klienti na štrúdlu pochutnávají – dopoledne se totiž peklo a muselo se počkat, protože mezitím klienti odcházeli na oběd.

Šestý den jsme s klienty pekly linecké, nepřišlo jich sice tolik, jako minulý týden na pečení štrúdlu, ale aspoň jsme měly možnost věnovat se individuálně každému z nich. Každý se zapojil, a protože linecké je cukroví vánoční, zabrousily jsme v naší debatě i k vánočnímu cukroví a receptům. V odpoledním bloku jsme měly možnost zúčastnit se školení tréninku paměti, což bylo velmi přínosné a zajímavé nejen třeba pro naše budoucí povolání, ale i pro trénink paměti nás samotných.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Myslím si, že celkový pocit z praxe máme velmi pozitivní. Byly jsme všechny mile překvapeny, jak toto zařízení funguje, každá jsme si to asi představovala trochu jinak. Možná by bylo přínosnější, kdyby praxe probíhala například týden v kuse, takto jsme musely hodiny přizpůsobovat školním a pracovním povinnostem a klienti si tak neměli možnost úplně si nás zapamatovat. Pozitivní pro nás bylo také to, že jsme měly možnost pracovat s klienty, kteří netrpí úplnou formou stařecké demence, nebo s těmi, kteří jsou upoutaní na lůžku. Měly jsme tedy tu výhodu, že naši klienti byli víceméně aktivní, s vlastnostmi využitelnými pro naše téma.

Jak už jsem psala na začátku, docela nás překvapilo, že v domově pro seniory je velmi málo mužů, a že se příliš neúčastní aktivit v dopoledních a odpoledních kroužcích. Zase na druhou stranu chápu, že pečeni, vyšívání a pletení mužům nic moc neříká, navíc když tam nemají žádného partáka k sobě, tak je jasné, že se takových aktivit účastnit radši nebudou. Mile nás ovšem překvapilo, že jsme zrovna při našich aktivitách s vařením mohly oba dva muže přivítat a viděly jsme na vlastní oči jejich aktivizaci v praxi. V jednom dopoledním kroužku byl jeden pán sám obklopen samými ženami a jeho aktivita něco dělat, natož mluvit byla nulová. Odpoledne se k němu ale přidal pan Drbal a bylo krásně vidět, jak oba rozkvetli, začali spolu zpívat, ochutnávali štrúdl a velmi si to užívali.

Z této aktivizační praxe jsme si asi odnesly jednu podstatnou věc. Aktivizace seniorů by neměla probíhat tím stylem, že klientům dáváme úkoly a děláme s nimi různé činnosti jako s dětmi ve školce a říkáme jim, jak jsou šikovní. Aktivizace by měla být o tom, aby se klienti cítili dobře, přirozeně a my, jako aktivátor, bychom měli působit přirozeně, jako partneři. Zjistili jsme také, že aktivizovat klienty můžou nejen sociální pracovníce a zdravotní sestry, ale také jejich kolegyně, ostatní klienti, vzájemná interakce, pomoc a komunikace.

Přínosem pro nás určitě je, že jsme zjistily, jak to vlastně v takových zařízeních funguje, jaké jsou možnosti aktivizace, ale také jaké je vlastně složení klientů a co se s nimi dá dělat. Viděly jsme přímo v praxi přístup sociálních pracovníků, některé byly přímo vzorové, některé bychom mohly uvést jako negativní příklad. Je ale jisté, že nám praxe přinesla mnoho zkušeností a hlavně rozšířila obzory.

A pokud bychom si měly odnést něco pozitivního, kromě nasbíraných receptů a vytvořené kuchařky, tak je to skutečnost, že po naší praxi a našich aktivitách vznikl v tomto zařízení kroužek vaření, což bereme jako pěkné zadostiučinění naší praxe.

Výzkumné šetření

Ve výzkumném šetření jsme se zaměřili na personál zařízení pro seniory, krátkým dotazníkem jsme zjišťovaly, jak vnímali naši praxi v tomto zařízení z hlediska posunu pro aktivitu ve volném čase pro klienty.

Ukázka dotazníku:

- 1. Co se vám na praxi studentek líbilo nejvíce?**
- 2. Vidíte nějaké využití použitých aktivizačních činností do budoucna?**
- 3. Co by se dalo na aktivitách vylepšit?**

Z vyplněných dotazníků nám vyplynulo, že na samotné praxi se líbil nejvíce nápad a praktické činnosti, do kterých jsme zapojily klienty. Oceněna byla také originalita a přístup studentek.

„Připravenost, originální nápad, klientům se to líbilo.“

Využití v praxi do budoucna se nám potvrdilo nejen z odpovědí v dotazníku, ale také v samotné aktivitě, k níž se přistoupilo po našem odchodu z praxe, kdy byl v domově pro seniory zaveden kroužek vaření.

„My jsme přemýšleli o zavedení kroužku vaření, protože klienti si chválili vaření a líbilo se jim, že si mohou uvařit to, na co mají chuť a co se jim zrovna v jídelně nedostává.“

Na aktivitách by se daly vylepšit časové možnosti a ze začátku větší propagace mezi klienty, mnozí z nich neměli o činnostech spojených s vařením žádné informace, informovat, nabízet, udělat přímo nabídku jídel, které by si chtěli klienti sami uvařit.

„Bylo by lepší, kdyby byla praxe souvislá, klienti si tak mohou lépe zvykat na praktikantky a aktivizace je pak snadnější, když se aspoň trochu prohloubí vztah mezi klientem a tím, kdo aktivizaci dělá.“

Deník praxe aktivizace seniorů

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Kateřina Ševčíková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Foltýnova, Brno

Domov pro seniory Foltýnova je příspěvkovou organizací, zřizovatelem domova je Statutární město Brno. Zařízení je sociální pobytová služba s celoročním provozem. V domově je zajištěna pomoc kvalifikovaným personálem v nepřetržitém provozu.

Kapacita domova je 213 lůžek, z toho 125 jednolůžkových a 44 dvojlůžkových obytných jednotek. Součástí každé obytné jednotky je předsíň, koupelna, WC a balkon, nebo lodžie. Každý zájemce o naši sociální službu si může zvolit, zda chce obytnou jednotku vybavit nábytkem domova, nebo vlastním.

Domov pro seniory Foltýnova poskytuje dva druhy sociálních služeb v nepřetržitém provozu:

- Domov pro seniory,
- Domov se zvláštním režimem.

1. Domov pro seniory (§ 49 zákona č. 108/2006 Sb.)

Celková kapacita DS činí 177 lůžek.

Komu je služba domova určena: poskytování pomoci a podpory seniorům, kteří dosáhli věku rozhodného pro přiznání starobního důchodu, mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, kteří nejsou schopni zůstat v domácím prostředí, terénní služby jsou pro ně nedostačující a jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc a podporu jiné fyzické osoby.

Domov není určen pro osoby:

- jejichž zdravotní stav vyžaduje poskytnutí ústavní péče ve zdravotnickém zařízení,
- které trpí akutní infekční chorobou,
- které trpí stavy, jež mohou ohrozit, popřípadě ohrožovat osobu a její okolí pro akutní nebo nestabilizovanou duševní nemoc nebo závislost (psychózy, demence, Alzheimerova choroba apod.),
- jejichž chování by z důvodu duševní poruchy závažným způsobem narušovalo kolektivní soužití.

Posláním domova je celoročně poskytovat seniorům se sníženou soběstačností nepřetržitě dosažitelnou pomoc a péči přiměřenou jejich individuálním potřebám, zmírňovat negativní vlivy jejich stárnutí, podporovat je při udržování jejich tělesné a duševní kondice, přiměřené soběstačnosti, ve využívání vlastních možností a schopností, udržování běžného způsobu života, přirozených vztahů a využívání místních institucí, které poskytují služby veřejnosti.

Cílem je:

- aby si klienti udrželi co nejdéle získané schopnosti a dovednosti, které vedou k prodloužení jejich aktivního života,
- aby se cítili v bezpečí, jako ve svém domově,
- aby mohli přiměřeně ke svému věku a zdravotnímu stavu vést svůj život co nejvíce podobný životu, který vedli ve svém přirozeném prostředí.

2. Domov se zvláštním režimem (§ 50 zákona č. 108/2006 Sb., dále jen DZR)

Domov se zvláštním režimem je pobytová služba, poskytuje sociální služby po celý rok. V nepřetržitém provozu slouží pracovníci v sociálních službách (pečovatelky) a kvalifikované zdravotní sestry. DZR Foltýnova sestává z bloků B, C, D, E a budovy bývalého stravovacího provozu. V blocích B, C a D bylo zřízeno celkem 24 pokojů pro jednotlivce a 6 obytných jednotek pro dvojice. Každá obytná jednotka má vlastní WC a koupelnu. Celková kapacita DZR činí 36 lůžek.

Posláním domova je poskytovat seniorům s nízkou mírou soběstačnosti odbornou sociální, ošetrovatelskou a rehabilitační péči ve vlídném a bezpečném prostředí, a to s respektem k jedinečnosti každého člověka, jeho potřebám a zájmům.

Cíle:

- vytvářet klientům bezpečné zázemí, podmínky pro důstojný, podnětný a spokojený život,
- podporovat kontakty s blízkými a okolním prostředím,
- podporovat udržování celoživotních zvyklostí klientů.

Služba je určena seniorům od 60 let věku, kteří mají sníženou soběstačnost, zejména z důvodu onemocnění stařeckou, Alzheimerovou demencí a ostatními typy demencí, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

DZR neposkytuje služby osobám:

- jejichž zdravotní stav vyžaduje poskytnutí ústavní péče ve zdravotnickém zařízení,
- které nejsou schopny pobytu v zařízení sociálních služeb z důvodu akutní infekční choroby.

Základní zásady a principy poskytování našich sociálních služeb:

- zachování lidské důstojnosti osob – všichni zaměstnanci mají za povinnost jednat s klienty tak, aby lidská důstojnost nebyla při výkonu sociální služby porušena nebo ohrožena,
- princip individuálního přístupu – pomoc a nabízené služby vychází z individuálních potřeb a svobodného výběru. Ke každému klientovi zaměstnanci domova přistupují jako k individualitě, mají za povinnost respektovat osobnost, potřeby a možnosti,

- princip partnerství – každý je považován za rovnocenného partnera organizace – v rámci společného dialogu jsou průběžně konzultovány potřeby klienta a jeho možnosti,
- pomoc a podpora při rozvoji či udržení samostatnosti osob – posláním služby je aktivizovat a podporovat klientovu přiměřenou soběstačnost,
- posilování či udržení sociálního začlenění osob – vytváření podmínek, aby klienti mohli udržovat přirozené vazby a vztahy s okolím, podpora v kontaktech s blízkými,
- sociální služby jsou poskytovány v zájmu osob a v náležitě kvalitě – všechny služby jsou poskytovány za účelem pomoci klientovi. Klientovy potřeby, možnosti a schopnosti jsou prioritou při tvorbě a dosahování společných cílů spolupráce. K tomu napomáhají plně kvalifikovaná pracovníci.
- dodržování lidských práv a osobních svobod – každý klient sociální služby má stejná práva jako každý jiný občan ČR,
- princip celostního přístupu – na situaci klienta pohlížíme v celkových souvislostech, spolupracujeme s rodinou, blízkými, navazujícími organizacemi,
- princip normality – podpora životních zvyklostí klienta,
- respekt k projevům demence, akceptování reality klientů,
- princip informovanosti – průběžné informování o dění v domově a seznamování s nabízenými možnostmi poskytovaných služeb, ze kterých si klienti mohou sami vybírat,
- princip svobodného výběru – každý klient si sám volí rozsah služeb, které mu budou poskytovány, uplatňuje při tom vlastní vůli a jedná na základě vlastních rozhodnutí,
- princip bezpečí – je důležité, aby bylo v maximálně možné míře zachováno klientovo soukromí, aby se při pobytu v našem domově, při kontaktu se zaměstnanci i při výběru námi nabízených služeb cítili v bezpečí,
- princip profesionality – zaměstnanci při své práci využívají svých odborných znalostí a dovedností, současně vychází ze základních principů slušného chování mezi lidmi – respektu, diskrétnosti, laskavosti, ohleduplnosti, empatie, trpělivosti, poctivosti, ochoty pomáhat, spolehlivosti, porozumění a vstřícnost,

Koncepty, které využíváme nad rámec základních činností:

- *bazální stimulace* – podpora kvality života u klientů s nezvratnými změnami tělesného a duševního stavu,
- *reminiscenční terapie + biografický model* – práce se vzpomínkami a životním příběhem,
- *paliativní péče* – organizace vzdělává pro případ potřeby pracovníky v oblasti „doprovázení“ osob v terminálním stadiu nemoci.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 6. 10. 2014, 8.00–12.00
2. 14. 10. 2014, 13.00–17.00
3. 17. 10. 2014, 8.00–16.00
4. 4. 11. 2014, 13.00–16.00
5. 10. 11. 2014, 13.00–16.00

6. 21. 11. 2014, 8.00–12.00
7. 25. 11. 2014, 13.00–16.00

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

6. 10. 2014

Dnes jsem šla poprvé do Domova pro seniory na Foltýnově. I přes počáteční obavy jsem po chvíli zjistila, že praxe zde bude pro mne velkým přínosem. Velmi ochotný a vstřícný personál, široká škála zájmových činností pro seniory, příjemné prostory. To vše utvářelo unikátní prostředí, ve kterém je práce se seniory na prvním místě.

Pondělní dopoledne mají senioři možnost navštěvovat kroužek zpívání, bubnování, tanec v sedě nebo tvořivou dílnu. Ve všech kroužcích se zaměstnanci vždy snaží přihlídnout k potřebám klienta, jeho dovednostem a zdravotnímu stavu.

Já jsem šla pomáhat do tvořivé dílny. Klientky již nyní pracují na výrobě vánočních ozdob z filcu. Některé sice nebyly schopny šít, ale i tak se pro ně našla nějaká práce. Například převíjení klubička vlny, háčkování řetízku na výrobu podsedáků, atd. Zaměstnanci se opravdu snaží o to, aby byli všichni zapojeni a cítili, že jejich práce není zbytečná. Při práci jsme si povídaly, cvičily paměť, když jsme se snažily zapamatovat jména všech přítomných klientek a jejich oblíbenou barvu.

Po ukončení kroužku jsme šly zapsat do karet všech přítomných klientek, jaké činnosti se účastnily. A protože se již blížila doba oběda, šly jsme pomoci některým klientům s přesunem do jídelny. Tam jsme každému klientovi donesli oběd dle jeho diety, popřály dobrou chuť a pro dnešek se rozloučily.

14. 10. 2014

Dnešní den se v domově konalo setkání s rodinami klientů, proto jsme s několika klientkami připravovaly domácí slané záviny. Práce to nebyla nijak složitá, klientky pokládaly na rozválené těsto kolečka salámu, sýru, zeleniny a nakonec jej sypaly sezamovým semínkem. Občasy potřebovaly trochu pomoci, nebyly si jisté, kterou surovinu mají kdy na závin pokládat, také samotné těsto se muselo nejprve rozválet, aby jej mohly nazdobit. Záviny se moc povedly a musely jsme hned jeden ochutnat. A zatímco se poslední kousky ještě pekly v troubě, povídaly jsme si o bystrcké pověsti o lípě, zpívaly lidovky, prohlížely knihy se starými fotografiemi Brna, což klientky velmi zaujalo a hned se rozvkládaly o místech, kde vyrůstaly.

Protože se již blížila hodina příchodu rodinných příslušníků, odebraly jsme se do jídelny nachystat jednotlivé stoly. Při setkání s rodinami paní ředitelka představila zaměstnance i nás – jakožto stážisty – a pověděla i pár slov o samotném domově. Bylo přichystáno také krátké hudební vystoupení členek místního pěveckého sboru, které si pro tuto příležitost připravily několik písniček. Je to jistě dobře, že členové rodin klientů mohou takto nakouknout do života jejich příbuzných, dozvědět se něco více o tom, jak se jim tam žije, co všechno se zde děje a jak je o ně postaráno.

17. 10. 2014

Dnešní den byl na první pohled velmi volný (pro mne, jakožto stážistku), protože právě v celém domově probíhala dezinfekce proti infekčnímu onemocnění klientů a navíc

se konalo i několik pohovorů se zájemci o místo, na kterých musely být zaměstnankyně přítomny. Proto jsem byla celý den v klubovně, kde se tvořily vánoční ozdoby. Měla jsem tedy možnost být s klientkami sama, povídat si s nimi, pomáhat jim při drobných úkonech, na které jejich jemná motorika nestačila, vařila jim kávu, čaj ... zkrátka byl to velmi příjemný den.

Patrně nejzajímavějším zážitkem bylo povídání s jednou klientkou, které jsem se ptala, zda zamlada také šila nebo vyšivala. A ona se rozpovídala o tom, kde pracovala, jak si v té práci zničila záda, co dělala její maminka za práci a jak musela tahat těžká dřevěná polena do pece na topení, když byla těhotná a jak ji to na celý život poznamenalo ... Zkrátka bylo to povídání velmi zajímavé, a i když se klientka zpočátku trochu ostýchala, myslím, že byla ráda, že se může někomu vypovídat.

4. 11. 2014

Dnešní praxe byla velmi zajímavá. Na odpoledne bylo naplánováno smažení lívanců a tak jsme se hned po příchodu pustily do tvorby těsta. Samozřejmě že více hlav víc ví, a proto každý tvrdil něco jiného – zda má být těsto, husté, řídké, osolené, neosolené ... Dohodnout se na jedné správné variantě byl tedy trochu náročnější. Ale šlo to. Zatímco těsto kynulo, povídaly jsme si s klientkami o vaření a pečení, co ony samy doma dělaly, co jim chutná, atd.

Jakmile těsto dost nakynulo, pustily jsme se do smažení. Lívance byly hotové raz, dva a mohly jsme ochutnávat. Ze zkušeností s mojí babičkou, která sladké odmítá, jsem nečekala, že budou klientkám tolik chutnat. Přidávaly si a nedočkavě čekaly na další hotovou várku. Pomáhaly jsme jim s obsluhou, povídaly si přitom o vaření a pečení, různých zvycích, zpívaly ... Bylo to moc příjemné odpoledne.

Dnes nás bylo poměrně dost, měly jsme dokonce trochu problém, abychom se ke stolu všechny vešly. A lívance vyšly přesně na počet, takže všechny se dosyta najedly a byly spokojené.

10. 11. 2014

Během dnešního odpoledne jsem se účastnila kroužku trénování paměti. Bylo velmi zajímavé srovnat tento kroužek s kroužkem Tvořivá dílna. Dalo by se s nadsázkou poznamenat, že zde byli opravdu takoví intelektuálové, inženýři, zkrátka velmi inteligentní a krásní lidé. Jelikož složení návštěvníků kroužku se příliš nemění, mohla jsem si povšimnout, jak se někteří klienti navzájem „popichují“. Nebylo v tom ale nic škodolibého. Naopak. Uvolňovalo to atmosféru a navodilo příjemné přátelské prostředí. Na začátku jsem se jim představila, což zabralo více času, než jsem čekala, protože se mne stále na něco doptávali, chtěli vědět, co studuji, jaké mám téma diplomové práce, atd. Poté jsme si zopakovali, co se dělalo minule, zkontrolovali „domácí úkoly“ a pustili jsme se do nových cvičení paměti. Klienti dostali pracovní papíry, ve kterých měli postupně spojovat čísla a slova a tak tvořili jakousi tajenku. Poté sčítali co nejrychleji několik čísel a také se snažili zapamatovat si data narození tří spisovatelů. To již dělalo některým potíže a vznikla tak řada veselých okamžiků. Klienti se nijak nevztekali, když jim to nešlo, naopak si ze sebe byli schopni udělat legraci, což bylo občas opravdu vtipné. Poté jsme měli pracovní list, ve kterém byla spousta přídavných jmen, ke kterým měli vymýšlet antonyma. I to se neobešlo bez poznámek. Po celou dobu jsem pomáhala jedné klientce, která nebyla

schopná psát, proto jsem psala za ni a pomáhala jí s úkoly. Na závěr jsme si ještě pustili skladbu od Orffa a vzpomínali, co se pouštělo minule, což vyplynulo v diskuzi o hudebním vkusu dnešní mládeže, do které jsem se také mohla zapojit a přispět svou troškou do mlýna. Bylo to velmi příjemné odpoledne, neustále jsem se musela usmívat nad tím, kolik optimismu v sobě tito lidé mají, jakou chuť pracovat, opakovat si, neustále trénovat svou paměť.

21. 11. 2014

Na dnešní den měly pracovnice připravené několik činností. Tou první činností byla felinoterapie, která probíhala individuálně na bytech a druhou byla výroba vánočních ozdob. Ozdoby se zde vyráběly již několikrát, ale ty dnešní byly vskutku originální.

Ještě před příchodem klientek jsme musely ozkoušet, nakolik je výroba náročná a jelikož byla vcelku náročná i pro nás manuálně zručné, musely jsme postup trochu poupravit, aby byl vhodný pro všechny klienty. Na polystyrenové koule se přilepilo několik proužků barevné pásky (do kříže), a do vzniklých prostorů se jehlicí zapíchávaly kousky látek. Přestože jsem se zpočátku této technice divila, nakonec vzniklé baňky vypadaly moc hezky. A co je hlavní, klientky práce velmi bavila a opravdu si pochvalovaly, jak jsou pracovnice šikovné, a jak se o ně neustále starají a vymýšlejí nové a nové činnosti.

Během práce se povídalo o tom, jaké ozdoby měly za mlada doma, došlo i na vánoční kolody. U těch jsme všechny zjistily, že máme mezery v některých slokách a slíbily si, že se je budeme muset doučit.

Jedna z klientek se rozpovídala o tom, jak se jí v noci zdálo o jednom mláďenci, který k nim zamlada chodíval, ale tatínek ji vždy nějak zaměstnal, aby s ním nepřišla do styku, protože to prý byl docela záletník. Vyprávěla to s takovým vtípem a nadšením, že jsme se musely všechny smát... ☺

25. 11. 2014

Během dnešního odpoledne se pořádal výlet na hrad Špilberk, kde se konala vánoční výstava. Proto jsem zpočátku nevěděla, který z kroužků bude probíhat. Nakonec se ale nachystaly věci na tvořivou dílnu, kterou dnes navštívil rekordní počet klientek. Některé z nich nebyly schopny pracovat na tvorbě látkových maňásků, proto háčkovaly řetízek, nebo jen přihlížely a popíjely kávu.

Během práce jsme si povídaly o adventu, který se již kvapem blíží a o vánočních zvycích. Také nechybělo zpívání, dnes bylo obzvláště povedené, v takovém počtu.

Jedna z klientek, které chodí na tvořivou dílnu pravidelně, dnes měla poněkud zvláštní náladu. Prvním signálem bylo to, že dorazila asi o půl hodiny později, než obvykle. A po celou dobu práce si neustále stěžovala na to, jak se jí dnes nedaří, jak je ten její výrobek hrozný a že se na ni ani nemáme dívat, aby se nám neudělal špatně. Velmi mne tento její nový přístup zarazil, neboť při minulých setkáních to byla velmi veselá a aktivní paní, která se vším pomáhala, vykládala a neustále byla něčím mile překvapena. Některé z dalších klientek mi pověděly, že byla nedávno přestěhována na jiný pokoj do vyššího poschodí a již to s ní „není, co to bývalo“... .

Na konci setkání jsem šla doprovodit jednu klientku do bytu, což byla také velmi zajímavá zkušenost. Paní na první pohled vypadala naprosto zdravě a uvědoměle. Ale když

jsem ji vedla, říkala, že je ráda, že s ní jdu, protože by nejspíš sama domů netrefila. U ní na bytě mi ještě chtěla ukázat, co zrovna plete a byla moc ráda, že jsem tam s ní ještě na chvíli zůstala a povídala si s ní.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Jsem velmi vděčná, že jsem mohla tuto praxi absolvovat. Bohužel se mi nepodařilo zrealizovat samostatnou činnost, kterou jsem měla naplánovanou. Blížily se totiž Vánoce a pilně se tvořily ozdoby. Také z důvodu odchodu jedné z pracovnic jsem musela být tam, kde to bylo zrovna nejvíce potřeba. I přesto mi praxe opět trochu pomohla v tom pozměnit zaběhnuté předsudky vůči seniorům, se kterými se denně setkávám. Naučila jsem se volit správná slova, aby mi klienti porozuměli, zpomalit tempo řeči, neorientovat se jen na výkon, ale hlavně na průběh činnosti a prožitek z ní. Jsem vděčná také pracovnícím, které se snažily vycházet mi vstříc, vzaly mne mezi sebe a mohla jsem pozorovat, jejich práci s klienty v praxi.

Toto prostředí velmi oslovilo a ráda bych zde docházela ještě i nadále jako dobrovolník. Vzhledem k tomu, že chci psát svoji diplomovou práci na téma Postoje ke smrti, byla bych velmi ráda, kdybych mohla praktickou část svého výzkumu vypracovat právě v Domově pro seniory na Foltýnově. I toto beru jako možnost pro to více se angažovat v aktivizaci seniorů. Bohužel jsem tento výzkum nestihla zrealizovat během tak krátké doby, ale v nejbližší době se do něj pustím naplno.

Kde jste vy, byli jsme i my. Kde jsme my, budete i vy.

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Gabriela Davidová, Tomáš Komínek

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Mikuláškovo náměstí, příspěvková organizace, Starý Lískovec, Brno.

Tento DPS je vybudováno pod záštitou statutárního město Brno a bylo otevřeno 1. 12. 2003. Jedná se o moderní DPS, který sídlí uprostřed velkého sídliště. Zařízení splňuje standardy kvality sociálních služeb založené na naplňování základních lidských práv a svobod tak, jak jsou uvedeny v Deklaraci základních lidských práv a svobod a zakotveny v právních dokumentech České republiky.

DPS má zaregistrován v registru poskytovatelů sociálních služeb dvě pobytové a jednu ambulantní službu:

- Domov pro seniory
- Domov se zvláštním režimem
- Centrum denních služeb

Poslání domova:

- pomoc občanům, kteří se ocitli ve složité životní situaci a jejichž zdravotní stav vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby,
- poskytovat občanům bezplatné sociální poradenství o možnostech řešení jejich nepříznivé sociální situace nebo možnostech předcházení těmto situacím,
- podporovat klienty DSM v soběstačnosti, dovednostech a ve společenských aktivitách,
- podporovat běžný způsob života klientů, vycházet z individuálně určených potřeb osob a klást důraz na respektování lidské důstojnosti a na zachování kvality života,
- zajistit kvalitní službu, která nemůže být uživateli zabezpečena členy jeho rodiny, ani pečovatelskou službou, popřípadě jinými službami sociální péče,
- poskytnout službu takovým způsobem, aby bylo vždy důsledně zajištěno dodržování lidských práv a základních lidských svobod.

Cíle služby:

- plné a srozumitelné informování o službě,

- co nejlepší adaptace uživatele na novou službu,
- podpora uspokojování potřeb uživatelů běžným způsobem života, zachování přirozených sociálních vztahů a kvality života, na které byl klient zvyklý,
- podpora klienta v kontaktu se společenským prostředím, nabídka sociálně terapeutických činností,
- obnovení či udržení maximální míry soběstačnosti klientů,
- individuální přístup k uživateli, spolupráce s jeho rodinou,
- umožnění klientům svobodně vyjádřit vlastní názor, podávat podněty, připomínky a stížnosti týkající se poskytovaných služeb.

Cílová skupina – občané, kteří:

- mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení,
- mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách,
- trpí stařeckou demencí, Alzheimerovou chorobou nebo ostatními typy demence,
- vyžadují pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby, která jim však nemůže být zabezpečena ani členy jejich rodiny, ani pečovatelskou službou, popřípadě jinými službami sociální péče,
- dosáhli věku rozhodného pro přiznání starobního důchodu nebo pobírají plný invalidní důchod a dosáhli věku minimálně 72 let.

Uživatelé služeb poskytovaných domovem však nemohou být občané, kteří jsou mentálně postiženi, hluchoněmí (není k dispozici odborník na znakovou řeč), vyžadují odbornou zdravotní péči (tj. např. infuzní terapii, peritoneální dialýzu, gastro sondu atd.), jsou nebezpeční svému okolí, hrubým způsobem porušují platné zákony, společenské normy chování, nebo jsou agresivní vůči sobě a svému okolí, dále chroničtí psychopati, alkoholici, narkomani, HIV pozitivní, nemocní s otevřenou TBC, či nakaženi pohlavními chorobami, anebo infekčním či parazitním onemocněním.

Zásady poskytované sociální služby:

- poskytnutí bezplatného základního sociálního poradenství,
- respektování lidské důstojnosti,
- tolerance,
- spolupráce,
- důvěra,
- spolehlivost,
- bezpečí,
- vzájemná, otevřená komunikace,
- vzájemné respektování,
- aktivní podpora v samostatnosti,
- dodržování lidských práv a základních svobod osob.

Vlídne prostředí s péčí založené na úctě, respektování důstojnosti a individuálních potřeb klientů vytváří podmínky pro spokojené prožití podzimu života. (<http://www.min.brno.cz>)

Naši praxi jsme vykonávali v Centru denních služeb (CDS), kde se počet klientů každý den střídá. Klientů můžu bylo 6 a 4 ženy, kdy rodina dopředu hlásila, kdo v jaký den přijde. Stalo se nám, že v době naší praxe byl v centru pouze jeden člověk, to se ale vyřešilo návštěvou klientů v domově z naší strany, nebo klienti za námi došli do centra. CDS je přímo v budově a na chodbě DPS, kde i klienti bydlí. Není to oddělená služba. Často se nám stávalo, že právě klienti bydlící v DPS, přicházeli za námi do centra a vykonávali s námi dané aktivity.

Legislativně je CDS ošetřeno dle § 45 zákona č. 108/2006 Sb.

Centrum denních služeb poskytuje ošetrovatelskou péči, stravování, terapeutické a aktivizační programy seniorům, kteří dosáhli věku rozhodného pro přiznání starobního důchodu, trpí fyzickou či psychickou nedostatečností a trvale žijí v domácím prostředí.

V rámci ambulantní sociální služby Centrum denních služeb domov poskytuje tyto základní služby:

- poskytované v rámci úhrady za pobyt a stravování,
- pobyt každý všední den od 07.00 do 15.30 hod.,
- stravování v souladu se zásadami zdravé výživy a na základě doporučení lékaře,
- ošetrovatelská péče (pomoc při osobní hygieně, při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu),
- zdravotnická péče poskytovaná registrovanými zdravotními sestrami domova,
- sociálně terapeutické činnosti, rozvoj a udržení osobních a sociálních schopností a dovedností podporující sociální začleňování osob,
- aktivizační činnosti,
- kulturní, vzdělávací a jiné akce,
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí,
- bohoslužby.

Dále zde jsou doplňkové služby zahrnující například:

- provoz kantýny,
- kadeřnictví,
- holičství,
- pedikúra,
- služby prodejců spotřebního zboží, kosmetiky a zdravotních doplňků z lékárny.

Tyto služby jsou poskytované jiným subjektem než DPS.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

Praxe byla absolvována převážně čtvrtky a pátky.

1. 6. 11. 2014, 8.30–12.30: První návštěva zařízení, seznámení s klienty, personálem a zařízením. Prohlídka všech veřejných prostor
2. 14. 11. 2014, 8.00–15.00: Celodenní výlet – Technické muzeum Brno
3. 23. 11. 2014, 9.30–13.30: Podzimní program – vyrábění květin pomocí uschlých listů.
4. 29. 11. 2014, 9.30–14.00: Pokračování ve výrobě květin. Výklad o Brně.
5. 30. 11. 2014, 9.30–15.00: Ergoterapie – keramická dílna
6. 5. 12. 2014, 9.30–13.30: Ochutnávka (poznávačka ovoce). Zimní program – tvorba dárečků pro příbuzné – vánoční šišky
7. 11. 12. 2014, 9.30–13.00: Povídání si o Vánočních zvycích apod. Tvorba vloček z papíru (vystřihování). Tvorba dárečků pro příbuzné – vánoční šišky. Tvorba papírového městečka (z papíru)
8. 12. 12. 2014, 9.30–13.30: Vánoce se blíží – tvorba dárečků pro příbuzné – tvorba koupelové soli, tvorba ze šišek
9. 12. 12. 2014, 9.00–13.00: Vánoční dílna. Klauni. Rozloučení se s klienty a personálem.

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

10 klientů – nikdy ne naráz všech 10, většinou 5 klientů v centru. Věkové rozmezí od 45 let (nevidomý klient) až po 85 let. Převaha klientů-mužů.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Úplně na úvod bychom rádi vyjasnili, že na praxi jsme docházeli společně. Praxi jsme vykonávali v CDS a toto centrum má již zajatý svůj chod. Naším cílem nebylo tento i tak pracně vybudovaný program narušit a my se řídili pravidly centra. Každé ráno bylo cvičení v tělocvičně, kde jsme se účastnili a někdy i vymysleli různé nenáročné cviky. Poté byl program povětšinou rukodělný, kde jsme byli potřební asistenti a se vším klientům pomáhali (obstarat pomůcky, uklidit apod.). Poté byl oběd a pak hodinu odpolední klid. Klienti jsou na tento program zvyklí a my se nesnažili ho příliš narušit. Na každou praxi jsme měli vymyšlené aktivity, které zvládnou všichni. Hlavní stěženi práce byl zdravotních stav klientů a to, že jsme dopředu nevěděli kolik klientů, kdy dojde. Jednalo se často o předčítání z knih či zajímavostí (jeden klient měl rád vlaky – tak jsme četli na toto téma), dále jsme četli zajímavosti o těle apod. Vždy jsme si připravili nějaké aktivity, které vedli k procvičování paměti. Většinou to vždy vyústilo v prospěšnou a příjemnou komunikaci a diskuzi. Na tyto chvíle docházeli často i klienti DPS. Také jsme pomáhali s doplňováním konvic čajů, výzdobou centra apod. Klienty, kteří potřebovali asistenci, jsme dovedli např. na WC.

První návštěva zařízení, 6. 11. 2014

První den naší návštěvy DPS proběhl nad naše očekávání. Měli jsme domluvenou schůzku – uvítání s vedoucí (dále jen Alena), která má pod sebou CDS. Přivítání bylo velmi milé, paní Alena nás provedla celým zařízením a kdykoliv jsme potkali na chodbě klienta z DPS, i hned nás představila a řekla, kdo jsme a proč tady jsme. Dále nás šla představit vrchní sestře a staniční sestře. Po chvíli už celé zařízení vědělo, kdo jsme a pobyt a naše praxe byla o to lehčí (nebyli jsme pro každého jen cizinci). Po celou praxi jsme v zařízení chodili v civilním oblečení a obutí.

Naši hlavní zastávkou byla tělocvična, kde právě probíhal ranní program klientů. Kde klienti DPS a klienti DCS společně cvičili. V tuto chvíli na mě dolehl splín až lehká možná deprese z toho, co jsme viděli. Několik starých ale krásných babiček házelo míčkem, a staří dědouškové s vytahanými tepláky taktéž. Tady jsem si silně uvědomila pomíjivost života a to mi i vešlo do očí. Naštěstí se tento stav u mě více neopakoval v takové silné míře.

Po cvičení jsme se seznámili s další (druhá hlavní) pracovníci CDS Barča. Alena tedy byla vedoucí a Barča jediná další pracovníce v CDS. S paní Barčou jsme si domluvili naše působení, řekli jsme si, co každý od toho druhého očekává, jaká je náplň praxe apod., domluvili jsme se na docházce apod. V tomto byly obě pracovníce velmi vstřícné, nikdy nás do něčeho nenutily, neměly jsme stanovenou pevnou dobu ale vždy den a hodiny podle naší potřeby. Vše se domlouvalo dle potřeby telefonicky.

Poté jsme se seznámili schodem oddělení a hlavně s klienty. První den byli na oddělení pouze 3 klienti. S každým klientem jsme si podali ruce a představili se. Paní Barča nám řekla diagnózy klientů a jak se s nimi dále pracuje. Jeden z klientů (muž, 45 let) byl nevidomý, tak nám řekla pravidla komunikace a manipulace. To byla má první zkušenost s nevidomým člověkem. Každý den chodí klienti na oběd do jídelny, kdy naší funkcí bylo tyto klienty v bezpečí doprovodit do jídelny a následně pro ně také dojít. Nevidomému klientovi a klientovi s MT jsme oběd nosili na jídelních podnosech do centra. Toto vše dělá sama paní Barča, a bylo vidět, že je ráda, že si může minutku oddechnout a svěřit péči o klienty nám. Sami jsme ji nabídli, aby šla na oběd s ostatními pracovníci a starost o klienty nechala na nás. Vždy jsme vše dělali ve dvou. Celý první den rychle uběhl.

Celodenní výlet – Technické muzeum Brno, 14. 11. 2014

Další pobyt na praxi byl neobvyklý. Zrovna se jelo na celodenní výlet do muzea. Na výlety se jezdí jednou za půl roku, kvůli obtížné a náročné organizaci. Z našeho oddělení jelo 5 klientů a dalších cca 25 z DPS. Každý klient měl svého pracovníka, ten se o něj celý den staral a pečoval. Mě byla přidělena paní, o které mi bohužel neřekli vůbec nic. Toto byl jeden z těch trochu negativních zážitků, protože všichni klienti (i chodící) byli na vozíku a já bohužel nemám tolik sil vozík ovládat a hlavně jsem moc dobře nevěděla jak. U DPS byl přistaven autobus a já dělala to, co vidím u jiných pracovníků. Pracovnice jsou za ty roky praxe seběhlé a já si připadalo jako *trdlo*. Klienta jsme tedy museli dát do busu, složit vozík a odnést do jiného auta. Po příjezdu na místo jsme opět šli pro vozíky, složili je a klienta dopravili do muzea. Tam si každý chodil, jak chtěl, i když prohlídka byla domluvená a komentována. Má klientka – paní 85 let, demence, což jsem se dověděla až jiný den praxe, byla milá stará babička, se kterou jsme si podle mého rozuměly i se zasmály. Naštěstí návštěva a vše kolem ní proběhlo v pořádku a my se v odpoledních hodinách vrátili zpátky do zařízení.

Podzimní program – vyrábění květin pomocí uschlých listů, 23. 11. 2014

Tento den byl relativně klidný. V CDS byli 4 klienti a celé dopoledne se vyráběly květiny z listů. Cvičila se u toho jemná motorika, kdy klient musel list uchopit, prohlédnout si ho a osahat a dále ho správně srolovat a dát do požadovaného tvaru. Listy se vrstvy a nakonec zatáhly provázkem či drátkem. Naší činností byla asistence, kdy každý jsme měli jednoho klienta a s ním pracovali a pomáhali mu a především dbaly o jeho

bezpečnost. Někteří klienti, zvláště ženy jsou zručné. Při této činnosti s námi sedělo i několik klientů právě DPS. U tvorby jsme si povídali všichni společně. Odpoledne došla vnučka jedné naší klientky a ta hrála na flétnu písničky. Klienti si pobrukovali a nechávali zahrát na přání.

Pokračování ve výrobě květin. Výklad o Brně, 29. 11. 2014

Ranní program začínal opět cvičením, kdy postupně klienti docházeli do centra. Klienti poté opět dodělávali své výrobky – květiny a u toho poslouchali náš výklad. Našli jsme si zajímavosti o Brně a společně nacházeli a objevovali nová i zapomenutá místa a ulice. Většina klientů pochází právě z Brna. Po obědě jsme v centru vymýšleli s klientkami zimní výzdobu a také došla jedna starší paní, která bydlí sama na brněnském sídlišti a která je bývala profesorka z ostravské univerzity a ta vyprávěla vtipy a předčítala Werichovy povídky. Klienti z centra jsou na tuto aktivitu zvyklí, a my se přiučili něčemu novému. Jednomu klientovi jsme přichystali malou práci a to vytvoření puzzle z kartonu. Paní vedoucí nám sdělila, že tento pán rád staví puzzle tak jsme mu donesli vytištěný velký obrázek krajiny a klient měl za úkol obrázek nalepit na karton a nepravidelně rozstříhat. Takhle spojil příjemné s užitečným a vyšla z toho hezká skládačka.

Ergoterapie – keramická dílna

Byli jsme domluveni s pracovníci z DPS, která se zaměřují na ergoterapii, že můžeme dojít na její hodinu keramiky s klienty z DPS. V dílně jsme strávili celé dopoledne, kde jsme si vyráběli různé výrobky. Každému byla přidělena jedna klientka, která nám pomáhala a radila, jak s hlínou zacházet a co a jak se s ní dělá. U této aktivity se uvařilo kávičko, a bylo z toho opět krásné popovídání si, v rámci kterého jsme zjistili, že tyto klientky docházejí na hodiny počítačů a internetu a že dnes již běžně skypují s rodinou či si vyměňují e-maily a posílají fotky. O to větší šok pro nás přišel, když klientky řekly: „Hádejte, kolik je nám let“. Paní, co byla se mnou mluvila chytře a měla všeobecný přehled, také jsem u ní nepozorovala nějaké faktory stárnutí, např. třes rukou. Klientce ve dvojici s Tomášem se sice ruce třepaly a měla i chodítko, ale jinak byla namalovaná, učená a upravená. Nedovolili jsme hádat nějaká velká čísla, ale má klientka vypadala na 70 let. Ovšemže jsme byli na omylu, klientkám je 90 let! Tento zážitek jsme ještě dlouho nemohli vstřebat (v dobrém slova smyslu).

V odpoledním klidu (po obědě) jsme se opět vrátili do centra, kde jsme se chystali s klienty na výrobu vánočních věcí (v příštích dnech). S klientkou centra, která měla Alzheimerovu chorobu, jsem šla na procházku kolem DPS. DPS má krásnou a velkou zahradu s fontánkou a klienti si zde pěstují například levanduli, kterou na podzim oberou a plní jí vonné pytlíčky apod. Také je zde posezení a spousta laviček na letní program.

Ochutnávka, zimní program, 30. 11. 2014

Po ranním cvičení jsme si přichystali oblíbený dětský program – ochutnávku ovoce. V centru byli opět 4 klienti a tak jsme se rozhodli udělat takovou malou, ale příjemnou aktivitu na rozpoznání druhů ovoce a přivolání příjemných myšlenek. Nachystali jsme si jablko, hrušku, pomeranč, banán a ananas a zavázali klientům oči. Každý měl za úkol říct, co jí a co mu to připomíná, jakou vzpomínku mu to vešlo do hlavy. Tato malá aktivita dopadla dobře, klienti ji přijali pozitivně.

V programu jsme dále pokračovali tvorbou vánočních šišek, která se stala hitem a klienti udělali za dva týdny pomocí klientek z DPS přes 300 kusů! Šlo o to, nabarvit šišku a podle své fantazie ji ozdobit př. krepovým papírem či perličkami. S Tomášem jsme připravili z kartonu pravidelné kolečka, které klienti polepili vatou (jako sníh) a šišku na to poté nalepili. Při další návštěvě jsme jen koukali, kolik krabic s výrobky je hotových a jaký to má u všech pracovnic a klientů úspěch. Kdo prošel kolem centra, dostal jednu šišku. I my jsme dostali šišky vyrobené klienty a ty mi dělaly ozdobu při svátcích doma v mém pokojíčku. V sestě jsme měli nachystané zajímavé povídání o zdraví člověka a o lidském mozku. Klienti, kteří se zájmem poslouchali, se pak doptávali na další různé věci a zajímavosti.

Povídání si o vánočních zvycích, tvorba vloček, šišek atd., 11. 12. 2014

Opět po cvičení se klienti z centra i DPS usadili v klubovně (vše rámci zájmu klienta, kdo nechtěl poslouchat, nemusel) a vyráběli vločky z papíru. S Tomášem jsme se střídali, kdy jsme pro klienty měli nachystané povídání o Vánocích o zvycích a podobně a druhý dělal asistenta – pomáhal stříhat a tvořit.

Po obědě jsme byli požádáni o vytvoření městečka z papíru, které se pak nalepí na parapet k oknu a dovnitř se dají svíčky či blikátka (jaké se dávají na stromeček). Tohoto se ujal Tomáš, já s klienty dodělávala šišky a organizaci kolem.

Vánoce se blíží – tvorba dárečků pro příbuzné, 12. 12. 2014

Po cvičení jsme s klienty dělali pro mě zajímavou činnost a to tvorbu vlastní soli do koupele. V centru je mnoho možností, stačí jen mít ten správný nápad. V DPS mají koupenu mořskou sůl a plno různých olejíčků a esencí. S klienty jsme si sedli ke stolu, a vytvářeli krásné zbarvené a voňavé přísady do koupele. Každý olejíček jsme nechali kolovat a každý si pak vybral své oblíbené vůně a barvy. Klienti měli pytlíky se solí a esence a olejíčky dovnitř dle svého vlivali. Nakonec z toho vyšly krásné barevné a voňavé dárečky třeba pro rodinu. Před obědem jsme v centru s klienty dodělávali vločky a šišky. Po obědě jsme předčítaly o vlacích a mašinách vlakových souprav, kdy jsme si opět našli různé zajímavosti. Poté došla opět paní profesorka, která nás svou návštěvou mile potěšila a předčítala další Werichovu povídku. A došla také vnučka naší klientky, která hrála na flétnu v našem centru.

Vánoční dílna. Klauni. Rozloučení se s klienty a personálem, 12. 12. 2014

Poslední den bych docela chaotický. Blížily se Vánoce a bylo to všude cítit. Na ranní cvičení jsme si s Tomem přichystali cviky vhodné pro všechny klienty (ne fyzicky náročné) a zábavnou formou se cvičení účastnili. Poté jsme v centru navrhli zpěv koled, ale přerušila je návštěva klauna s klauníci. Klaun chodí každý pátek po různých odděleních a tento pátek došlo i na naše centrum. Klauni měli zábavné, ale rychlé vystoupení, kde náš klient s MT byl vyzván klauníci a zatančil si s ní za zvuků vytvořené klaunem např. bouchání do stolu či pískání. Tato vsuvka klienty příjemně pobavila. Naladit je zpět bylo trochu těžší, ale vůbec nám to nevadilo. V odpoledním programu jsme předali klientům zákusky a personálu malé dárečky a postupně se začali loučit, protože každý odcházel v jiný čas a my nechtěli za jejich milé chování k nám na nikoho zapomenout. Zašli jsme se ještě na chvíli podívat do keramické dílny, kde probíhala ergoterapie.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Na začátku bylo vtipné to, že jsme se ozvali několika DPS v Brně a ŽÁDNÉ zařízení se neozvalo zpět. Jediné toto zařízení se po týdnu ozvalo, že s takovou aktivizací nemají zkušenosti a rádi by nás přijali. A to byl osud. Zařízení ale hlavně lidé, kteří s námi po celou dobu byli, byli moc milí, příjemní a hodní. O to se hnedka lépe pracuje a připravuje a hlavně těší. Pro mě praxe byla velmi přínosnou. I když se smrti bojím a v takovém zařízení jste ji blízko, tak na mě zařízení působilo pozitivně. Už jen čistotou, modernou a výzdobou. Osobně bych ale v takovém podobném zařízení asi nechtěla pracovat, pro mě je to pořád být blíže (blízko) smrti. Často mě přepadla tíseň a smutek, že ty hodné milé tváře jsou až moc staré.

Ale obecně se nám praxe velmi líbila, poznali jsme nové techniky ergoterapie a vůbec jak takové velké zařízení funguje a co za tím stojí. Tady je perfektně sehraný tým, kde každý ví co má a jak dělat, a to si myslím je základ, aby takovéto zařízení dobře fungovalo. Za našeho působení zde proběhlo několik akcí, ať už vystoupení dětí z MŠ, koncerty, Vánoční jarmark, Mikuláš a podobně, o klienty z této stránky je v DPS velmi pěkně postaráno.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Součástí našeho deníku praxe měl být i menší výzkum, který by se vztahoval k naší absolvované aktivizaci a ideálně by informanty byli přímo senioři, se kterými jsme pracovali, či pracovníci, kteří se o ně běžně starají. My jsme využili pár volných chviliek, které se nám v průběhu naskytly, a neváhali jsme se na sociální pracovníce, které se nám věnovaly a vedly nás, obrátit s prosbou o pomoc. Připravili jsme si pro ně několik otázek, na které nám stručně ale výstižně odpověděly. K odpovědím byly ochotné přesto, že ve svém naplněném pracovním dílaři neměly příliš času nazbyt. Krátké rozhovory proběhly na půdě Domova pro seniory, avšak v naprostém soukromí.

Cíl

Cílem výzkumu bylo zjistit, jak jsou naši respondenti spokojeni se zaměstnáním v domově pro seniory. Naší snahou bylo najít odpověď na několik hlavních otázek, z jejichž odpovědí vytvoříme závěr a odpovíme si na hlavní, prvotní otázku.

Otázky pro rozhovory:

1. Jak jste se dostala k práci v domově pro seniory?
2. Jaká jsou největší pozitiva práce?
3. Jste schopna popsat i nějaká negativa?
4. Máte možnost čerpat benefity, či jiných druhů výhod?
5. Existuje něco konkrétního, co byste uvítala či změnila?
6. Jak svou práci komplexně hodnotíte?

Použité metody

V rámci svého výzkumného šetření jsme se rozhodli pro kvalitativní výzkum. „Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění založený na různých metodologických tradicích daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz,

*analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.*⁹

Pro dosažení cíle, tedy zodpovězení základní otázky, jsem se uchýlil použít metodu krátkých rozhovorů. Rozhovory mají vysokou vypovídací hodnotu, což je přesně to, co u tohoto poněkud delikátního zkoumaného problému potřebuji. Rozhovory se dělí do tří základních skupin (nestrukturované, polostrukturované a strukturované). Já volím polostrukturované rozhovory. Získané údaje jsem doslovně přepsal a dále s nimi operoval – pomocí metody zakotvené teorie. „*Zakotvená teorie je teorie individuálně odvozená ze zkoumání jevu, který reprezentuje. To znamená, že je odhalena, vytvořena a prozatímně ověřena systematickým shromažďováním údajů, jejich analýza a teorie se vzájemně doplňují. Nezačínáme teorií, kterou bychom následně ověřovali. Spíše začínáme zkoumanou oblastí a necháváme, ať se vynoří to, co je v této oblasti významné.*“¹⁰ Analýza dat probíhala metodou otevřeného kódování.

Výzkumný vzorek

Při vybírání výzkumného vzorku jsme příliš mnoho variant na výběr neměli. Kdybychom požádali o rozhovor některé z pracovnic, které s námi vůbec nepřišly do kontaktu, je jasné, že jejich výpovědi by nebyly příliš přínosné ani hodnotné. Jelikož se jedná o relativně citlivé a delikátní téma, na rozhovoru jsme se dohodli se sociálními pracovnicemi, které s námi byly v častém a intenzivním kontaktu a proto jsme mohli očekávat poměrně velkou otevřenost a upřímnost. Získali jsme data od tří informantů. Všechny z nich pracují v současné době v Domově pro seniory, kam jsme docházeli na praxi. Samozřejmostí pro nás byla záruka anonymity, tím pádem jsme jména dotazovaných zaměnili za jiná.

- Informant č. 1 – Anna, 40 let
Jedná se o na první pohled velmi vstřícnou, sofistikovanou a velmi milou ženu, která zastává svoji pozici velmi důsledně, pečlivě a precizně. Není žádný problém požádat ji o jakoukoliv radu, vždy je nápomocná. V této pozici působí 7 let, dříve pracovala v jedné z prodejen nábytku světově velmi proslulé značky.
- Informant č. 2 – Bibiana, 45 let
Zde mluvíme o energické, velmi charismatické a kreativní osobě. Bibiana je svými klienty i kolegy velmi oblíbená pro svou bezprostřednost a komunikativnost, pro každého najde dobré slovo. Věnuje se józe a alternativní medicíně, jejíž prvky se snaží uplatňovat i zde, v práci s cílovou skupinou seniorů. V DPS pracuje desátým rokem. Dříve se věnovala obchodu.
- Informant č. 3 – Eva, 49 let
Eva je na první pohled nedůvěřivá a žena, působící poměrně odměřeným dojmem. Zdání ale klame, jde o příjemnou a inteligentní ženu, která velmi dbá o svůj zevnějšek a díky tomu vypadá o mnoho let mladší, než ve skutečnosti je. Domovu dělá svou práci dobré jméno už třetím rokem.

9 Hendl, 2005, s. 50

10 Strauss, Corbinová, 1999, s. 14

Výsledky analýzy OK

Výzkum probíhal formou polostrukturovaných rozhovorů. Jejich zpracováním jsme získali šest zajímavých kategorií, které představujeme níže.

1. kategorie: Začít pracovat v DPS se zdá být dílem náhody

V první řadě nás velmi zajímalo, jak se takový člověk, mnohdy sociální sférou zcela nepolíben, dostane do domova pro seniory, ve kterém setrvává v některých případech i mnoho let. Odpovědi našich respondentek nás v mnohém překvapily – až na jedinou se všechny k této práci dostaly čistou náhodou.

Bibiana: Dříve jsem pracovala v obchodě. Nejdříve jako prodavačka v obuvi, později jsem získala místo zástupce vedoucí v supermarketu. Jednoho dne už toho na mě ale bylo moc, a já cítila, že musím udělat velkou změnu. Moje dobrá známá jednou mezi řečí prohodila, že v DPS ve Starém Lískovci hledají ošetřovatelku.

Eva: Já jsem se sem dostala díky tomu, že zde pracovala moje kamarádka. Už dříve jsem působila v DPS na Vinohradech, takže jsem v tomto oboru byla už zapracovaná.

2. kategorie: „Tady aspoň můžu říct, že jsem potřebná.“

V průběhu rozhovorů nás zajímalo samozřejmě to, co příjemného a pozitivního přináší tato práce a jaké hlavní radosti dokáže přinášet. Podle očekávání se nám dostávalo odpovědí, které souvisí s užitečností tohoto povolání.

Anna: ...a jak už jsem říkala, předtím jsem pracovala ve velké prodejně s nábytkem a tady jsou podobné prvky práce, například papírování. Jenže narozdíl od předchozí pozice, tady si aspoň můžu říct, že jsem potřebná.

Bibiana: Víte, tady v této práci nikdy nevíte, co vás čeká. My tady máme sešit, kam zapisujeme třeba vtipné hlášky klientů. Nebo nám sem jednou týdně dochází paní, která sem do jídelny chodí na obědy. Pokaždé přinese ručně přepsané vtipy a předčítá je. Nic takového jsem v minulých zaměstnáních neměla.

3. kategorie: Peníze – věčný problém

Jak jsme předpokládali, největším mínusem, na který nás upozorní samy pracovnice, je nedostatečné finanční ohodnocení. A to jak vzhledem k množství odvádění práce, tak také v poměru s psychickou zátěží.

Eva: Někdy je to více náročné, než se i vám tady může zdát. Musíme chodit přebalovat, asistovat na WC, když je potřeba. Vidíme degenerativní onemocnění starých lidí a samozřejmě se někdy neubráníme, a je nám jich líto. A když si to tak vezmu, peníze, co dostáváme, tomu neodpovídají.

Dalším negativním elementem, o kterém byla řeč, je i ne vždy ideální vztah s některými z kolegů.

Bibiana: Vrchní sestra, té je někdy lepší se úplně vyhnout. Když se probudí se špatnou náladou, dává to všem sežrat a nikdo si před ní není jistý. Taková ona je.

4. kategorie: „Benefity? Co mohli, to nám vzali.“

Zajímalo nás, zda sociální pracovnice mají možnost čerpat různých výhod, které se třeba jiným dostávají. Co se týče benefitů, ty sice bývaly v minulých letech příjemným zpestřením konce roku, před rokem jejich éra tady v DPS skončila – v rámci úspor.

Ty se mohly mimo jiné využívat pro sportovní aktivity, jako je plavání či účast a různých druhů cvičení, či na masáže a jim podobné procedury.

Bibiana: Ten, kdo v práci pomáhá druhým, musí v první řadě myslet sám na sebe. Kdo to nedělá, neodvádí svou práci dobře. A k tomu jsou právě ty masáže, nebo jóga. Ale oni co mohli, to nám vzali.

5. kategorie: Změnu by uvítal každý, jen mít tu možnost

Sociálních pracovníc jsme se také ptali, jestli by měly konkrétní nápady na nějaké změny ohledně jejich práce v DPS. Padaly nápady na zvětšení pracovních prostor, což by ocenili hlavně klienti, nebo navýšení pracovního personálu.

Anna: Bylo by určitě dobré, kdyby tady v denním centru bylo víc místa, ta místnost je moc malá, a uvažuje se dokonce o probourání do kanceláře vedle, která by se musela zase ale přesunout někam jinam.

6. kategorie: Málo placená, ale s radostí odváděná práce

Co jsme se dozvěděli na samotný závěr našeho povídání? Zjistili jsme vlastně hlavně to, že sociální pracovnice svou práci berou spíše jako poslání, které – jako už bohužel tradičně – není platově ohodnocené, jak by mělo, ale které přináší malé radosti z pomoci druhým.

Eva: My jsme teď docela smířené s tím, že děláme hodně práce za málo peněz. Nemyslím si, že by mohlo dojít k navýšení personálu, protože nejsou peníze a šetří se, kde to jde. Ale když vidím, že moje práce má smysl a naši staříci dělají třeba to, co je baví a jinak by neměli možnost se k těmto činnostem dostat, na negativa téhle práce i zapomeneme.

Ocenění se dostalo i pracovnímu kolektivu, který není sice ideální, ale z větší části je semknutý a přátelský vůči sobě navzájem.

Bibiana: Celý den sem někdo proudí. Zastavila se tady Lenka (fyzioterapeutka), po obědě sem po cestě do dílny zaskočila Lída (keramička), takže je to takové příjemné, když se – i když většinou pracovní – vidáme tady na centru skoro každý den. Jsme pořád v kontaktu.

ZÁVĚR

Cílem výzkumu bylo zjistit úroveň spokojenosti se zaměstnáním v domově pro seniory. Výsledky nejsou nikterak překvapivé a spíše potvrzují domnělé a zažitě klišé, že sociální pracovnice v těchto a jim podobných zařízeních rozhodně nepracují pro peníze, ale hlavně kvůli charakteru zaměstnání, které je kreativní, pečující a každý den úplně jiné. Zjistili jsme, že k této práci se respondenty dostaly vlastně náhodou, mnohdy z úplně jiného oboru. Pozitivně hodnotí hlavně užitečnost jejich práce a jako největší mínus považují nedostatečné finanční ohodnocení. Zaměstnanecké výhody byly vítaným bonusem v předchozích letech, v současnosti s ním už bohužel nemohou počítat. Nápadů na změny v zaměstnání by měla každá z dotazovaných, týkají se praktických záležitostí jako jsou prostory či rozšíření personálu. Na závěr jsme se dočkali vlastně takového malého shrnutí – při příjemně vykonávané práci a viditelných výsledcích naše informantky občas i zapomenou na negativní stránku věci.

LITERATURA

HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. 1. vyd. Praha: Portál, 2005. 407 s. ISBN 80-7367-040-2.

STRAUSS, A., CORBINOVÁ, J. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky zakotvené teorie*. 1. vyd. Brno: Albert Sdružení Podané ruce, 1999. 196 s. ISBN 80-85834-60-X.

Aktivizace Domova pro seniory Vychodilova

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Pavla Kmošková

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Vychodilova, příspěvková organizace, Vychodilova 3077/20, 616 00 Brno-Žabovřesky

Posláním Domova pro seniory Vychodilova je zmírnění negativních vlivů stárnutí prostřednictvím poskytování pobytové sociální služby realizované na principech individuálního přístupu, zachování lidské důstojnosti a respektování práv uživatelů. Ve své činnosti se poskytovatel snaží vytvářet podmínky pro podporu psychické a fyzické kondice uživatelů za jejich aktivní spoluúčasti.

Cílem služby je uživatel, který si přes svůj zdravotní stav udržuje odpovídající míru soběstačnosti, samostatnosti a přirozených sociálních kontaktů. Cílem služby je také uživatel, který si v rámci svých možností udržuje psychickou a fyzickou kondici. Posledním cílem služby je uživatel žijící v důstojném prostředí se zajištěním maximální míry soukromí a profesionální péče.

Mezi zásady poskytování služeb patří individuální přístup, rovnost, respektování vlastní vůle uživatele, jeho práv a možnosti volby, zachování důstojnosti uživatele, diskrétnost, empatie a profesionální přístup zaměstnanců.

Cílovou skupinou jsou osoby, které dosáhly věku rozhodného pro přiznání starobního důchodu a mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku a zdravotního stavu, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné osoby, případně se současně ocitli v obtížné sociální situaci.

Uživateli služby jsou senioři, kteří jsou v důsledku věku, chronické choroby či postižení trvale odkázáni na pomoc druhé osoby a potřebují ošetrovatelskou a rehabilitační péči a senioři ve svízelné sociální situaci jako je osamělost, nevyhovující bydlení nebo snížená sociální soběstačnost.

Domov pro seniory Vychodilova leží uprostřed zeleně v klidném prostředí městské části Žabovřesky s přímým spojením do středu města. Celý areál je prostorný a prosvětlený, obklopený zahradami. Domov má kapacitu 81 lůžek, z toho je 61 pokojů jednolůžkových a 10 pokojů pro dva obyvatele využívaných především manželskými páry. Vzhledem k bezbariérovým úpravám je vhodný i pro handicapované klienty. Všechny

pokoje mají vlastní koupelnu s WC, jsou vybaveny kuchyňskou linkou a nábytkem domova. V každém pokoji je k dispozici telefonní připojení.

Celá budova je bezbariérová, s půdorysem ve tvaru písmene L, pro lepší orientaci rozdělená podle křídla a podlaží na A a B. Obě křídla v přízemí spojuje prostorná hala. Jednotlivá podlaží spojuje schodiště i výtahy. DS Vychodilova disponuje vlastní prádelnou pro praní osobního prádla klientů a kuchyní pro přípravu celodenní stravy.

V domově je klientům k dispozici knihovna, internetová učebna, výtvarná a keramická dílna. Každé podlaží má svoji denní společenskou místnost, kde se stejně jako v prostorné hale budovy mohou obyvatelé domova scházet. Pro kulturní a společenské akce pořádané domovem slouží prostory jídelny. V zadním traktu přiléhá k budově menší zahrada s altánkem a lavičkami k posezení. V prvním patře slouží klientům ke stejnému účelu také venkovní terasa.

Cílem poskytování jednotlivých služeb je zachování aktivity a nezávislosti seniorů v maximální míře, kterou dovoluje jejich zdravotní stav. K tomu mimo jiné výrazně napomáhá také organizace aktivizačních programů. Volnočasové aktivity nabízí mnohostranné využití respektující zájmy a požadavky klientů. Účast klientů na nabízených akcích je zcela dobrovolná. Mezi aktivizační programy patří skupinová rehabilitace (kondiční cvičení s pomůckami, psychomotorické a relaxační cvičení, cvičení paměti), individuální rehabilitace, kulturní a společenské akce (koncerty, divadelní představení, besedy, přednášky, výlety), aktivizační a vzdělávací programy (keramika, výuka práce s internetem, výtvarný kroužek, společenské hry, pěvecký kroužek, knihovna) a anisoterapie.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 13. 10. 2014, 7.30–12.00/13.00–16.30: Seznámení se zařízením, seznámení se s klientelou a chodem zařízením, návrh a plánování aktivit, keramická dílna
2. 16. 10. 2014, 9.00–12.00/13.00–18.00: Fyzioterapie, paměťová cvičení, keramická dílna (výroba mandal)
3. 20. 10. 2014, 9.00–12.00/12.30–17.30: Fyzioterapie na židlích, keramická dílna (zdobení mandal)
4. 22. 10. 2014, 8.00–12.00: Výtvarná dílna
5. 23. 10. 2014, 10.00–11.00/13.30–17.00: Paměťová cvičení, výtvarná dílna (dušičková výzdoba), rozloučení

POČET KLIENTŮ, S KTERÝMI TÝM PRACOVAL

Počet klientů, kteří se účastnili realizací, se na každé aktivitě lišil, jelikož účast na aktivitách je vždy dobrovolná. Minimální počet klientů na aktivizaci bylo 5 osob a maximálně 25 osob. Věk klientů, kteří se účastnili aktivit, se pohyboval mezi 70 a 85 lety. Aktivit se účastnilo vždy více žen než mužů. Muži se zapojovali pouze do paměťových cvičení a fyzioterapie.

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DŇÍ

Seznámení se zařízením, klientelou a chodem zařízení, 13. 10. 2014

První setkání jak s klienty, tak i s pracovníky, proběhlo velmi mile. Nejprve mne čekalo projití organizačních záležitostí s vedoucí zdravotně-sociálního úseku, která má na starosti praxe a stáže. Kromě klasických pokynů o bezpečnosti práce a mlčenlivosti, jsme také spolu prošli různé typy, jak se chovat ke klientele domova. Následovalo projití celého domova, které mi mělo pomoci zorientovat se v celé budově (bohužel bylo tak rychlé, že se cíl minul účinkem a byla jsem po prohlídce stejně ztracená jako před ní). Budova působí velice příjemně, chodby jsou barevně vymalovány, vyskytují se zde květiny a na stěnách hojně visí malované obrazy (později jsem se dozvěděla, že je všechny maloval a stále maluje jeden z klientů). Při prohlídce mě mile překvapilo, že domov má vlastní tři kočky, které tráví celý rok na zahradě a jednoho králíka, kterého lze zase nelézt na terase. Po prohlídce jsem se seznámila s ostatním personálem (sociální pracovnice, fyzioterapeutka, ergoterapeutka, vedoucí centra denních služeb). Poté jsem byla přiřazena k paní ergoterapeutce, která se stala mojí vedoucí praxe. S ní jsme si sedli v její kanceláři a povídali jsme si o aktivizaci klientů, o aktivitách, které v domově probíhají a o mých představách, co bych zde chtěla dělat. Odpoledne mě čekala keramická dílna, kde jsem se poprvé setkala s klienty. Při této keramické dílně jsem působila převážně jako pozorovatel a jako pomocná ruka ergoterapeutky.

Fyzioterapie, paměťová cvičení, keramická dílna, 16. 10. 2014

Druhé setkání pro mě začalo fyzioterapií, která v domově probíhá každý všední den dopoledne. Seznámila jsem se zde blíže s paní fyzioterapeutkou a sama jsem se aktivně zúčastnila lekce fyzioterapie jako účastník. Panovala zde velmi přátelská atmosféra. Při cvičení se zde probírali i aktuality a drby dne. Po cvičení jsem se domluvila s paní fyzioterapeutkou na spolupráci příští den, kdy budu na praxi. Po cvičení mě čekala paměťová cvičení, kde jsem si pro klienty připravila cvičení s příslovími. Cvičení spočívalo v tom, že jsem četla začátky přísloví a klienti je měli doplnit. Poté jsme s klienty probírali pranostiky, které se týkaly podzimu. Odpoledne mě čekala keramická dílna, kterou jsem už tentokrát vedla sama s dopomocí ergoterapeutky, jelikož jsem nikdy s keramikou nepracovala. V keramické dílně jsme vytvářeli mandaly. Nejprve jsme se se všemi přivítali a uvařili kávu. Na keramickou dílnu dorazily jenom ženy (což je v domově normální, muži se nechtějí účastnit „ručních prací“). Poté, co jsme navodili pohodovou atmosféru, jsme představili klientkám, co dnes budeme dělat. Nejprve se všechny klientky bály, že to nezvládnou, ale po prvotním ostýchání a „osahání“ tyto obavy opadly. Všechny klientky si nejprve samy rozhněly kus hlíny, těm které to nešlo, jsme pomohly. Poté jsem pomohla klientkám vyválet keramickou hlínu. Poté si klientky vybrali vzor mandaly, který chtěli tvořit. Vybraný vzor jim byl dán na vyválenou hlínu a pomocí tužky obtahovali tyto vzory, podle toho, kdo co zvládnul. Po obtažení se vzor oddělal, odřezala se přebytečná hlína a podle fantazie klientek se mandala dodělala. Nezapomněli jsme ani udělat dírky na protažení provázku, aby se daly mandaly pověsit na zeď. Během vyrábění jsme si s klientkami povídali o různých tématech.

Fyzioterapie na židlích, keramická dílna, 20. 10. 2014

Třetí setkání pro mne začalo opět fyzioterapií s tím rozdílem, že jsem tuto hodinu zastávala místo fyzioterapeutky. Fyzioterapie probíhala na židlích, jelikož se jednalo o klienty se sníženou pohyblivostí. Cvičili jsme především horní končetiny, ale pár cviků bylo zaměřeno i na protažení dolních končetin. Cviky jsem konzultovala s fyzioterapeutkou před zahájením cvičení. Odpoledne mě opět čekala keramická dílna, která probíhá každé odpoledne v pondělí a čtvrtek. Již tradičně jsme se s klientkami přivítali a uvařili si kávy. Cílem keramické dílny bylo zdobení mandal, které jsme dělali předešlou keramickou dílnu. Po skončení dílny, jsme odnesli vyrobené mandaly do pece, kterou má ergoterapeutka ve své kanceláři.

Výtvarná dílna, 22. 10. 2014

Na čtvrtém setkání mě čekala dopolední výtvarná dílna, kde jsme vyráběli dušičkovou výzdobu, především dušičkové věnce. Základní věnce z chvojí jsme dělali s ergoterapeutkou samy, jelikož se jednalo o náročnou práci pro klientky. Zdobení věnců už bylo však na klientkách. Samy si vybrali, čím chtějí věnec ozdobit, a buď si věnec přímo samy ozdobily anebo jsme jim pomohly. Při výrobě věnců jsme popíjeli kávu nebo čaj a povídali si o různých tématech.

Paměťová cvičení, výtvarná dílna, rozloučení, 23. 10. 2014

Páté a poslední setkání začalo paměťovým cvičením. Hráli jsme známou hru šibenici, kde klienti hádali písmena u slov. Jejich cílem bylo uhodnout slovo, aniž by byli „oběšeni“. Začali jsme u jednoduchých slov, potom jsme přešli na slova těžší a dlouhá a skončili jsme u sousloví. Odpoledne byla opět výtvarná dílna, jako předešlý den, kde jsme dodělávali dušičkovou výzdobu. Jelikož, jsem zde byla poslední den, upekla jsem na rozloučenou bábovku, kterou jsme si snědli, jak s klienty, kteří přišli na paměťové cvičení, tak i s těmi, kteří dorazili na výtvarnou dílnu. K bábovce jsme si uvařili již tradiční kávu nebo čaj.

ZHODNOCENÍ PRAXE

K aktivizaci jsem se na začátku stavěla poněkud skepticky, jelikož mi nikdy tyto krátkodobé praxe nic moc nepřinesly. Zároveň jsem měla obavy z práce se seniorskou klientelou, jelikož jsem s ní nikdy nepracovala. Sama sebe jsem příjemně překvapila, když jsem během i tak krátké praxe zjistila, že práce se seniory je v některých věcech přínosnější než práce s jinou klientelou. Zároveň je to ale i práce velice náročná. Velice mne šokovalo zjištění o mé vedoucí praxe, která nemá vůbec žádné vzdělání v oboru sociální práce. Samozřejmě jsem přesvědčena, že i lidé bez kvalifikace mohou být v oboru úspěšní, bohužel to nemohu říct o mé vedoucí praxe. Její „nevzdělanost“ se projevovala především v přípravě programů pro klienty, které podle mě nebyly přiměřeny úrovni seniorů. Tyto náslechy mi však pomohli při přípravě vlastních programů pro seniory, kdy jsem se několikrát sama sebe ptala, zda je tento program přiměřený pro klienty.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Do Domova pro seniory Vychodilova dochází několik dobrovolníků, zajímalo mne, jak senioři vnímají tyto dobrovolníky, zda je považují za odborníky nebo laiky

a jak je přijímají. Cílem výzkumného šetření bylo zjistit, jaká je role dobrovolníků v Domově pro seniory Vychodilova z pohledu různých aktérů.

Jako nejvhodnější nástroj pro získání potřebných dat byl zvolen rozhovor. Vhodným doplněním výzkumného šetření by bylo pozorování, ale vzhledem k jeho časové náročnosti nebylo provedeno. Rozhovorů užívaných při výzkumech je několik typů – např. volný, polostrukturovaný, strukturovaný, individuální, skupinový. Pro výzkumné šetření byl zvolen polostrukturovaný individuální rozhovor. Do výzkumného šetření se zapojilo pět klientů Domova pro seniory Vychodilova.

První zpovídanou klientkou byla paní Květa. Jedná se relativně o duševně čilou dámu, která trpí pouze pohybovým omezením. Zároveň jde o zkušenou respondentku, která se účastnila již několika výzkumů tvořených kvůli diplomovým pracím. Druhým respondentem byl pan Jaroslav, který prodělal mozkovou mrtvici, po které nemluvil. V době rozhovoru byl již schopný mluvit, ale bylo mu špatně rozumět, také hůře vyjadřoval své myšlenky. Třetí klientku, paní Jarmilu, jsem zastihla právě u oběda, ale i tak mě přijala a byla velmi ochotná. Čtvrtou zpovídanou byla paní Růžena. Prodělala mozkovou mrtvici, po které zůstala ochrnutá na polovinu těla. Chvillemi jí proto bylo špatně rozumět. Poslední respondentkou byla paní Květoslava, která byla velmi povídavá, méně však k tématu a často a ráda odbočovala od mých otázek.

Získaná data byla nejprve přepsána. Rozhodla jsem se pro doslovnou transkripci, kdy text zůstane ve svém původním znění a stylisticky nebude měněn. Jména ve všech rozhovorech jsou změněna, a to z důvodu zachování anonymity respondentů.

Výsledky výzkumného šetření

Dobrovolníci jsou klienty přijímáni dobře. Na začátku se klienti dobrovolníka ostýchali a cítili běžnou nervozitu. Oslovení klienti si kontakt s dobrovolníky chválili, vyjadřovaly zjevnou spokojenost a touhu se s nimi vídat častěji. Jedna klientka sama během rozhovoru mnohokrát zmínila, že je s dobrovolnicí velmi spokojená, že si spolu rozumí a navzájem si ve všem vyhoví.

Klienti vidí dobrovolníky jako osoby zvenčí, se kterými si mohou o čemkoli popovídat, mohou se jim svěřit nejen se svými životními zkušenostmi, ale i se současností, např. postěžovat si na někoho z domova nebo probrat nejnovější „drby“. Dobrovolníci přinášejí nové informace o dění ve městě a blízkém okolí. Klienti mají zájem o informace především o místa, na která mají vzpomínky. Klienti sami říkají, že je jich hodně a zaměstnanci se jim nemohou věnovat individuálně. S dobrovolníky naproti tomu navazují přátelský vztah.

Kufr plný vzpomínek

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Lukáš Musil, Michael Schmidt

ÚVOD

Anotace: Program se zaměřuje na vzpomínky seniorů. Program je založen na dvou postavách, které znázorňují loutky babičky a kašpárka. Kašpárek představuje babiččina vnuka. Babička často zapomíná a jediné, co jí zbylo v jejím životě je kufr, ve kterém má uschované předměty, které pro ni byly v životě nějakým způsobem důležité. Účastníci programu mají za úkol pomoci babičce se seskládáním jejího životního příběhu.

Klíčová slova: loutka, senior, reminiscence, dramatická výchova, pozitivní vzpomínky, psychický stav, komunikace, lidský kontakt

CÍL LEKCE

Senior rozpomíná na vzpomínky, zážitky a prožitky ze svého života. Dosahuje pozitivních změn v jeho psychickém stavu.

CÍLOVÁ SKUPINA

Cílová skupina: senioři s lehkou a střední demencí

Počet účastníků: 10–17 seniorů

ČASOVÝ PLÁN

Čas na přípravu: 20 min

Čas na realizaci: 40–50 min

TECHNICKÉ ZAJIŠTĚNÍ

Pomůcky: dvě loutky (babička, kašpárek), starý kufr, staré předměty (kniha, gramofonová deska, vařečka, napínák do bot, svíčka, dřevěná hračka, šátek, rukavičky, černobílá fotka, kovový trychtýř, drtič česneku...)

TEORETICKÝ ZÁKLAD

Předmět jako východisko

Vše začíná u předmětu. Každý předmět má stejný potenciál stát se loutkou. Vezmeme látkový kapesník, uděláme na jednom rohu uzel a již máme loutku. Uchopíme kapesník

do ruky, rozhýbeme ho, tím ho oživíme a vznikne nám loutka. V tu chvíli v ruce držíme živou loutku, která má určitou charakteristiku pohybu, specifický charakter a může jednat v kontaktu s okolím.

„...to, že se k předmětu chovám jako k subjektu, je jedna z možností, jak částečně, v náznaku docílit jeho vnímání jako subjektu. (...) Objekt je něco, s čím je jednáno, subjekt je něco, co jedná.“ (Richter, 1997, s. 33)

„Objekt vyznačuje subjekt (postavu) tím, že zaujímá ke svému okolí proměňující se vztahy – to je prvý plán řešení základní antinomie loutky: aby neživé mohlo vůbec zobrazovat živou bytost. Víme též, že předmět svým materiálem, funkcí, samotným faktem, že je užít jako loutka a speciálními druhovými vlastnostmi vnáší do sdělování své téma.“ (Richter, 1997, s. 42)

Dramatická výchova jako metoda

Dramatická výchova je metoda, která se ve světě čím dál více využívá. Hlavní předností je nápodoba reality neboli „hra jako“. Člověk prostřednictvím dramatické výchovy může prožívat situace, které nejsou v životě úplně běžné a může si je vyzkoušet několikrát za sebou a přicházet na co nejlepší řešení. Prvky dramatu mohou sloužit též jako výborná motivace. Účastníci programu jsou dramatem motivováni k činnosti.

„Odpověď na jakoukoliv otázku může mít dvojí formu – buď informace, nebo přímé zkušenosti. První odpověď patří do kategorie akademického vzdělání, druhá do dramatu. Například odpověď na otázku „Kdo je slepec?“ může znít: „Slepec je člověk, který nevidí.“ Jiná možná odpověď: „Zavřete oči a zkuste najít východ z této místnosti.“ Druhá odpověď vede tazatele k přímé zkušenosti, překračující pouhou vědomost a obohacující jeho obrazotvornost.“ (Way, 1996, s. 7)

Loutka a člověk

„Loutka není ani lepší ani horší než živý herec. Je prostě jiná.“ (Šechtl, 1978)

Výhodu v loutkách vidíme v jejich nekonfliktnosti. Loutka konflikt nemůže vyvolat. Konverzaci s loutkou vede člověk, který stojí naproti ní. Loutka sice není člověk, ale dokáže mít v mnoha ohledech stejné schopnosti jako člověk. Především se jedná o oblast fyzického kontaktu. Lidé potřebují fyzický kontakt v každém věku. Problémem ovšem je, když se někomu tohoto kontaktu dlouhodobě nedostává. Pro takového člověka je velmi obtížné tento kontakt obnovit a v tuto chvíli přichází na řadu loutka. Loutka totiž umožňuje snadnější kontakt. Lidé si pustí loutku blíže k tělu po mnohem kratší době. Možná z důvodu, že necítí ze strany loutky žádné nebezpečí. Nechají se loutkou hladit a objímat a je jim to příjemné.

Reminiscence jako schopný koncept

„Mládí žije z nadějí, stáří ze vzpomínek.“ (francouzské přísloví)

Senioři mají za sebou dlouhý život a během něj si zažili mnohé radosti i strasti. Každá prožitá situace se určitým způsobem zaryje do paměti člověka a uchovává se v ní. Všeobecně používaný pojem pro toto uchovávání je vzpomínka. Člověk si uchovává vzpomínky na prožité události. Tyto vzpomínky mají velký vliv na psychiku člověka. Bohužel se stářím je spojené postupné zapomínání a tyto důležité složky v životě člověka se přesouvají do pozadí. Reminiscence pracuje se vzpomínkami a snaží se je zachovávat a oživovat.

„Někteří autoři (Cohen 1998) navrhují tři kategorie funkcí, které může reminiscence plnit:

1. *intrapersonální* – vzpomínání napomáhá udržet vnitřní emoční rovnováhu a vědomí sebe sama, hraje zásadní roli při hledání smyslu života, pocitu identity a životní koherence;
2. *interpersonální* – vzpomínání se odehrává v rozhovoru s druhými, vzpomínky poskytují podněty pro přátelskou sociální interakci, např. společenskou konverzaci; také velmi intimní vzpomínky, nesdílené s druhými, plní interpersonální funkci, pokud udržují kontakt s blízkými, kteří již nejsou přítomni;
3. *poznávací, informační, výukovou* – vzpomínky pomáhají při řešení problémů, nabízejí dřívější zkušenost, jsou předávány jako informace o minulé době, o prožitých historických událostech; jsou součástí role seniora, stařešiny, mudrce, přirozené autority, učitele.“ (Janečková, Vacková 2010, s. 19)

OSNOVA PROGRAMU

1. Příchod lektorů a uvedení programu

Na začátku přijdou dva lektori, představí se a řeknou něco o sobě. Pokusí se nastolit příjemnou atmosféru za pomoci otázek vyptávajících se na dnešní den a na to, jaké bylo jidlo. Potom řeknou, že tam nejsou sami, protože s nimi přišli i jejich malí kamarádi.

2. Příchod loutek a jejich seznamování se se seniory

Poté jeden lektor dojde pro kašpárka a vtrhne s ním do místnosti. Kašpárek je velmi živý a hovorný. Hned se dá do řeči s druhým lektorem a poté, co si všimne seniorů, se jde pozdravit s každým zvlášť. Tato část je velmi důležitá, protože dochází ke kontaktu člověka s loutkou. Během této fáze lektori zjistí, jak jsou na tom senioři zdravotně a sociálně a jak jsou otevření práci s loutkami. Loutka vyskočí seniorovi do klína a podá mu ruku na uvítanou. Během toho přijde babička, která se také seznámí s každým ze seniorů.

3. Uvedení do příběhu

Když se obě loutky seznámí se všemi seniory, tak babička začne říkat svůj příběh o tom, jak v sobotu uklízela na půdě a našla veliký starý kufr plný různých věcí. Poznala, že to je kufr, který v sobě skrývá mnoho vzpomínek na její život, ale na nic si nemůže vzpomenout. Neví, čím jsou věci v kufru pro ni důležité.

Babička tedy poprosí seniory, jestli by jí nepomohli zjistit, čím jsou pro ni ty věci z kufru důležité. Poté, co senioři nabídnou svou pomoc, vyšle babička kašpárka pro kufr a ten jej dotáhne.

4. Rozdávání předmětů

Jak se otevře kufr, začnou loutky s pomocí lektorů rozdávat předměty seniorům se slovy, aby se zamysleli nad tím, čím ta daná věc mohla být pro babičku důležitá a co může vypovídat o jejím životě. Je důležité, aby každý senior dostal nějaký předmět a chápal, co má dělat.

5. Skládání babiččina života pomocí příběhů o předmětech

Když má každý senior nějaký předmět, tak se ujme kašpárek slova a začne seniory obcházet a vyptávat se seniorů na to, co drží v ruce a co by to mohlo pro babičku znamenat.

Oslovený senior řekne nějaký příběh věci nebo k čemu ji babička používala a kašpárek se poté zeptá babičky, jestli si vzpomíná. Babička předmět okomentuje slovy, že si vzpomíná a že má senior pravdu, že používala tu věc, tak jak senior řekl. Dále se babička vyptává ostatních, jestli také daný předmět používali a k čemu ještě se dá předmět využít. Pomocí těchto otázek se tedy diskuze rozvine na různá témata ze života seniorů. Důležitými tématy jsou povolání, co rádi vařili, kam cestovali, kolik mají dětí, vnoučat či pravnoučat, jestli chodili do divadla a tancovat a mnoho dalších. Poté přejde kašpárek k dalšímu seniorovi a tak postupně dostane každý senior prostor k vyjádření a k přispění nějakou informací do babiččina příběhu.

6. Poděkování a loučení se

Poté, co se všichni senioři podělí o to, co je k předmětům napadlo, babička poděkuje za pomoc. Pak loutky řeknou, že už budou muset pomalu jít a že se již musí rozloučit. Při loučení se opakuje to, co se dělo v úvodu. Obě loutky postupně obejdou všechny seniory a zvláště se s nimi rozloučí. Při loučení již dochází k většímu kontaktu mezi seniory a loutkami. Loutky si již mohou dovolit seniora obejmout nebo pohladit. Lektor ovšem musí vycítit, u kterého seniora si to může dovolit a u kterého nikoliv. Po rozloučení se se všemi seniory loutky odcházejí a říkají, že se zase přijdou za nimi podívat.

Praxe v rámci aktivizace seniorů

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Kateřina Husáková

ÚVOD

Pro svou praxi a aktivizační činnost jsem si vybrala brněnské zařízení v městské části Brno-Bystrc, a to Domov pro seniory Foltýnova. Toto zařízení jsem zvolila právě kvůli jeho umístění v klidné okrajové části, kde jsem předpokládala, že se nebude pohybovat mnoho studentů stejného zaměření. Opak byl ale pravdou a právě v tomto domově se nás setkalo hned sedm studentek ze stejného ročníku. Jelikož jsem ale zvolila možnost individuální praxe, s většinou jsem se po celou dobu své činnosti vůbec nestřetla.

Bohužel jsem kvůli nabitému rozvrhu neměla na praxi vyhrazených mnoho volných dní, proto jsem se tyto rozhodla využít naplno a hned při první návštěvě si zde domluvila 4 dny v týdnu, které zde strávím po 6–8 hodinách tak, abych si zde splnila celkem daných 30 hodin praxe. Trávila jsem zde tedy stejnou pracovní dobu, jako místní aktivizační pracovnice na plný úvazek, tedy vždy od 8.00 do 16.00, poslední den pouze do 14.00. Popisu praxe samotné se budu věnovat více v dalších částech deníku, a to konkrétně popisu samotného zařízení, aktivizační činnosti pro seniory a jednotlivým dnům strávených na praxi.

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Foltýnova

Domov pro seniory Foltýnova je příspěvkovou organizací a jejím zřizovatelem je Statutární město Brno. Toto zařízení je sociální pobytová služba s celoročním provozem, kde je zajištěna pomoc kvalifikovaným personálem v nepřetržitém provozu.

Kapacita domova je 213 lůžek, z toho 125 jednolůžkových a 44 dvojlůžkových obytných jednotek. Součástí každé obytné jednotky je předsíň, koupelna, WC a balkon nebo lodžie. Každý zájemce o sociální službu si může zvolit, zda chce obytnou jednotku vybavit nábytkem domova, nebo svým vlastním.

Domov pro seniory Foltýnova poskytuje dva druhy sociálních služeb v nepřetržitém provozu, a to domov pro seniory (177 lůžek) a domov se zvláštním režimem (36 lůžek).

Domov pro seniory poskytuje pomoc a podporu seniorům, kteří dosáhli věku rozhodného pro přiznání starobního důchodu, mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, a kteří nejsou schopni zůstat v domácím prostředí, terénní služby jsou pro ně nedostačující a jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc a podporu jiné fyzické osoby.

Smlouva se uzavírá s žadateli staršími 65 let. Součástí je také poskytování základního sociálního poradenství za účelem řešení nepříznivé sociální situace.

Domov se zvláštním režimem je pobytová služba, která poskytuje sociální služby po celý rok. V nepřetržitém provozu slouží pracovníci v sociálních službách (pečovatelky) a kvalifikované zdravotní sestry. Tato služba je určena seniorům starším 60 let, kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu onemocnění stařeckou, Alzheimerovou demencí a ostatními typy demencí, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

Aktivizační činnost v rámci domova

Z prostorového hlediska je aktivizaci seniorů v domově věnováno hned několik místností. V suterénu zařízení se vyskytuje přímo centrum relaxace, kde se nachází dvě klubovny se skladem veškerých materiálů a pomůcek, v ostatních prostorách budovy je dále třetí klubovna, která slouží jako reminiscenční místnost a kavárna, počítačová místnost a také jídelna, jejíž prostory jsou často využívány při hromadných akcích, jako je promítání, besedy, vystoupení živé kapely apod. Aktivizační pracovníci mají pro potřeby domova k dispozici také auta, kterými se mohou dopravit na výlety bez problémů i senioři s vozíčkem.

Z aktivizačních činností jsou zde nabízeny: tvořivá dílna, kroužek dovedných rukou, kavárnička našeho mládí, folklórní kavárnička, čtení a poslech, zpívání a poslech, bubnování, tanec vsedě, trénování paměti (kognitivní trénink), pánský klub, internet pro seniory, pěvecký sbor, individuální aktivizace u klientů na pokojích a další, jako např. příležitostné akce v domově, výlety a zájezdy, vaření, pétanque, kuželky, canisterapie, felinoterapie, knihovna, televizní místnosti, návštěvy plaveckého a termálního bazénu, návštěvy farmy pro chov koní, práce na zahrádce, besedy, přednášky, taneční zábavy, posezení s hudebním programem, bohoslužba apod.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 13. 10. 2014
2. 20. 10. 2014
3. 21. 10. 2014
4. 23. 10. 2014

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNÍ

Moje činnost v zařízení spočívala především v asistenci místním aktivizačním pracovnícím a jednotlivým seniorům při běžných úkonech. Praxi jsem v domově vykonávala v období mezi 13. a 23. říjnem, kdy zde právě probíhalo mnoho změn. Jedna z aktivizačních pracovnícěk právě ukončila pracovní poměr, zbyla tedy zde pouze jedna pracovníce na plný úvazek, která se nově musela starat o přijetí nové pracovníce, a další dvě pracovníce, které zde pracují na poloviční úvazek, v tomto období postupně čerpaly dovolenou. V době své praxe jsem se setkávala především s pracovnícemi Veronikou a Reginou, se kterými jsem se podílela na vedení aktivizačních kroužků. Velkou nepříjemností se v zařízení stal svrab, který se právě v této době rozmohl mezi pacienty, takže jich na aktivizační činnost chodilo méně, některé činnosti kvůli tělesnému kontaktu vůbec neprobíhaly

a individuální aktivizace na pokojích jsem se kvůli zdravotním opatřením neměla možnost účastnit.

Každý můj den v zařízení měl přibližně stejný průběh. Do zařízení jsem přicházela na osmou hodinu ránní a vždy v pondělky (tedy první a druhý mé praxe) se účastnila schůze sociálních pracovníků, kde se řešily nejrůznější situace, problémy a nadcházející akce zařízení, a reflektoval se uplynulý týden. Dopolední aktivizační program probíhal v době od 9.45 do 10.45, do této doby probíhala především příprava na nastávající den. Po skončení dopoledního programu jsme vždy uklidily v klubovně a v 11.30 odvádzely či odvážely klienty do jídelny na oběd, rozdávaly všem obědy a samy měly chvíli na své jídlo. Než začínal odpolední program (14.00–16.00), vždy jsme chystaly místnost a pomůcky na plánovanou činnost a chodily zvát klienty na program. Po skončení odpoledního programu většinou také končila pracovní doba aktivizačních pracovníků a doba mé praxe. Vždy jsme ale nejdříve obešly jednotlivá oddělení zařízení a na sesternách zapisovaly do karet jednotlivých klientů jejich dopolední a odpolední náplň volného času.

13. 10. 2014

Po mém příchodu v první den (pondělí) byla na programu v 8 hodin schůze sociálních pracovníků. V tyto dny bylo hlavním tématem přijímací řízení kvůli přijetí nové pracovnice na plný úvazek, které mělo v následujících dnech probíhat a zasahovat do našeho programu. Plánoval se harmonogram tak, aby některé pracovnice mohly čerpat smlouvanou dovolenou, některé asistovaly při přijímacím pohovoru a také, aby tu vždy byl někdo na aktivizační program.

Po schůzi zbyl nějaký čas na přípravu materiálů k dopolednímu programu. Dnes jsem dostala za úkol vybrat z kartotéky složku měsíce října, ve které byly všechny významné události, které se v minulosti staly právě v tomto období. Z několika desítek jsem vybrala pár nejnámějších, které by si klienti jistě rádi připomněli. O těchto událostech jsme se poté bavili na dopoledním programu Zpívání, poslech hudby a čtení, kde jsem se mimo jiné také osobně představila a pověděla něco málo o sobě. Klienti byli velice sdílní a s úsměvy na tváři si připomínali střípky z jejich mládí. Poté jsme si pustili jejich oblíbené – Karla Gotta a pár oblíbených písní, a u kávy (kteřou jim vaříme vždy a při každé návštěvě programu, abychom navodili atmosféru klidu a odpočinku) jsme rozebírali nejrůznější témata, která jsem jim připomněla ať už svým studiem, místem pobytu či zážitky.

Dnes zde byly dvě aktivizační pracovnice, nebylo mě tedy třeba u roznášení obědů a šla jsem se sama naobědvat do volné klubovny. Zde jsem poté u počítače dostala za úkol vytvořit několik informačních letáků pro klienty. Z důvodů nedostatečného počtu pracovníků (výpověď či dovolená) bylo potřeba dočasně přerušit paralelní průběh dvou kroužků a spojit je do jednoho – většinou tvořivé dílny, která byla mezi klienty jedna z nejoblíbenějších. Tyto jsem poté vyvěšovala na nástěnky po celém zařízení. Po obědě bylo třeba upravit a přizpůsobit prostory jídelny pro odpolední příjezd živé kapely. Stoly a židle jsme tedy přeskládaly tak, aby klienti neměli problém s dostupností ke svým obvyklým místům, nechali dostatek prostoru pro klienty s vozíčkem a také jsme vytvořily dostatek tanečního prostoru před kapelou. Po druhé hodině odpolední kapela dorazila a od půl třetí probíhal program. Kapela hrála oblíbené písně klientů, takže se všichni přítomní velice bavili a někteří se nechali i vyzvat k tanci od místních pracovníků, ani vozíček a nemocné nohy zde nebyly překážkou. Každá takováto akce byla poctivě

dokumentována focením, a fotky poté založeny do archivní složky se záznamy z celého roku. Koncert probíhal přibližně do půl páté, poté už bylo mnoho klientů unavených a nám tak pomalu ale jistě skončil první den mé praxe.

20. 10. 2014

Mým druhým dnem praxe bylo opět pondělí, znovu jsme tedy začali den ranní schůzí sociálních pracovníků. Po skončení jsme si spolu s pracovnící Reginou připravily materiály k dopolednímu programu a šly tradičně obejít a pozvat klienty, kteří se programů účastní. Tento zvyk mě bavilo dodržovat, jelikož je vždy vidět, jak jsou nadšení z našeho zájmu o ně, když je přijdeme osobně pozvat na kávičku a dáme najevo, že je na programu očekáváme a velice se zde na ně těšíme. Mnoho klientů jinak na program často zapomene či se nedostaví, protože postupně nabývají pocitu, že by zde byli na obtíž a že by nám zbytečně přidělávali práci navíc.

Dnes byla na programu kavárnička našeho mládí, kde jsem klientům uvařila kávu či čaj a společně jsme si pouštěli oblíbené písně od Karla Gotta, povíдали si o slavných osobnostech, které mají rádi, zda se v mládí vydávali často za kulturu, ať už na tancovačky či do divadel, na plesy a podobně. Na flashce jsme donesly několik oper, symfonií či muzikálů a navzájem se s klienty zkoušely, z jaké například divadelní inscenace může píseň být. Ačkoliv se označuji za milovnici divadla a mám již na kontě mnoho zhlédnutých kousků z oblasti muzikálů a činohry, s operami mě klienti hravě strčili do kapsy.

Po skončení dopoledního programu jsem měla až do odpoledne poměrně mnoho volného času, pracovnice využily mého sklonu k perfekcionismu v oblasti pravopisu a gramatiky, a dostala jsem proto za úkol na počítači upravit zpěvník, který byl jednou slovenskou dobrovolnicí připravovaný přímo na míru našim klientům. Zpěvník byl plný jejich oblíbených písní, především folklórního rázu, protože mnoho z klientů pochází z tradičních oblastí, kde se lidové tradice a zvyky drží dodnes. Zpěvník jsem tedy upravila do správné češtiny a čitelné podoby (pro klienty značně větší font písma) a připravila jeho konečnou verzi k tisku.

Před začátkem odpoledního programu jsem v tvořivé dílně začala s tvorbou slavných srdcí a hvězd, které se měly stát podkladem pro další práci klientů. Tato práce mi vydržela až do začátku odpoledního programu, kde jsem pak navázala pro změnu tvorbou potisků na koupenná trika a tašky, zase jako podkladových materiálů pro další tvoření klientů. Všechny výrobky, které klienti vytvoří, jsou vystaveny po celém zařízení či jsou k dispozici pro jejich rodiny a známé, kteří by měli zájem si koupit nějakou drobnost a tím přispět do rozpočtu aktivizačního programu. Jelikož je zařízení neziskového charakteru, z těchto financí se hradí pouze takové věci navíc, jako je právě káva, cukr, čaj či smetana do kluboven pro klienty, čímž si sami zpříjemňují chvíle trávené na programech.

Dnešní odpoledne jsem nestrávila přímo ve víru klientů, a to z důvodu právě probíhajícího přijímacího řízení, kdy se do zařízení dostavily u pohovoru vybrané adeptky a trávily zde celý den ve společnosti aktivizační pracovnice na všech programech, kde si vše mohly jak nanečisto vyzkoušet, tak byly zároveň pod drobnohledem pracovnice, která poté psala posudek pro přijetí. Byla jsem tedy ráda, že jsem mohla být alespoň v nějakém směru užitečná, když zde byla pouze jedna pracovnice, která se musela věnovat jak klientům, tak i dvěma zájemkyním o práci.

21. 10. 2014

Dnešní den měly všechny krom jedné pracovnice (Veroniky) dovolenou, trávily jsme proto celý den společně. Dopoledne jsme klienty pozvaly na folklórní kavárničku, kde jsme se zaměřily na oblast Moravských Kopic. Při kávě jsme klientům promítly několik fotografií z této oblasti, na mapě s vyznačenými lidovými oblastmi si ukázaly přibližné rozložení Moravských Kopic a přečetly několik krátkých informací o tomto kraji, původu tohoto názvu, místních zvycích, nářečí a krojích. Na videu jsme si poté ukázali, jak zhruba vypadaly místní kroje a s velkou pomocí jedné z klientek, která se ve folklórních tradicích vyzná, jsme pojmenovaly všechny jejich části.

Jelikož jsme zde dnes byly na všechny klienty s Veronikou samy, vzala mě sebou tentokrát na roznášení obědů. Několik klientů jsme nejdříve odvezly z bytů do jídelny a poté mi vysvětlila systém rozdávání obědů. Všichni klienti si totiž v jídelně sedají na svá obvyklá místa, obědové čipy mají připraveny u výdejního pultu a veškeré obědy jim roznáší pracovnice. Sama bych měla velký problém s tím, komu dané jídlo odnést, Veronika zde ale naštěstí všechny klienty znala a mohla mi tedy nenápadně naznačovat, komu patří jméno na obědovém čipu, zda má dietní oběd či nikoliv a zda je při obědvání samostatný či potřebuje pomoc při nakrácení tužších částí jídla. Jelikož zde byl k obědu špenát s bramborovým knedlíkem a masem, moje pomoc byla oceněna hned u několika klientů, kteří zatím co jsem jim připravovala oběd, vychvalovali, jak se v zařízení mají dobře a jaké zde mají skvělé a velké porce jídla. Po obědě jsme se šly samy najíst a připravit věci k odpolednímu programu.

Na odpolední tvořivé dílně jsme dnes měly celkem nabitou. Na to, jak je místnost malá, se zde sešlo 13 klientek, i s vozíčkem, my dvě a ještě navíc paní dobrovolnice, která do zařízení občas chodí. Zde klientky už delší dobu vyšívají látkové ozdoby na vánoční stromeček. Z látky se vždy vystříhly dva k sobě padnoucí vzory (na výběr byl sob, vánoční ponožka, stromeček, kometa, zvoneček, apod.), prostor mezi nimi se vycpal vatou a polovina se sešily k sobě a přidala se ještě šňůrka na pověšení. Zde jsem tedy klientkám připravovala dle šablony mnoho látkových vzorů a ty se poté vrhly na sešívání poloviček a přišívání různých menších ozdob na ně, např. knoflíčků. Ty, které neměly rády šítí, měly k dispozici pletení či háčkování čepiček pro novorozené děti umístěné v inkubátorech. Při této činnosti jsem klientkám uvařila kávu a pustila jejich oblíbené folklórní písně, na které jsme si všechny spolu zanotovaly. Musím říct, že takovéto odpoledne pro mě bylo velice příjemné a bylo povznášející vidět, jakou radost mají klienti právě z těch činností, které jsou opravdu přínosné a nápomocné druhým.

23. 10. 2014

Poslední den mé praxe jsme zde byly opět s Veronikou samy, bohužel však zde byla i další ze zájemkyň o nabízené místo aktivizační pracovnice, které se Veronika musela přednostně věnovat. Opět jsem proto během dopoledního programu připravovala několik vzorovaných triček a tašek, které vzbudili zájem v mnoha klientkách, a začaly se těšit, až se v tvořivé dílně přesunou od vánočních ozdob, kterým se věnovaly poslední měsíc, k této nové činnosti, kterou jistě potěší všechny své blízké.

Po namotivování klientek k další nové činnosti jsme uklidily dílnu a začaly klienty odvádět do jídelny k obědu. Dnes jsme rozdávaly obědy i s novou zájemkyní všechny tři. Systém jsem již napodruhé chápala a pouze mi občas Veronika poradila klienta, kterému

mám oběd odnést, protože jsem dostávala trochu jiná jména než posledně. Takovou to činnost jsem si velmi oblíbila. Tác s jídlem, úsměv a ujištění očním kontaktem, že jdu právě za nimi a přání dobrého chutnání způsobilo více úsměvů a vděčnosti na tváři klientů, než jakákoliv jiná činnost. Zde jsem se výjimečně setkávala i s pány a mohla si zde na vlastní kůži zažít jejich galantnost i v jejich často velmi pokročilém věku, kdy mi opravdu „uctivě děkovali“ a nezapomněli vždy na nějakou lichoťku. Touto krásnou činností bohužel skončila i celková doba mé praxe a po poledním klidu jsem se už naposledy vydala ze zařízení domů.

ZHDNOCENÍ PRAXE

Ačkoliv jsem si myslela, že jsem během čtyř dnů nemohla udělat nijak velké pokroky a připadala jsem si pořád stejně neužitečná a nezkušená, byla jsem velice potěšena, když mi jedna ze zájemkyň po čtyřech dnech mé praxe v tak rozsáhlém zařízení řekla, že jí přijde, jak kdybych tu už pracovala několik měsíců, protože se zde orientuji bez problémů a v každé situaci vím, co dělat nebo co říct, zatímco ona si zde přišla naprosto ztracená, stejně jako já první den. Tato zpětná vazba pro mě byla nejpřínosnější za celou dobu mé praxe. Až v tu chvíli jsem si uvědomila své pokroky v zařízení, svůj vztah k některým klientům, se kterými jsem se po dobu své praxe vídala a ta moudrá slova, která mi předávali každou svou větou. V tuto chvíli mi došlo, že jako každá praxe i tato pro mě byla velkým přínosem a naučila mě novým věcem, především tomu, jak jsou senioři velmi specifickou skupinou s potřebami obsahově možná stejnými, ale formou naprosto odlišnými.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

V rámci své praxe jsem se po nějakou dobu pohybovala mezi sortou seniorů, kteří dobrovolně navštěvovali a využívali aktivizační programy pro ně připravené. Zvolila jsem osm klientů, se kterými jsem se setkávala nejčastěji a provedla s nimi krátký rozhovor, kdy jsem formou ankety získala odpovědi na pět jednoduchých otázek. Ústní formu jsem zvolila z důvodu zhoršeného zraku klientů a také z důvodu jejich přání odpovídat raději ústně, abych nemusela čekat na vypsání odpovědí.

Anketa je zaměřena na spokojenost klientů s aktivizačním programem a službami aktivizačních pracovníků. Odpovědi klientů následují ve shrnutí za každou otázkou:

1. Jste spokojen/a s tím, jak aktivizační pracovníci vykonávají svou práci?

Odpovědi klientů byly jednoznačné. Ve všech případech byli klienti velice rádi, že se jim pracovníci takto věnují, zajímají se o jejich životy, tráví s nimi tolik času a to vše s úsměvem na tváři, i když uznávají, že to není vždy lehké.

2. Programy jakých pracovníků máte nejraději?

Zde jsme se velmi často střetli s problémem zhoršené paměti, kdy si klienti nepamatovali jména pracovníků, ačkoliv s nimi trávili každý den a byli s nimi velmi spokojeni. Ačkoliv zde tedy pro tuto chvíli pracovaly 3 aktivizační pracovníky, zaznělo jméno pouze jedné z nich, a to jen ve dvou případech.

3. Jaké jsou Vaše nejoblíbenější kroužky?

Mezi ženami to byla jednoznačně tvořivá dílna, kde mohou praktikovat činnosti, ve kterých vždy vynikaly, ať už šití, pletení či háčkování. U mužů je to pak trénink paměti, kterého jsem bohužel neměla možnost se zúčastnit.

4. Co Vám mezi programy chybí?

Ženy by ocenily častější návštěvy hřbitova, kde by mohly častěji pečovat o hroby zesnulých blízkých, protože se tento zvyk mezi mladými postupně vytrácí. Pánové by zase rádi vnesli do domova více aktivit zaměřené pro muže. Pánský klub poslední dobou takřka vůbec neprobíhal, takže se víceméně setkávali pouze na tréninku paměti.

5. Ocenili byste delší aktivizační programy nebo Vám délka programu přijde dostačující? Nezažíváte v zařízení nudné chvíle?

Ženám délka aktivizačních programů přijde relativně dostačující. Naopak mají po kávě často problém vydržet s odchodem na toaletu až do skončení programu a často jej musejí opouštět v průběhu. Zbýlý volný čas vyplňují sledováním oblíbených pořadů v televizi či trávením chvil s návštěvami. Muži se oproti ženám v zařízení z důvodu nedostatku programů pro ně občas nudí.

Deník aktivizace

REALIZÁTORSKÝ TÝM

Terezie Součková, Lenka Ďulíková, Gabriela Troppová

NÁZEV A CHARAKTERISTIKA ZAŘÍZENÍ

Domov pro seniory Koniklecová 442/1, Brno

Pro naši praxi jsme vynaložily velké úsilí již při hledání zařízení. Bylo pro nás celkem obtížné sehnat zařízení, které by bylo volné, v němž by nedělali praxi ostatní studenti a v němž by nám sociální pracovnice povolily mít svůj vlastní program. Zařízení jsme nakonec našly – Domov pro seniory na Koniklecové v Brně.

Domov pro seniory Koniklecová 442/1, Brno

- příspěvková organizace, MMB,
- dříve penzion,
- postaven v roce 1992, provoz byl zahájen 22. března 1993,
- forma poskytování – pobytová,
 - o 70 lůžek -> 54 jednotek,
 - 39 jednopokojových, 15 dvoupokojových.

Poslání domova

- *poskytnout podporu a pomoc, která umožní seniorům prožít důstojné, klidné a pokud možno aktivní stáří v příjemném prostředí.*
- *Služba je založena na:*
 - o *individuálním přístupu,*
 - o *respektuje svobodnou volbu uživatelů sociální služby,*
 - o *podporuje je v co nejdelším udržení stávající soběstačnosti a v zachování přirozených sociálních vazeb.*

Cílová skupina

- Občané v seniorském věku (od 65 let), kteří mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.
- Seniorům, trpícím stařeckou demencí, lze službu poskytnout pouze v případě, že jejich zdravotní stav nevyžaduje pobyt v domově se zvláštním režimem.

Co poskytují?

- ubytování,
- strava,
- pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu,
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- sociálně terapeutické činnosti,
- aktivizační činnosti,
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Aktivizace probíhající v domově

Pravidelné aktivity

- zpívání pro radost,
- kino v čajence,
- skupinové cvičení,
- tzv. denní centrum,
- modlitební setkání,
- písničky na přání,
- trénování paměti,
- trénink jemné motoriky,
- odpolední aktivity dle měsíčního rozpisu (letem světem, křeslo pro hosta, kavárnička, aby tělo nebolelo, poslechové odpoledne, přednášky, besedy, písničky na PC),
- canisterapie.

Příležitostné aktivity mimo DS

- výstavy, koncerty,
- výlety, vycházky.

Příležitostné aktivity v DS

- zábavné a společenské akce,
- vernisáže,
- kulturní vystoupení žáků LŠU, MŠ a ZŠ,
- společenské hry,
- kognitivní hry – spolupráce s jinými DS,
- sportovní dopoledne,
- felinoterapie.

V domově je zajištěna nepřetržitá služba pracovníků v sociálních službách.

ČASOVÝ HARMONOGRAM AKTIVIZACE

1. 28. 10. 2014: Poprvé
2. 4. 11. 2014: Cestování po světě
3. 7. 11. 2014: Individuály

12. 11. 2014: Sportovní odpoledne
27. 11. 2014: Adventní kavárnička
3. 12. 2014: Toulky Českou republikou
17. 12. 2014: Vánoce přicházejí

PODROBNÝ ROZPIS AKTIVIT REALIZOVANÝCH V RÁMCI KONKRÉTNÍCH DNI

Poprvé, 28. 10. 2014

První den naší praxe byl spíše pozorovací. Poprvé jsme viděly klienty v akci a mohly jsme je lépe poznat. Očekávaly jsme, že se seznámíme s klienty a budeme schopny odhadnout, co jsou schopni zvládnout pro další aktivity. Důležité bylo, aby klienti poznali i nás. Aby se na příštím setkání, které už mělo být v naší režii, nebáli promluvit a získali k nám důvěru. Ten den zrovna měli denní stacionář. Kdo došel, ten došel. Ve středu dorazilo větší množství klientů, protože měli rozkoukaný dokument o ženské obřízce. Když jsme uslyšely téma jejich denního stacionáře, velmi nás to překvapilo: „ženská obřízka“. Troufám si říct, že v prvních vteřinách jsme nevěřily svým uším. Myslely jsme si totiž, že témata tomuto podobná jsou pro klienty tohoto věku tabu. Opak se stal pravdou. Všichni se velmi těšili na pokračování dokumentu. Dokonce si pamatovali přesnou minutu a vteřinu, kde byl dokument pozastaven. Klientky hltaly každé slovo a pozorovaly film velmi pečlivě. Poté, co se dodávaly, rozpoutala se diskuse o tématu. Bylo pro ně téma děsivé, prý že si nedokážou představit, že se toto stane jim. Dívky jsou v těchto zemích trestány za to, že je někdo znásilní a mají děti už v 11 letech. Do diskuse jsme se pokoušely zapojit i my. Téma pro nás bylo také dost nepříjemné a myšlenky se nám rozbíhaly na všechny strany. Poté se seniorky chtěly podívat na další videa. Čekaly jsme, že budou chtít vidět něco odlehčeného, ale jak viděly na youtube další videa, hned je chtěly shlédnout. Zaujalo je například video „Unesené Češky v Pákistánu“. Opět smutné téma. Sociální pracovnice chtěla některé části videa přebročit. Seniorky ji ale oponovaly tím, že chtějí vidět všechno. Poté jsme zhlédli další videa, která se většinou týkala země, kde je hlad, bída, jiné náboženství. Plynule jsme přešli na téma cestování. Dívali jsme se na videa o zemích, památkách, atd. Poté se rozpoutala další diskuse, do které jsme se již zapojily plně. Povíдали jsme si o tom, kdo kde byl, co viděl a zažil. Začaly jsme se klientů vyptávat a rozproudila se debata. Řekla bych, že první den praxe pro nás byl velmi obohacující a také nás velmi překvapilo, že se klientky nestyděly mluvit o těchto tématech a hlavně, že je to zajímalo. Pro příště jsme věděly, že ať už tam přijdeme s čímkoliv, nic není tabu, vše je zajímavá a vše je vítáno.



Cestování po světě, 4. 11. 2014

Před 8. hodinou jsme se všechny tři sešly v domově na Koniklecové. Sociální pracovnice nás poslala připravit věci do nám známé místnosti, kde probíhá denní centrum – „čajenka“. Bylo třeba rozmístit stoly a židle, aby každý z účastníků dobře viděl a byla s nimi snadná manipulace během programu (jelikož většina je na vozíku či chodítku). Dopředu jsme samozřejmě vše namyslely. Začali přicházet první účastníci. Klienti (ženy a jeden muž) postupně docházeli, my jsme jim současně podávaly kávu či čaj (jako obvykle). Mezitím jsme si s nimi povídaly a navazovali kontakt. Ačkoli to na začátku nevypadalo na hojnou účast, nakonec se zúčastnilo 15 účastníků, což nás velmi potěšilo. Začaly jsme program úvodním slovem přes cestovatelku „ponožku myšku Agátu“ („myšku“ si řekli klienti sami), která přijela z ciziny a chtěla nás všechny poznat, povídat si o cizině a ukázat své fotky z jejich cest. Mluvily jsme za Agátu a klienti na to velmi dobře reagovali, začali ji hlídat a ptát se na ni, dokonce na Agátu mluvili a odpovídali přímo jí. Mazlili se s Agátou a předávali si ji po jednom v kroužku. Většina řekla, jak se jmenují i co mají rádi, pouze 3 klienti s demencí a špatným sluchem Agátu předali s pohazením. Jediný pán, který prý nikdy nemluví, Agátu oslovil (i když nesrozumitelně). Po menším představení následovala série krásných fotografií z Agátiných cest (video fotek z celého světa). Klienti reagovali na fotky pozitivně, zaujaly je. Dále jsme klientům řekly, že si zasoutěžíme po 2 týmech. Rozdělily jsme je na půl. Jedna paní se začala hrozit, že je jí 90 let a nic nezná a neví. Podařilo se nám vysvětlit paní, ať to nevzdává a zkusí si zasoutěžit v týmu, že o nic nejde a chceme jim především ukázat zahraničí. Nakonec se ukázalo, že všichni předčili naše očekávání a odpovídali (konkrétně výše zmíněnou klientku aktivita velmi nadchla, protože téměř vše věděla – byla z toho nadšená). Začala tedy prezentace 12 obrázků (krásných míst v zahraničí). V každé skupině byla jedna z nás a pomáhala korigovat situaci či napovídala a stmelovala kolektiv. Dvě klientky soupeřících týmů se ujal psaní, všichni začali velmi dobře spolupracovat a komunikovat mezi sebou. Během interního hádání odpovědí vzniklo krásné okamžiky, kde si klienti navzájem pomáhali a kooperovali. Soutěž je naprosto vtáhla a byli dobře namotivovaní celkovým přístupem. Velmi nás to potěšilo. Háдали mezi sebou a komunikovali. Poté došlo k vyhodnocení odpovědí, klienti si sami opravovali odpovědi na společném papíře. Během prezentování správných odpovědí jsme je vtáhly do konverzace a doptávaly jsme se při odkrývání správných odpovědí (každá měla k místům i svoje povídání o zajímavostech k daným místům). Klienti byli rádi, že se něco dozvěděli i za to, že se mohli zapojit. Například jsme se jich zeptaly na správnou odpověď (kterou měli všichni říct zároveň) a poté dostali informace navíc, při kterých jsme je opět zapojovaly: „Kolik si tipnete, že měří ta věž?“. Byli spokojení, na konci bylo skóre vyrovnané a dostali od nás sladké odměny. O pozitivní reakci jsme se přesvědčily díky zpětné vazbě, při které si posílali mušličku. Líbilo se jim něco držet v ruce, když mají zrovna slovo a neskákali si díky tomu do řeči. Na závěr jsme se jich spontánně zeptaly, jestli chtějí udělat fotografie, které



si pak můžou promítnout. Byli nadšení a ihned si říkali o společné fotky (ve dvojicích, trojicích). S některými jsme se fotografovaly i my. Tato náhlá aktivita je nadchla a ožili ještě více. Najednou byl všude šum a smích a veselá nálada. Dostaly jsme kladnou zpětnou vazbu a dokonce nám paní přinesla pusinky, které sama pekla. Řekli nám, že se jim to moc líbilo, ať přijdeme příště.



Individuály, 7. 11. 2014

Ráno jsme se všechny sešly s pracovníci v domově. Dnes nás čekaly „individuály“ s klienty. Paní nám ukázala pár pomůcek, které bychom mohly využít při práci s klienty. Zdály se nám hodně dětinské a nakonec jsme je ani nevyužily. Využívaly jsme tanec, zpěv, reminiscenci a rozhovory. Nejdřív nás pracovnice seznámila s šesti klienty, kteří budou na dopoledne našimi klienty a poté jsme rozebraly základní body „individuálů“. Vypyřádaly jsme se na zdravotní stav, tipy na navázání kontaktu – zajímavosti o klientech. Každá jsme dostala jednoho klienta s Alzheimerovou nemocí (imobilní či nekomunikativní) a jednoho klienta bez ní. Bylo zcela na nás, jak si ke klientovi otevřeme „dveře“ a navážeme vztah. Paní nás varovala, že někteří umí být i zlí a mohou nás vyhodit. Po proškolení, které jsme dostaly od aktivizační pracovnice a které se také týkalo toho, o čem není vhodné s klienty mluvit, o čem nám naopak doporučuje s nimi mluvit atd., jsme se konečně každá dostala k některému z klientů na pokoj.

Studentka 1

První klientka, za kterou jsem šla, na mě již čekala. Obě jsme byly trochu nervózní, jelikož já jsem ještě za nikým cizím v domově nebyla. Odvezla jsem klientku (na vozíku) do knihovny a začala jsem hovor o knížkách. Klientka se nejdříve styděla a příliš nepovídala. Hledala jsem vhodnou knihu, ze které by mi četla (velká písmena). Tak jsme si povídali o autorech, knížkách a nakonec mi i přečetla dvě stránky. Stále to vypadalo, že je trochu nespá. Poté jsem ji odvezla na toaletu, a když jsme přijely podruhé do knihovny, ledy se zcela prolomily. Začaly jsme se bavit o jídle a vzpomínat na chalupu klientky, na ovoce a zeleninu. Ptala jsem se, co má ráda. Našly jsme mnoho společných témat (houbička, tanec a divadlo). Najednou byla šťastnější a velmi komunikativní, usmívala se. Pobyla jsem u klientky mnohem více času, než jsem měla naplánováno. Bylo to příjemné.

Druhý klient má Alzheimerovu nemoc. Hned jak jsem k němu přišla (již otevřená a naladěná), začali jsme se bavit o mlynářství (byl mlynář) a klient mi popisoval zapáleně celý život. Na vyžádání mi ukazoval fotografie a opravdu vypadal velmi šťastný. Dokonce řekl, že si se „sanitákama tak nepokecá“. Byl vtipný a na věk 90 let vypadal dobře. Nejde na něm poznat, že není zorientovaný a bylo velmi příjemné s ním být. Také jsme měli spoustu společných témat a já se neustále vyptávala (jelikož mě jeho vyprávění a život nadchl). Dokonce se klient vyptával na můj život a zajímal se o mě. Klient mě nechtěl pustit a dokonce začal ke konci plakat, pobyla jsem i u něj proto mnohem více času.

U obou klientů jsem se snažila pracovat se vzpomínkami, fotografiemi, a když jsem viděla, že na něco vzpomínají rádi či neradi, ihned jsem situaci korigovala. O „individuálech“ jsem si udělala obrázek, zjistila jsem, jak je individuální práce těžká, ale i velmi obohacující. Klienti byli vděční.

Studentka 2

Dostala jsem přiřazené dva seniory s tím, že jeden je komunikativní a pozitivně naladěný a druhý s přidruženou demencí a psychickým narušením. Takhle jsem se měla bavit zprostředkovaně s neznámým seniorem poprvé v životě, tak jsem byla plná očekávání. Nejdříve jsem šla za paní, která mě přivítala s úsměvem na tváři, a její první slova byla: „Já jsem takový pozitivní člověk a mám moc ráda společnost a úsměv.“ Hned jsem věděla, že půlhodina strávená s touto paní bude příjemná. Povídalý jsme si nakonec ještě déle. Probraly jsme snad všechna témata, od její rodiny, přes koníčky, zaměstnání, zážitky moje i její. Docela plynule jsme navazovaly komunikaci a čas rychle utekl. Hned, jak jsem k ní přišla, zrovna pletla ponožky. Pletní je asi její nejoblíbenější činnost. Ke konci rozhovoru jsem se chytila příležitosti a nabídla jí pomůcku na jemnou motoriku (proplétání kočičky tkaničkou), i když jsem věděla, že tato paní s touto činností problém mít nebude. O to víc mi jí bylo líto, když jsem se před návštěvou dozvěděla, že je paní na vozíku, doma má manžela, ale musí být v domově, protože jejich dům není nízkoprahový. Dále jsem měla jít za paní, která má tak trochu „svůj svět“. V pokoji jsem ji nenašla, a proto jsem šla o patro níž za jinou paní, která je taktéž podle sociální pracovnice „potížistka“. Hned, jak jsem vešla do pokoje, věděla jsem, že naše konverzace nebude tak aktivní. Vypnuly jsme televizi, na kterou se paní zrovna dívala a navázaly jsme komunikaci. Paní špatně slyšela, ale nakonec jsme si docela dobře popovídaly, spíše o životě v domově, jak se má, co má ráda. Dále jsme poznávaly písmena a paní je přiřazovala ke slovům. Nebyly jsme spolu dlouho, ale i tak mě paní velmi obohatila. Pak jsem zjistila, že paní, za kterou jsem měla původně jít, se na mě těší, hledá mě na chodbě a už na mě čeká na pokoji. Šla jsem tedy i za ní. Předem jsem byla informována o tom, že paní ráda zpívá a tancuje. Snažila jsem se s ní navázat komunikaci, ale věděla jsem, že nebudu příliš úspěšná. Pár slov jsme si řekly, ale většinu času stráveného s ní mi zpívala písničky, poté tancovala na hudbu z rádia. Přidala jsem se k ní a viděla jsem nadšení na její tváři. To mi stačilo k tomu, abych věděla, že jsem paní svojí návštěvou potěšila a měla jsem dobrý pocit z toho, že jsem tam mohla být.

Studentka 3

Já jsem šla na pokoj k jednomu manželskému páru. Paní se už na mě těšila, pán spal. Klientka mi ihned nabídla něco k pití a také buchty, které sama upekla. Konverzace začala nenuceně, povídalý jsme si o tom, co rády děláme, co rády posloucháme za hudbu a odkud pocházíme. Poté mi klientka ukázala, co právě plete a rovnou se mi i snažila vysvětlit, jak se plete, bohužel neúspěšně. Přesto bylo vidět, že jsem si získala její sympatie a tak se mi klientka začala postupně více otevírat. Hodně se mnou mluvila o její rodině, o tom, že se jí její dcera moc nevěnuje, že ji asi špatně vychovala, bylo vidět, že ji to mrzí. Na to navázala veselejším tématem a to historkou o seznámení s jejím současným – druhým manželem. Během našich rozhovorů jsem šla několikrát zkontrolovat jejího manžela, jestli stále spí, nebo jestli třeba nepotřebuje pomoci. Při ochutnávání buchty se mi klientka svěřila, že ráda peče a že má mnoho formiček na pečení, ale že je nemá komu dát, až zemře, že by je určitě vyhodili a tak ať si je vezmu. Byla jsem samozřejmě velmi potěšena, ale zároveň jsem se jí s rozpaky snažila vysvětlit, že to nemohu přijmout. Ke konci našeho

sezení se připojil i její manžel, který není moc komunikativní. Přesto bylo vidět, že je rád, že má návštěvu, pořád se usmíval. Klientka mi říkala, že má rád hudbu, že je z hudebnické rodiny a tak jsme mu s klientkou začaly hrát na klávesy dětské písničky (Kočka leze dírou, víc jsme jich neuměly), úplně se mu rozzářily oči. Chvilí jsme si ještě povídali a pak jsem už musela odejít. Naše setkání bylo velmi příjemné.

Po individuální práci jsme se setkali s pracovníci opět v místnosti „trénink paměti“, v níž nás naučila pracovat se systémem Cygnus. Dále nám nechala prostor pro vyhledání materiálů v šanonech s různými příklady na trénink paměti.

Sportovní odpoledne, 12. 11. 2014

Dnes nás čekalo v rámci praxe sportovní dopoledne, na které jsme se moc těšily, protože jsme nevěděly, co od toho máme čekat. Sešly jsme se v osm hodin v kanceláři sociálních pracovníc. Chopila se nás aktivizační pracovníce s tím, že nám ukáže jednotlivá stanoviště s disciplínami, které budou klienti v rámci týmů plnit. A tak jsme si prošly všech pět stanovišť a u každého nám byla vysvětlena náplň úkolu daného stanoviště. A to už se blížila hodina, kdy mělo soutěžení vypuknout. Každá sociální pracovníce dostala jako vedoucí týmu číslo z látky a to si na sebe oblékla. I dvě z nás se staly vedoucími týmu. Kromě látkového čísla dostaly i soutěžní kartu a do té si vyplňovaly jména soutěžících ve svém týmu a poté i body za jednotlivá stanoviště. Třetí z nás byla asistentkou u jedné klientky.

Ještě před samotnou hrou vypukl doslova boj o soutěžící. Vedoucí týmů se snažili naplnit si tým minimálně čtyřmi soutěžícími a tak bylo zajímavé sledovat, jak si klienty navzájem mezi sebou přebírají. Po složení jednotlivých týmů mohlo být soutěžení prohlášeno za zahájené. Každý tým se vydal na jiné stanoviště. Je potřeba ještě dodat, že jednotlivá stanoviště měli na starost studenti ze střední školy (policejní akademie).

Klienti se mohli těšit na Kimovu hru, stavění co nejvyšší věže z kostek, hod míčkem do koše, hod kroužkem na kužely, věšení kolíčků na provaz a provlíkání kostky mezi dráty. Všichni byli do hry velmi zapálení a mezi sebou si nadšeně sdělovali své výsledky. Naší náplní práce bylo především doprovázet klienty na jednotlivá stanoviště a motivovat je. V závěru sportovního dopoledne byly vyhlášeny výsledky (soutěžilo se za týmy, ne za jednotlivce) a všichni zúčastnění byli odměněni medailí. Spolupráce s policejní akademií byla v obou směrech velmi přínosná. Právě propojení více generací z různých odvětví (my studentky VŠ, středoškoláci z akademie a senioři) vedlo k ještě větší aktivizaci všech.



Adventní kavárnička, 27. 11. 2014

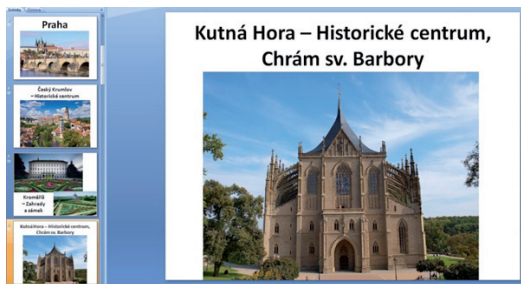
Dnes proběhla aktivizace formou „kavárničky“. Klienti se sejdou v místnosti pro společné aktivity a tam probíhají připravené aktivity. Dnešní aktivity se nesly v duchu „adventu“. Kvůli tomu jsme si připravily bohatý program se zapojením všech smyslů a zpěvu. Důležitým prvkem v našem programu také sehrávala prezentace, kterou jsme si připravily. Bohužel jsme došly do zařízení a paní nás až tam informovala, že program nemůžeme udělat, jelikož chce, abychom pouze vyprávěly příběhy bez použití dataprojektoru a nějaké aktivizace. Byly jsme trochu překvapené, jelikož jsme to nevěděly dopředu, vznikla situace, že jsme neměly nic připravené. Nicméně jsme měly ještě hodinu na vymyšlení nového programu. Nakonec jsme v časové tísní improvizovaly velmi vydařeně.

Když začali klienti přicházet (cca 30 klientů), podávaly jsme jim svažené víno + perníčky. Začaly jsme úvodním slovem, pozdravením. Následně jsme zvolily aktivitu na zapojení všech klientů. Předávaly jsme si postupně zvoneček, na který všichni zazvonili a u toho řekli cokoliv, co je napadlo k Vánocům. Aktivita zapojila všechny, mezitím už bylo pití i jídlo na stole. Následně jsme pro ně měly nachystané krátké zajímavé povídky o Adventu. Klienti se mezitím občerstvili a poté proběhla krátká diskuze. Následně jsme jim pověděly, co je „koleda“ a jak vznikla. Zazpívali jsme s i všichni první koledu (rozdaly jsme jim texty, aby se mohl každý zapojit). Bylo to velmi příjemné a téměř všichni zpívali. Dále jsme navázaly příběhem o Vánocích (s poučením – o Betlému). Následně proběhla opět diskuze. Nejdřív se příliš nezapojovali, ale ke konci už ano. Bylo třeba volit vhodné otázky. Navázaly jsme koledou „Půjdem spolu do Betléma“. Pěkně nám aktivity navazovaly a klienti se více méně zapojovali. Proběhla reminiscence vlastních příběhů, dárečků (které chtěli, nechťeli...), rozvzpomínání na minulost. Při tom se zapojilo více klientů. Někteří pouze poslouchali a jiní aktivně vyprávěli příběhy. Vyprávění nás přivedlo až k symbolům Vánoc, dali jsme s klienty dohromady všechny symboly, tradice, zvyky, na které jsme si vzpomněli. Poté si vybrali další píseň (nejvíc hlasů dostala píseň „Narodil se Kristus Pán“). Na závěr jsme nechaly doznít úplně poslední koledu a rozešli jsme se v příjemné a přemýšlejší náladě. Klientům jsme poděkovaly a sdělily, že nás nabíjí pozitivní energií (byla to pravda).



Toulky Českou republikou

Dnes jsme došly na praxi do denního centra. Náplň programu byla zcela na nás. Jelikož jsme již jednou měly téma cestování a klienty to velmi nadchlo, napadlo nás, že pro ně připravíme cestování, ale tentokrát po České republice. Záhy jsme zjistily, že i oni, ze své iniciativy, se chtějí pobavit právě o ČR. Připravily jsme si tedy na tento den téma



„Toulky Českou republikou“. Těšily jsme se na to, jak nás senioři přivítají a zda je svým programem nadchneme. Nejdříve jsme se s nimi pozdravily a znovu připomněly naše jména. Vzaly jsme s sebou opět myšku Agátu, která s námi i s klienty již procestovala celý svět. Dnes se s ní klienti setkali znovu a na začátek se jí každý

představil. Někdo řekl, kde byl po České republice a kde se mu líbilo, jiní třeba jen Agátu pohládili a poslali dál. Poté jsme si pustili několik krátkých videí s památkami ČR, které spadají pod UNESCO. Videá obsahovala velmi zajímavé snímky a vtáhla nás všechny do děje. Poté jsme v prezentaci ukazovaly jednotlivé obrázky památek UNESCO a klienti hádali, co to je. Většinou věděli a my tak postupně odkrývaly názvy míst a památek. Vždy jsme ke každému obrázku řekly pár zajímavostí. Dále jsme pokračovaly v ukázkách jiných památek a míst ČR, které již nespádají pod UNESCO. Postupovaly jsme stejným způsobem a klienty to bavilo. Během prezentace a povídání o památkách jsme vedly diskuse o tom, kdo na tom místě byl, jak se jim tam líbilo, jestli ví, kde se to místo nachází, atd. Došlo také na řadu otázek, na které jsme si zodpověděli, popřípadě odpovědi našli na internetu. Dále jsme se zabývali tím, co klienty zajímalo, například podzemí pod Brnem. Pustily jsme jim video o brněnském podzemí a Zelném trhu, to je velmi zaujalo. Dopoledne jsme ukončily rozloučením a znovu jsme poslaly Agátu mezi klienty. Kdo chtěl, tak řekl, co se mu dnes líbilo a nebo prostě jen to, co ho zrovna napadlo. Klienti odcházeli s úsměvem na rtech, že se jim to moc líbilo a že máme přijít zase i s Agátou. Nejkrásnější z celého dne byla slova jedné paní, která nám řekla, že máme být všichni rádi, že jsme tam a zdraví a ať si toho vážíme. Krásně tak zakončila pěkně strávené dopoledne.

Vánoce přicházejí, 17. 12. 2014

Dnes jsme měly na starost program v denním centru. Jelikož se blíží Vánoce, rozhodly jsme se program zaměřit právě na téma vánoční. Nejprve jsme si s klienty zazpívali jednu vánoční koledu a poté jsme jim pustily prezentaci, kterou jsme si připravily. V prezentaci jsme je seznámily s blížícími se svátky a něco málo jsme jim o nich řekly. Poté jsme klienty rozdělily do dvou skupin, z nichž každá dostala jeden úkol. První skupina dostala rozstříhané obrázky se symboly Vánoc, které měla složit a druhá skupina obdržela rozstříhané pranostiky (vždy na dva kusy) a ty měla k sobě dle správnosti přiřadit. Klientům, kteří byli rychlejší, jsme dali speciální úkol a to poznat podle hmatu různé předměty, které měly určitou spojitost s Vánoci. Poté, co všichni své úkoly splnily, jsme si zazpívaly další vánoční koledu. Všechny klientky se velmi aktivně zapojovaly, z čehož jsme měly velkou radost. Pak následovalo povídání o jednotlivých symbolech Vánoc, klientky nám povídaly o tom, jakými ozdobami zdobily stromek, když byly malé, jaké cukroví doma nejradši pekly, co si představí, když se řeknou Vánoce atd., bylo pro nás velmi zajímavé a určitě i přínosné poslouchat, jak to chodilo o Vánocích dříve. Potom jsme si zazpívaly další koledu. V závěru denního centra jsme klientkám pustily moderní vánoční koledu od skupiny Nightwork, zajímalo nás, jak se bude klientkám líbit. Byly jsme mile překvapené, že se většinu

moderní způsob pojetí vánoční koledy líbil. Dnešní denní centrum hodnotíme jako velmi vydařené a zároveň jako hezké zakončení naší praxe v tomto domově seniorů.

Jsmo moc rády, že jsme si většinu programu mohly připravit samy a celé praxe nám dala mnohem více inspirace, motivace, vzhledu do seniorů, než jsme si představovaly.

ZHODNOCENÍ PRAXE

Ze začátku jsme měly všechny trochu obavy z této praxe, jelikož jsme ani jedna z nás s touto cílovou skupinou ve větší míře nepracovaly. Ve výsledku jsme však byly mile překvapeny, klienti nás mezi sebe vřele přijali a do našich programů se dle svých možností a momentálních nálad aktivně zapojovali. Tvorba programů pro nás nebyla příliš těžká, jelikož všechny jezdíme na tábory a tudíž s chystáním programů nějaké zkušenosti máme. O něco horší pro nás byla komunikace s aktivizační pracovníci, která nám naši práci chvílemi trochu komplikovala. Na druhou stranu se snažila, abychom si z praxe u nich co nejvíce odnesly – ukázala nám, co vše s klienty dělá, jak to v domově chodí a mohly jsme se jí na cokoli zeptat. Praxi hodnotíme určitě kladně a všechny si uvědomujeme, že pro nás byla velmi přínosná.

VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Metodologie – výzkum kvalitativní

Sběr dat – polostrukturované rozhovory

Výzkumné rozhovory – 6 klientů z Domova seniorů na Koniklecové

Metoda zpracování dat – otevřené kódování

Cíl výzkumu

Zjistit, jaké aktivity seniorům v Domově seniorů na Koniklecové chybí – jaké aktivity by rádi dělali, ale v domově seniorů je nedělají.

Výzkumná otázka – Jaké aktivity klientům v domově seniorů chybí?

Výsledky výzkumu

Většina respondentů se shodla na tom, že jim chybí aktivity venku, mimo domov seniorů. Rádi by chodili na nějaké procházky či kratší výlety, zmiňují i konkrétní místa, kam by se rádi podívali, např. na vánoční trhy nebo do Brněnského podzemí. Chybí jim také návštěvy různých kulturních institucí – divadla, muzea, různé výstavy či koncerty. Někteří respondenti si však jsou vědomi toho, že je v domově k dispozici málo pracovníků a že to bude nejspíš ten důvod, proč se ven z domova dostanou málokdy.

Dále respondenti uvádí, že by uvítali více tvořivých aktivit. Někteří uvádí, že by chtěli těžší nebo složitější tvoření a zároveň aby bylo poté užitečné, aby výrobky mohli třeba někomu darovat.

Téměř všichni respondenti mluvili o tom, že by uvítali více společných aktivit, kde by trávili čas společně s ostatními klienty domova. Chtěli by se s nimi častěji vídat při různých aktivitách, vyjádřili touhu se s ostatními klienty více poznat. Respondenti se zmiňují o tom, že zejména nováčci to mají v domově těžké, nikoho neznají a musí si zvyknout

na nový režim a nové prostředí. A právě díky společným aktivitám by měli větší šanci se mezi „starousedlíky“ dostat a dříve se s nimi poznat.

Ve více odpovědích popisují respondenti také problém malých společenských místností, kde se klienti schází na společný program. Z důvodu velkého počtu klientů s invalidním vozíkem či jinými chodícími pomůckami se v místnosti těžko vede nějaký program, u kterého je zapotřebí většího pohybu. Klientům jsou malé místnosti, ve kterých se dá velmi špatně fungovat, nepřijemné.

Respondenti se také shodují v tom, že by uvítali více akcí pro své rodiny nebo alespoň nějaké aktivity, na kterých se podílí se seniory i jejich rodina. Rádi by díky tomu s nimi trávili více času a spojili jejich setkání s příjemnou zábavou. Zmiňují se o tom, že je rodina moc často nenavštěvuje a že by je právě takové zajímavé aktivity mohly do domova nalákat.

Klienti v tomto zařízení mají hodně zážitků ze setkání s mladými lidmi, dětmi. Občas k nim chodí děti z MŠ s nějakým představením, či studenti středních škol například se sportovním programem. Shodují se však v tom, že by uvítali více příležitostí se setkat s mladší generací. Líbí se jim pestrost programu mladých lidí a také aktivity praktikantů. Tyto aktivity jsou pro ně oživením stereotypního života v domově a čím více jich bude, tím lépe.

Dále se shodli na tom, že mají v domově málo sportovních akcí. Sice k nim dochází studenti ze střední školy dělat jednou za rok sportovní dopoledne, avšak uvítali by, kdyby sportu bylo v programu více. Ve zmíněném sportovním dopoledni (které chystají studenti střední školy) se totiž jedná především o aktivity, jako je hod míčkem, stavění věže z kostek, ale někteří respondenti se vyjadřovali k tomu, že by byli rádi za více akčnější sportovní aktivity, které mohou dělat ti, kteří např. nejsou na vozíčku a jsou pohybově zdatnější. Případně by klienti uvítali nějaké rehabilitační cvičení, ale dle náročnosti.

K našemu překvapení se také shodli v tom, že by chtěli více zpívat. Zpívají prý jen při příležitostech, jako jsou např. Vánoce, ale zpěv je podle nich něco, co každý z nich může dělat bez problémů, narozdíl např. od toho sportu. Zpěv je vždy zahřeje u srdce a uvítali by tedy, zpívat si v kolektivu třeba jen tak pro radost.

Výše zmíněné aktivity se objevovaly v odpovědích většiny respondentů. Z aktivit, které klientům domova chybí a které se v odpovědích příliš často neobjevovaly, vypíchneme například kurz na počítači, vytvoření čtenářského kroužku, společné pečení, více mší svatých, více rehabilitací a více trénování paměti.

Seznam autorů

Markéta Banková
Kristýna Beránková
Jana Böhmová
Jan Buchta
Gabriela Davidová
Martina Doušová
Zuzana Dubová
Lenka Ďulíková
Iveta Freibergová
Aleš Gothard
Ivana Greplová
Petra Havlíková
Klára Helusová
Jana Hladíková
Pavčina Hlaváčková
Kateřina Husáková
Monika Chalupníková
Lucie Janásová
Veronika Kadlečková
Tereza Kašparcová
Barbora Kiliánová
Pavla Kmošková
Lenka Kohnová
Michaela Koláčková
Tomáš Komínek
Martina Kvočová
Kateřina Lazecká
Lukáš Linha
Iva Londinová
Petra Mádlová
Tereza Málková
Zdeněk Malý
Erika Matyášová
Lukáš Musil
Hana Nečadová
Barbora Němcová
Veronika Nýdrlová
Markéta Olšiaková
Veronika Partiková
Petr Pijáček
Tereza Sebeniová
Markéta Sedláková
Michael Schmidt
Tereza Skládalová
Adriana Slámová
Terezie Součková
Štěpánka Spáčilová
Jana Šašinková
Kateřina Ševčíková
Klára Tesaříková
Jitka Tesařová
Gabriela Troppová
Tereza Vargová
Dagmar Weisbauerová
Michaela Zapletalová
Petra Zlatušková

STUDENTSKÉ PROFESNÍ PRAXE –
AKTIVIZACE SENIORŮ

Výukové materiály

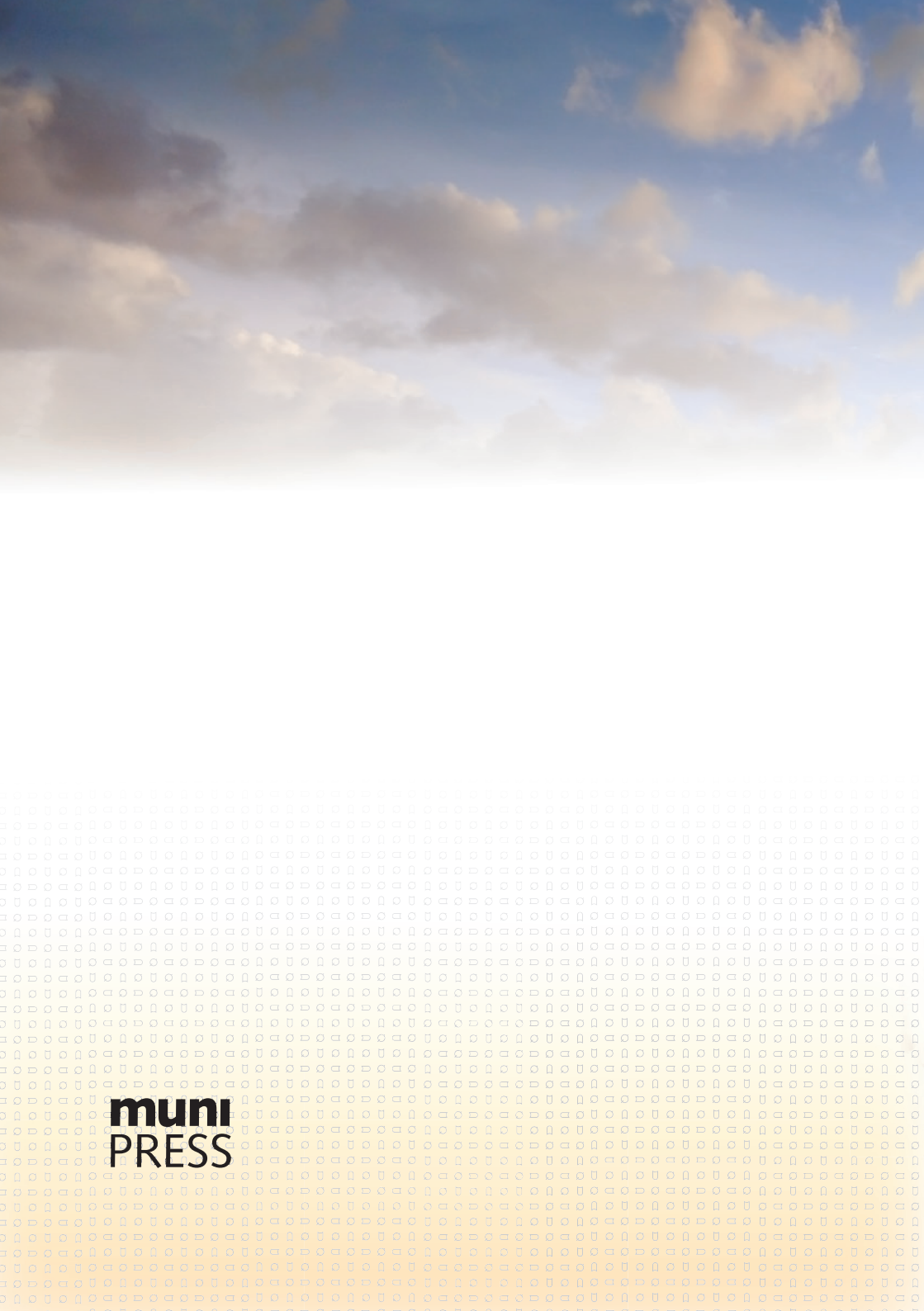
Mgr. Lenka Gulová, Ph.D. (ed.)

Vydala Masarykova univerzita roku 2015

1., elektronické vydání, 2015

Sazba: MSD, spol. s r. o., Lidická 23, 602 00 Brno, www.msdbрно.cz

ISBN 978-80-210-8148-2



muni
PRESS