

Volnočasové aktivity v domovech pro seniory

Erika Neužilová

Bakalářská práce
2021



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2020/2021

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Erika Nežilová**
Osobní číslo: **H180220**
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**
Forma studia: **Kombinovaná**
Téma práce: **Volnočasové aktivity v domovech pro seniory**

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti stáří a stárnutí, zařízení pro seniory a volnočasových aktivit v domovech pro seniory.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníku.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **Tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

- HENDL, Jan, 2016. Kvalitativní výzkum. Základní teorie, metody a aplikace. Vyd. 4. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0982-9.
HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ, 2013. Volnočasové aktivity pro seniory. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4697-5.
MATOUŠEK, Oldřich, 2011. Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení. 2., aktualiz. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0041-3.
PÁVKOVÁ, Jiřina, 2014. Pedagogika volného času. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-666-6.
VÁGNEROVÁ, Marie, 2007. Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1318-5.

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Iva Staňková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **27. ledna 2021**
Termín odevzdání bakalářské práce: **30. dubna 2021**



Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 27. ledna 2021

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 28. 4. 2021

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací;

(1) Vysoká škola nevdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledků obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlášení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihledne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Tématem bakalářské práce jsou volnočasové aktivity seniorů v Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí v Brně a v Domově pro seniory Kosmonautů. Zvolené téma je autorkou práce považováno za důležité, ale také za velmi zajímavé, jelikož málo lidí v dnešní uspěchané době má čas přemýšlet nad tím, jak senioři tráví svůj volný čas. Primární empirická data jsou nasbírána kvantitativní formou výzkumu prostřednictvím dotazníkového šetření s cílovými respondenty žijícími v Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí a Kosmonautů. Získaná empirická data umožnila zodpovědět stanovené výzkumné otázky a dosáhnout stanoveného cíle práce. Mezi nejvýznamnější zjištění patří skutečnosti, že zvolení respondenti výzkumu mají k dispozici velké množství volnočasových aktivit umožňujících posilovat a rozvíjet jejich fyzické i psychické zdraví. Většina respondentů výzkumu projevila spokojenost s informovaností, časovou dotací a nabídkou volnočasových aktivit. Srovnání výsledků výzkumu mezi zvolenými dvěma domovy seniorů je obsahem diskusní části práce.

Klíčová slova: volný čas, volnočasové aktivity, senior, domov pro seniory, stárnutí, stáří

ABSTRACT

The topic of the bachelor's thesis is leisure activities of seniors in the Home for the Elderly Mikulášskovo náměstí and Kosmonautů in Brno. I consider this topic both important and very interesting, because few people in today's hectic time have time to think about how seniors spend their free time. Primary empirical data are collected in a quantitative form of research through a questionnaire survey with target respondents living in the Home for the Elderly Mikulášskovo náměstí and Kosmonautů. The obtained empirical data made it possible to answer the set research questions and achieve the set goal of the work. One of the most important findings is the fact that the selected respondents of the research have at their disposal a large number of leisure activities enabling them to strengthen and develop their physical and mental health. Most of the research respondents expressed satisfaction with information, time allocation and the offer of leisure activities. The comparison of research results between the selected two homes for the elderly is the content of the discussion part of the work.

Keywords: leisure time, leisure activities, senior, home for the elderly, aging, old age

Touto cestou bych chtěla srdečně poděkovat PhDr. Ivě Staňkové, Ph.D. za odborné a profesionální vedení mé bakalářské práce, také za její čas, vstřícnost, rady a ochotu, které mi poskytla a díky kterým jsem mohla dokončit a napsat bakalářskou práci. Poděkování rovněž náleží i mé rodině, která mě v průběhu celého studia podporovala. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat všem respondentům, kteří se zúčastnili na mém výzkumu.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ	13
1.1 CHARAKTERISTIKA STÁŘÍ A STÁRNUTÍ	13
1.2 VYMEZENÍ SENIORSKÉHO VĚKU	14
1.3 ADAPTACE NA STÁRNUTÍ A ZMĚNY SPOJENÉ SE STÁRNUTÍM	15
2 ZAŘÍZENÍ PRO SENIORY A SOCIÁLNÍ SLUŽBY	17
2.1 CHARAKTERISTIKA SOCIÁLNÍCH ZAŘÍZENÍ A SOCIÁLNÍCH SLUŽEB PRO SENIORY.....	17
2.2 SOCIÁLNÍ SLUŽBY PRO SENIORY	18
2.3 DOMOV PRO SENIORY	19
3 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY V DOMOVECH PRO SENIORY	21
3.1 VOLNÝ ČAS.....	21
3.2 FUNKCE VOLNÉHO ČASU.....	22
3.3 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY	23
3.3.1 Pohybové aktivity	23
3.3.2 Vzdělávací aktivity	23
II PRAKTICKÁ ČÁST	25
4 METODOLOGIE VÝZKUMU	26
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM A VÝZKUMNÝ CÍL	26
4.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	27
4.3 VÝZKUMNÁ METODA.....	28
4.4 TVORBA DOTAZNÍKU	29
4.5 VÝZKUMNÝ SOUBOR	30
4.5.1 Základní informace o Domovech pro seniory.....	31
4.5.2 Základní informace o respondentech výzkumu	32
4.6 LIMITY VÝZKUMU	34
5 ANALÝZA A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU	35
6 VÝSLEDKY VÝZKUMU A ODPOVĚDI NA VÝZKUMNÉ OTÁZKY	43
ZÁVĚR	49
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	51
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	54
SEZNAM GRAFŮ	55
SEZNAM TABULEK	56

SEZNAM PŘÍLOH	57
----------------------------	-----------

ÚVOD

Stárnutí představuje přirozený proces v životě každého organismu, včetně lidí. Stáří přináší jisté výhody i nevýhody. Se stářím je spojen přechod do důchodu a s tím spojené zvýšené množství volného času, který musí každý senior vyplnit volnočasovými aktivitami. Se stářím je taktéž spojena změna životního stylu vlivem zdravotních omezení. Část seniorů disponuje dostatečným zdravím, které umožňuje seniorům být soběstační, starat se o vnoučata a věnovat se koníčkům, na které v pracovním procesu neměli dostatek volného času. Rovněž se najde část seniorů, kteří nejsou vlivem zdravotního stavu soběstační nebo nemají potomky, kteří by se o seniory postarali. Uvedená skupina seniorů přechází do domova pro seniory, kde žijí a dostávají dostatečnou péči potřebnou k životu.

V domově pro seniory se setkávají senioři rozdílného věku, mentální a fyzické kondice, zájmů a potřeb. Každý senior v domově důchodců se v závislosti na svých možnostech věnuje určitým volnočasovým aktivitám. Volnočasové aktivity hrají u seniorů významnou roli i z pohledu mentálního a fyzického zdraví. Četba literatury zásadním způsobem přispívá k prevenci proti stařecké demenci a napomáhá udržovat paměť seniorů. Pohybové aktivity v podobě procházek nebo aerobních aktivit přispívají k lepší fyzické kondici seniorů. Volnočasovými aktivitami seniorů se zabývá vícero empirických studií, přičemž i mým cílem je přispět k diskusi a obohatit akademickou obec o nové poznatky týkající se volnočasových aktivit seniorů v domově důchodců.

Autorka zvolila jako téma své bakalářské práce volnočasové aktivity v Domově pro seniory Mikuláškově náměstí ve Starém Lískovci v Brně a v Domově pro seniory Kosmonautů ve Starém Lískovci v Brně. Výzkum ve dvou domovech pro seniory umožní získat statisticky větší a validnější vzorek odpovědí, taktéž je možnost vzájemné komparace volnočasových aktivit seniorů ve dvou uvedených zařízeních. Autorka považuje za důležité upozornit na toto téma, protože věří, že trávení volného času seniorů v domově pro seniory vhodným způsobem je velmi důležité. Autorka také věří, že vytváření správných návyků pro správné trávení volného času v mládí, vytváří ten správný obsah. Během této doby bude jednotlivec schopen spravovat svůj čas. Tuhle myšlenku se autorka následně pokusí potvrdit na základě výzkumu z odborné literatury a následně v dotazníkovém šetření s respondenty.

Hlavním cílem této bakalářské práce je zmapovat volnočasové aktivity v domově pro seniory. Následně zjistit, jestli jsou senioři spokojeni s nabídkou a informovaností o volnočasových aktivitách v domově pro seniory, a jak by tyto aktivity ohodnotili.

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, kdy první část je teoretická a druhá část je praktická. Část teoretická je rozdělena do tří kapitol a poté do několika podkapitol. V první kapitole teoretické části jsou popsány znaky věku a projevy charakteristického pro stárnutí. V další kapitole je následně analyzováno zařízení pro seniory a sociální služby, protože tyto služby jsou velmi důležité, jak pro lidi se ztrátou samostatnosti, tak pro jejich rodiny. Důležité jsou také standardy kvality, které ukládá zákon o sociálních službách, který poskytuje péči o seniory na úrovni, která odpovídá jejich potřebám. Poslední kapitola teoretické části se obsahově týká volnočasových aktivit v domově pro seniory.

Praktická část je obsahově zaměřena na metodickou stránku výzkumu a identifikaci nasbíraných primárních empirických dat. Sběr primárních empirických dat je realizován kvantitativní formou pomocí dotazníkového šetření, jehož cílem je zmapovat, jakým způsobem senioři tráví svůj volný čas ve dvou zvolených domovech pro seniory. Uvedená forma výzkumu je zvolena s ohledem na respondenty a jejich potřebu většího časového prostoru pro rozmyšlení a napsání odpovědí. Rovněž je cílem práce získat relevantní informace o volnočasových aktivitách seniorů, ověřit současné vědecké poznatky, nikoliv budovat novou teorii týkající se zvoleného tématu. Výsledkem této bakalářské práce je odpověď na otázku, jakým volnočasovým aktivitám se senioři v domově pro seniory nejčastěji věnují.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Stáří a stárnutí neodmyslitelně patří k životu člověka. Jedná se o proces, kterému se nikdo nevyhne, který v průběhu života přináší mnoho změn, ať již psychické nebo fyzické povahy. Předkládaná kapitola se zabývá charakteristikou stáří a stárnutí, vymezením seniorského věku a adaptací na proces stárnutí a na změny spojené se stárnutím.

1.1 Charakteristika stáří a stárnutí

Stáří a stárnutí obecně je přírodní životní proces, který začíná početím a končí smrtí jednotlivce. V tomto ohledu není možno definovat hranice nebo etapy života. Stárnutí ovlivňuje každého člověka stejně. Existují pouze rozdíly v povaze a funkci tohoto procesu. Zároveň je velmi obtížné stanovit konkrétní věkovou hranici, kdy lze člověka označit za starého.

Dle Holczerové a Dvořáčkové (2013) je velmi těžké stanovit, kdy se člověk stává starým, protože proces stárnutí má individuální rozdíly. Závisí to na několika okolnostech, jako je aktuální zdravotní a duševní stav člověka, to, zda člověk žije v dobrém nebo špatném rodinném prostředí, jaká je jeho úcta k "sobě sama" a co upřednostňuje před hodnotami a postojem. Je také důležité vzít v úvahu vývoj a životní styl jednotlivce. (Sak a Kolesárová, 2012) Stáří je pozdní fází ontogeneze a patří do přirozeného průběhu života. Na stáří se hlavním podílem podílí involuční procesy a další faktory, např. životní styl a podmínky, v jakých daný člověk žije. Proces stárnutí může mít podobu fyziologickou nebo patologickou. (Holczerová a Dvořáčková, 2013)

Dvořáčková (2012) vymezuje stáří a stárnutí jako specifický biologický proces, který je charakteristický tím, že je dlouhodobě nakódovaný, nezvratný, neopakující se, má různou povahu a zanechává trvalé následky. Sak a Kolesárová (2012) konstatují, že v období stárnutí je řada změn, které se týkají zejména těla a duše. Stárnutí je tedy proces rozvoje lidského organismu prostřednictvím široké škály přírodních procesů. Nastávají a nastupují chronická onemocnění, zhoršuje se zrakové postižení, snižují se obecné výkyvy nálad, schopnost ovládat emoce a tvorbu slov, klesá duševní výkonnost a nakonec soběstačnost. (Dvořáčková, 2012)

1.2 Vymezení seniorského věku

Vědní interdisciplinární věda zabývající se stářím a stárnutím se nazývá gerontologie. Zkoumá příčiny, vzorce a projevy stárnutí i obecné problémy života ve stáří. (Čeledová et al., 2016) Experimentální gerontologie se zabývá zejména biologií. Zabývá se tím, proč a jak stárnou procesy v živých organismech (Štěpánková et al., 2015). Klinická gerontologie se zaměřuje na funkci zdraví, kondici a vytrvalost. Zabývá se také nemocemi ve stáří a jejich charakteristikami, diagnostikou, léčbou a prevencí. Lze ji nazvat geriatrie. (Čeledová et al., 2016) Poslední gerontologickou oblastí je sociální gerontologie, která připisuje oblasti existenciality a vztahů mezi staršími lidmi a společností (Štěpánková et al., 2015). Gerontologie uvádí pozdní věkovou hranici ortogeneze a rozlišuje mezi biologickým, kalendářním a sociálním stářím (Čeledová et al., 2016).

Kalendářní stáří: jasně rozeznatelné, ale zcela nezahrnuje rozdíly mezi nimi. Mění se i věková hranice, protože se prodlužuje průměrná délka života a neustále se zlepšuje zdraví a fungování nových stárnoucích generací. V dnešní době je odbornou literaturou považován za počátek stáří věk 65 let. (Čeledová et al., 2016)

Kalendářní stáří lze členit na (Kalvach et al., 2011):

- 1) mladí senioři: 65–74 let - se zaměřují na volný čas, osobní rozvoj a odchod do důchodu
- 2) staří senioři: 75–84 let – období spojené s osamělostí, zátěží a adaptací na sociální změny
- 3) velmi staří senioři: 85 a více let - hlavními problémy jsou finanční zabezpečení a soběstačnost

Sociální stáří: nástup sociálního věku se obecně považuje za zdroj nároku na starobní důchod (Čeledová et al., 2016). To ovlivňuje změnu sociálních rolí a potřeb, životního stylu a ekonomického zabezpečení (Kalvach et al., 2011).

Biologické stáří: jedná se o stanovení určité míry konkrétních proměnných změn konkrétní osoby (Kalvach et al., 2011). Primárně hodnotí efektivitu, funkčnost, stav a patologii. Stále však neexistuje shoda, která by jasně definovala různá období (Čeledová et al., 2016).

1.3 Adaptace na stárnutí a změny spojené se stárnutím

Odborná literatura nabízí definice stárnutí, přičemž ani jedna z definic není dostatečně přesná. Na stáří je nutné se adaptovat. Výstupem adaptace na stárnutí by mělo být vytvoření podmínek pro aktivní zdravé stáří, zejména pro udržení zdraví, adaptace na omezení v důsledku chorob, uchování funkční zdatnosti, psychického zdraví, aktivity, hojného počtu sociálních kontaktů a dále vybudování ekonomických a bytových podmínek. (Vágnerová, 2007) Během adaptace na stárnutí lze uplatňovat některé strategie dle osobnostního charakteru, zdravotního stavu a zdatnosti jedince. Kalvach et al. (2011) považují za způsob adaptace na stáří udržování dosavadních aktivit a vztahů, doporučují vyměnit zatěžující aktivity za činnosti, které jsou méně náročné a omezit aktivity, které mohou seniora uzavřít do vlastního světa.

Mladí senioři ve věku od 65-74 let ve většině případů netrpí závažnými nemocemi, které ovlivňují délku jejich života. Lidé v této věkové skupině jsou stále aktivní, mají dostatek sil, často stále pracují např. na zkrácený úvazek nebo brigádně. (Čeledová et al., 2016) V literatuře se dané období lidského života někdy nazývá jako třetí věk života (Kalvach et al., 2011).

Ke zhoršení stavu seniora dochází od 75 roku života. Daná životní etapa je označována jako čtvrtý věk. Senior starší 75 let je omezen z hlediska společenských činností, začíná být upoutaný na pomoc druhých, jeho prioritou je péče o zdraví. (Čeledová et al., 2016) U daných seniorů dochází k **biologickým** změnám, tzn. že senior je fyzicky křehčí, mění se jeho vizáž, přibývají vrásky, mění se barva vlasů, ubývá zručnost, objevuje se více nemocí najednou. Biologické změny jsou zcela individuální u každého jedince. (Křivohlavý, 2011) Dále dochází u seniorů k **psychickým** změnám, které s sebou přináší zhoršení kognitivních funkcí v oblasti vnímání, pozornosti, paměti, představ, myšlení, psychické vitality. Dochází k obtížnějšímu vybavování vzpomínek a soustředění. (Křivohlavý, 2011)

Se stárnutím se pojí taktéž **sociální** změny v podobě sociálního stárnutí spojeného s nástupem do starobního důchodu. Senior začíná plnit novou roli důchodce, pobírá penzi, která s sebou může přinést rozdílné vnímání ze strany společnosti. (Petrová, 2014) Dochází rovněž k ekonomické změně přinášející snížení životní úrovně související se sníženými příjmy z důchodu. Nástup seniora do penze mění i jeho postavení a roli v rodině, kdy může dojít ke změně vztahů mezi manželi. Pro určité seniory představuje důchod stres z nudy a přebytku volného času, který nejsou sami schopni pomocí volnočasových aktivit vyplnit.

Přebytek volného času a neschopnosti vlastního zabavení se přenáší v další nespokojenost, nudu a negativní emoce. (Křivohlavý, 2011) Další frustrace může pramenit z častějších nemocí, pohybového omezení aj., které mohou bránit v běžných denních činnostech a senior se stává nesoběstačný. Nastává projevování fyzické závislosti na pomoci jiných osob. Důležitá je adekvátní interakce ze strany okolí za účelem předejití sociální izolace seniora, která přináší řadu negativních emocí. (Petrová, 2014) Vhodné je zmínit, že řada seniorů se na důchod těší, jelikož mají konečně čas realizovat své koníčky a záliby, jejich fyzické i psychické zdraví jim umožňuje fungovat aktivním životem do vysokého věku. Uvedené změny jsou opět individuální u každého jedince. (Křivohlavý, 2011)

2 ZAŘÍZENÍ PRO SENIORY A SOCIÁLNÍ SLUŽBY

Současná doba v oblasti sociálních služeb poskytuje seniorům výrazný komfort oproti letům nedávným a minulým. V dřívějších dobách bylo stigma nemocné a zdravotně indisponované seniory umisťovat do domovů pro seniory. (Malíková, 2011) Snahou společnosti bylo udržet zdání, že v populaci žijí pouze zdraví a silní lidé a nemocní lidé byli umístěni v ústavech, kterým nebyla věnována dostatečná pozornost. (Dvořáčková, 2012) Předmětem této kapitoly je (mj.) vymezení charakteristiky, poslání, způsobu financování sociálních zařízení a sociálních služeb pro seniory, seznámit čtenáře s poskytovanými druhy sociálních služeb pro seniory, s domovem pro seniory a pečovatelskou službou.

2.1 Charakteristika sociálních zařízení a sociálních služeb pro seniory

V dřívějších dobách docházelo k umístění nesoběstačných seniorů do sociálního zařízení představující státní domov důchodců. Často do daného typu domovů byli umisťováni i lidé nemající vlastní domov. Uvedená péče byla financována státem. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013) Zmíněné sociální zařízení bylo charakteristické vícelůžkovými pokoji se snahou umístit do zařízení co největší počet seniorů, společné sociální zařízení umístěné na chodbě bylo velmi nekomfortní. Senioři nedisponovali možností podílet se na péči, naopak docházelo k rozhodování o jejich životě v jejich nepřítomnosti. (Malíková, 2011) Na seniory mohly být používány omezovací prostředky, jejichž užití vycházelo z uvážení pečujícího pracovníka. Péči o seniory se věnovaly zdravotní sestry a sanitárky. (Dvořáčková, 2012) Zařazení seniorů do sociálních zařízení vycházelo ze spádové oblasti, a tak senioři nedisponovali možností volby sociálního zařízení. Uvedený systém péče o seniory přetrvával do roku 1989. (Malíková, 2011)

Změna v sociálních službách nastala v roce 1989, přičemž nejvýznamnější změna v sociálních službách byla zapříčiněna zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Zákon obsahuje všechny uživatele a poskytovatele sociálních služeb. (Dvořáčková, 2012) Došlo k přenosu odpovědnosti za sociální služby ze strany státu na stranu jednotlivců, obcí, komunit, krajů, občanských společností. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013)

Hlavním posláním sociálních služeb je pomáhat lidem udržet si nebo opětovně získat místo v komunitě, společnosti nebo ve svém přirozeném společenství (Dvořáčková, 2012). Uvedený zákon přinesl změnu v komunitním plánování v poskytování sociálních služeb. Každá obec nebo kraj zjišťuje sociální potřeby a na základě zjištěných potřeb vytváří plán. Podstatou plánu je komunikace mezi zadavateli, poskytovateli a udržovateli sociálních

služeb, dochází k tvorbě tzv. triády. (Malíková, 2011) Změny se dotkly i způsobu financování poskytovaných sociálních služeb. Základ financování je tvořen příspěvkem na péči, který je přiznán nesoběstačným osobám. Daný příspěvek se člení do čtyř stupňů. (Dvořáčková, 2012)

V současné době je většina sociálních zařízení v České republice zřizována kraji a obcemi. Pobytové služby poskytují i nestátní neziskové organizace, např. občanská sdružení nebo církve. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013) Sociální služby mohou poskytovat pouze registrovaní poskytovatelé sociálních služeb. Získat registraci k poskytování sociálních služeb lze pouze při naplnění zákonných podmínek. (Malíková, 2011) Poskytovatelem sociálních služeb mohou být pouze zařízení se schválenou registrací, např. subjekt zřizovaný obcí a krajem, nestátní neziskové organizace a ministerstvo práce a sociálních věcí. (Matoušek, 2011)

Financování sociálních služeb je realizováno z více zdrojů. Jednat se může o státní dotace a granty, dotace ze strukturálních fondů, příspěvky zřizovatelů, příjmy od uživatelů, příspěvky na péči, příjmy z veřejného zdravotního pojištění, příspěvky samosprávných celků, dary, vedlejší hospodářská a mimořádná činnost. (Dvořáčková, 2012) Pobytové sociální služby jsou zpravidla financovány z plateb uživatelů sociálních služeb, z příspěvku na péči, ze státních dotací, z příjmů veřejného zdravotního pojištění. (Malíková, 2011) Terénní a ambulantní sociální služby jsou zpravidla financovány z plateb uživatelů sociálních služeb, z příspěvku na péči, ze státních dotací. (Matoušek, 2011)

2.2 Sociální služby pro seniory

V současnosti je snahou poskytovat sociální služby seniorům ideálně v jejich přirozeném prostředí. Z uvedeného důvodu jsou velmi rozvinuté nabídky terénních a ambulantních služeb. (Dvořáčková, 2012)

Pobytová zařízení poskytují seniorovi sociální služby dohodnuté v individuálním plánu. Důležité je postupovat empatickým přístupem a dodržovat Evropskou chartu pacientů seniorů. (Dvořáčková, 2012) Hlavním posláním nabízené sociální služby je pomoci klientovi a podpořit klienta v jeho soběstačnosti a tím snížit jeho závislost na druhých. (Malíková, 2011)

Sociální služby poskytují seniorům pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně, poskytují stravu nebo pomáhají zajistit stravu, poskytují

ubytování nebo přenocování, pomáhají při zajištění chodu domácnosti, mají výchovný, vzdělávací a aktivizační charakter, poskytují sociální poradenství, zprostředkovávají kontakty se sociálním prostředím, poskytují sociálně terapeutické činnosti, pomáhají uplatňovat práva, oprávněné zájmy a obstarávat osobní záležitosti, poskytují telefonickou krizovou pomoc, napomáhají nacvičit dovednosti potřebné pro zvládnutí péče o vlastní osobu, soběstačnosti a činnosti přispívající k sociálnímu začlenění, podporují vytváření a zdokonalování základních pracovních návyků a dovedností. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013)

2.3 Domov pro seniory

Pravidla týkající se domova pro seniory jsou vymezena zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Uvedený zákon vymezuje podmínky a možnosti poskytování péče fyzickým osobám, který se nachází v nepříznivé sociální situaci. (Dvořáčková, 2012) Pomocí příspěvku na péči a sociálních služeb pomáhá seniorům. Zákon také upravuje předpoklady týkající se výkonu sociálního pracovníka. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013)

§ 49 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách vymezuje pravidla domova pro seniory. Uvedený paragraf říká, že v domovech pro seniory dochází k poskytování pobytové služby osobám se sníženou soběstačností zejména zapříčiněnou věkem, kdy jejich situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Dále zmíněný paragraf vymezuje základní činnosti domova pro seniory. Jedná se o poskytování ubytování, stravy, pomoci při zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoci při osobní hygieně, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti, aktivizační činnosti, pomoci při uplatňování práv. (Dvořáčková, 2012)

Součástí uvedeného paragrafu jsou i podmínky vymezující přijetí žadatele do domova pro seniory. Žadatelem může být osoba se sníženou soběstačností a odpovídající věkem, přičemž situace osoby vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. (Dvořáčková, 2012) Žadatel o přijetí do domova pro seniory je povinen předložit vyplněnou žádost o přijetí s potřebnými dokumenty na příslušný spádový sociální obor nebo v nestátním pobytovém zařízení. Následně je žadatel po projednání žádosti o přijetí vyrozuměn o přijetí nebo nepřijetí. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013)

Přijetí nového seniora by se měl účastnit sociální pracovník, vedoucí zařízení, vrchní sestra, všeobecná sestra, pracovník v sociálních službách, fyzioterapeut a pracovník pro volnočasové aktivity. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013) Dochází k předání veškerých

potřebných dokumentů sociálnímu pracovníkovi a ke stanovení individuálního plánu se všemi sociálními službami. Následně dochází k podpisu smlouvy seniorem, založení dokumentace obsahující části zdravotní, ošetrovatelské, sociální a ekonomické, přičemž je seniorovi přidělen klíčový pracovník. (Malíková, 2011)

Následuje provedení seniora po zařízení, seznámení s pravidly, vyšetření praktickým lékařem a je naplánován individuální rehabilitační plán. Pracovník pro volnočasové aktivity seznamuje seniora s nabídkou volnočasových aktivit a zjišťuje zájem o určité volnočasové aktivity ze strany seniora. Taktéž je senior seznámen s možností účasti na pravidelných bohoslužbách. (Malíková, 2011) Ke každému seniorovi se přistupuje individuálně na základě jeho zdravotního stavu. Klienti domova seniorů mají naplánovaný denní program, který se liší v závislosti na konkrétním domově pro seniory. (Dvořáčková, 2012) Součástí volnočasových aktivit jsou pohybové aktivity, kulturní a společenské akce, cvičení s fyzioterapeutem aj. (Hrozenská a Dvořáčková, 2013)

3 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY V DOMOVECH PRO SENIORY

Volnočasové aktivity tvoří nedílnou součást celého života každého člověka. Umožňují lidem zrelaxovat, zušlechtit interiér vlastní duše, zlepšit fyzickou kondici, dovzdělat se a dokultivovat. Předmětem této kapitoly je vymezení a charakteristika volného času, funkcí volného času a volnočasových aktivit a jejich dopad na fyzické i psychické zdraví seniorů.

3.1 Volný čas

V celé historii lidstva se lze setkat s potřebou střídání práce s volným časem. Zatímco v minulosti se této „vymoženosti“ dostávalo pouze zámožným lidem, současná doba přináší nové možnosti, jak lze volný čas trávit. (Šerák, 2009) V dřívějších dobách lidé trávili volný čas zejména odpočinkem a regenerací po náročné práci a zábavě. V současné době se rozvíjejí i jiné volnočasové aktivity, např. cestování, rekreace, sport, vzdělávání. (Spousta et al., 1996)

Volný čas lze vymezit jako čas, který věnuje jedinec sám sobě, svým potřebám. Náplň volného času závisí na každém jedinci. Ve volném čase dochází k oprostění od každodenních povinností a každodenního tlaku. Důležitým faktorem volného času je dobrovolnost a svobodná vůle jedince, zvolení si aktivit, kterým se chce daná osoba věnovat. (Knotová, 2011) V odborné literatuře lze nalézt rozdělení lidských aktivit do čtyř základních kategorií na práci, rodinné závazky, sociální závazky a aktivity zaměřené na sebeuspokojení a sebevyjádření (Šerák, 2009). Lidé ve vyspělých zemích vynakládají až 1/3 svých příjmů na činnosti spojené s volným časem (Šafr a Patočková, 2010).

V odborné literatuře lze dohledat množství definic volného času, přičemž mezi jednotlivými autory nepanuje jednoznačný názorový konsensus. Šerák (2009) definuje volný čas jako libovolnou dobu, která zbývá po ukončení pracovní činnosti a naplnění veškerých požadavků potřebných k zajištění běžného života. Volný čas lze uchopit z různých úhlů pohledu. Nahlížet lze na volný čas z pohledu vědy, ekonomiky, sociálně-psychologického, politického a zdravotně hygienického. (Knotová, 2011)

Odborná literatura vymezuje několik druhů volného času. Jedná se o čas pracovní (čas vyplněný pracovní činností), vázaný nebo polovolný (např. péče o svoji osobu, domácnost aj.), volný, odpočinkový, rekreační, zájmový. (Němec et al., 2010)

Volný čas plní určité funkce, mezi které patří rekreační (psychické uvolnění), kompenzační (potěšení), edukační (sebevzdělání), kontemplační (čas sám pro sebe), komunikační

(sociální vztahy), integrační (potřeba emocionální jistoty), enkulturační (potřeba kreativního rozvoje), participační (potřeba angažovanosti). (Šerák, 2009)

Prožívání volného času je ovlivněno řadou aspektů. Mezi ovlivňující aspekty patří věk a s ním spojený životní styl. Postupným stárnutím člověk mění své volnočasové aktivity. (Janiš a Skopalová, 2016) Dalším aspektem je pohlaví, kdy ženy jsou spíše kulturně založené a volný čas věnují návštěvě kulturních zařízení, zatímco muži se spíše zaměřují na sportovní činnosti a sebevzdělávání. (Němec et al., 2010) Důležitým aspektem je taktéž sociální skupina, ve které je daný jedinec zainteresován. (Šerák, 2009) Volný čas ovlivňuje rovněž bydliště a s tím spojená dostupnost volnočasových aktivit, bydlení ve městě nebo na vesnici významně ovlivňuje volnočasové aktivity. (Knotová, 2011) Dalšími aspekty jsou profese a vzdělání. Zejména úroveň dosaženého vzdělání má vliv na výběr volnočasových aktivit. (Šerák, 2009)

3.2 Funkce volného času

Volný čas plní řadu funkcí a je užitečný pro každého člověka bez ohledu na jeho věk. Odborná literatura nabízí množství pojetí a definic funkcí volného času, přičemž autoři se v odborné literatuře shodují v hlavním cíli všech definic funkcí volného času, a sice v rozvoji celé osobnosti jedince. Kratochvílová (2001) zmiňuje funkce zdravotně-hygienickou, formativně-výchovnou, seberealizační (zaměřena na psychické a sociální potřeby, zájmy, sebehodnocení), socializační (mezilidská komunikace) a preventivní (prevence před negativními vlivy společnosti) funkci. Janiš a Skopalová (2016) vymezují funkci volného času jako psychosociologickou (zábava, rozvoj, uvolnění), sociální (socializace do sociálních skupin), terapeutickou (zdravotní hledisko, tzn. prevence chorob a onemocnění, zdravý životní styl) a ekonomickou.

Knotová (2011) spatřuje ve volném čase funkci rekreace a odpočinku, kdy jedinec může na určitý čas vystoupit ze stereotypu a monotónnosti, které mu přináší zaměstnání, má možnost se vzdělávat a zušlechťovat interiér své duše. Šerák (2009) hovoří o funkcích odpočinkové (činnosti fyzicky i psychicky nenáročné), rekreační (aktivní činnost jedince), zájmové (činnosti týkající se uspokojování a rozvoje potřeb, zájmů a schopností jedince).

Kavanová a Chudý (2005) hovoří o vzájemném propojení zmíněných funkcí volného času, přičemž dle autorů se do popředí dostává na určitý čas funkce, kterou je v dané situaci vhodné upřednostnit, přičemž po určitém čase opět funkce přechází do pozadí a do popředí na určitý čas vystupuje jiná funkce.

3.3 Volnočasové aktivity

Volnočasové aktivity mohou nabývat mnoha podob v závislosti na preferencích konkrétního jedince. Ovlivněny jsou taktéž mnoha aspekty uvedenými v předchozí podkapitole. Účelem předkládané podkapitoly je vymezení vybraných volnočasových aktivit potřebných pro vybudování dostatečného teoretického podkladu, jehož úkolem je přispět k naplnění zvoleného cíle práce.

3.3.1 Pohybové aktivity

Vyšší věk s sebou přináší úbytek energie, přičemž dané skutečnosti je nutné přizpůsobit pohybové aktivity. Každé cvičení by mělo začínat krátkou rozcvičkou vedoucí ke snížení rizika úrazu nebo poškození svalů. Úkolem rozcvičky je připravit pohybový i oběhový systém na zátěž. (Šerák, 2009) V případě seniorů je nezbytné přihlížet individuálně k fyzické kondici každého jedince, zvolit vhodnou aerobní nebo pohybovou aktivitu a zvolit nižší intenzitu cvičení s delší dobou cvičení. Seniori by měli ze zdravotního hlediska cvičit 30 minut denně ideálně každý den. Uvedený časový úsek lze rozdělit do tří intervalů, které lze rozdělit v průběhu dne. (Máček a Radvanský, 2011)

Mezi nejdostupnější, nejvhodnější a nejméně rizikové druhy cvičení patří pro seniory chůze jízda na kole nebo domácím ergometru. Pro pohybový aparát je i vhodnou alternativou plavání nebo cvičení ve vodě, která poskytuje odpor, navyšuje zátěž a zároveň nenamáhá kloubní aparát. (Máček a Radvanský, 2011) Cvičení by mělo probíhat ve dvou až třech sériích. Cvičební série by měli být proloženy přestávkami (Hošková, 2010).

Tělesná zátěž pro seniory má zásadní význam, jelikož napomáhá zvládnout denní pohybovou zátěž s absencí únavy a potíží, napomáhá navyšovat odolnost vůči tělesné námaze, navyšovat množství svalové hmoty, přispívá ke snížení rizika pádu, onemocnění, udržuje psychickou rovnováhu, napomáhá zvyšovat sílu, flexibilitu, kardiorepirační zdatnost. (Máček a Radvanský, 2011)

3.3.2 Vzdělávací aktivity

Problematikou vzdělávání se zabývá andragogika. Jedná se o vědní disciplínu a studijní obor, který je zaměřen na všechny aspekty vzdělávání a učení se dospělých. V polovině 20. století došlo k uplatnění samostatné vědy gerontagogiky, která se zabývá výchovou a vzděláváním ve stáří. (Kalvach, 2004) V současnosti se na danou vědu nahlíží jako

na vzdělávání seniorů, preseniorské vzdělávání a proseniorské vzdělávání (Rabušicová a Rabušic, 2012).

Vědecké výzkumy prokázaly, že i starší lidé disponují dostatečným kapitálem pro financování vlastního vzdělávání (Špatenková a Smékalová, 2015). Zatímco fyzická výkonnost s růstem věku postupně klesá, psychická výkonnost při vhodné stimulaci může setrvávat stále na vrcholu. Mozek má obdobné chování jako sval, tzn. že při pravidelném namáhání mozku lze dosáhnout jeho vyššího výkonu. (Pávková, 2014)

V souvislosti s edukací seniorů je vhodné vymezit několik pojmů. Prvním pojmem je proseniorská edukace, jejíž náplní je příprava na stáří a tím zmírnění nesouladu mezi generacemi. (Pávková, 2014) Dalším termínem je preseniorská edukace, která postupně během vývojových etap připravuje člověka na stáří a odchod do důchodu. Zvládnutí stáří vychází z toho, jak lidé zvládají jednotlivé vývojové etapy, přičemž platí, že čím lépe jedinec zvládne prožít předchozí etapu, tím lépe zvládne etapu následující. (Špatenková a Smékalová, 2015) Součástí celoživotní přípravy je oblast zdravotní (osvojení správného životního stylu), sociální (nalezení způsobu správného vyplnění volného času) a ekonomická (vyřešení budoucí ekonomické situace) (Špatenková a Smékalová, 2015). Důležitý pojem je rovněž seniorská edukace, jelikož senioři potřebují být aktivní a užiteční i v pokročilém věku. Mezi hlavní potřeby seniorské edukace patří nezávislost, participace, seberealizace, důstojnost, dostupnost péče. (Rabušicová a Rabušic, 2012)

Motivy pro vzdělávání seniorů mohou být různé. Nejčastějším motivem pro vzdělání v seniorském věku je udržení psychické a sociální aktivity, snížení pocitu osamocení, podpora a udržení soběstačnosti, naplnění osobních zájmů, rozšíření vzdělání. (Janiš a Skopalová, 2016) Senioři mohou navštěvovat přednášky a kurzy v rámci studia Univerzity třetího věku. Dále mohou navštěvovat centrum celoživotního vzdělávání. (Šerák, 2009)

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 METODOLOGIE VÝZKUMU

Předmětem kapitoly zabývající se metodologií výzkumu je charakteristika výzkumného problému, výzkumného cíle a výzkumných otázek. Následně je v návaznosti na stanovený cíl práce zvolen vhodný způsob sběru, analýzy a interpretace empirických dat. Součástí metodiky je rovněž popis výzkumného vzorku respondentů, popis a charakteristika zvolených domovů seniorů, ve kterých proběhlo dotazníkové šetření, vymezení časového hlediska výzkumu a limitů výzkumu spojených s realizací předkládané bakalářské práce.

4.1 Výzkumný problém a výzkumný cíl

Před samotnou realizací výzkumu je prvním krokem uvědomění si oblasti a tématu, které bude v bakalářské práci zkoumáno. Následným krokem je vyhledání a studium odborné literatury zaobírající se zvoleným tématem za účelem nalezení mezery ve výzkumu a v návaznosti na mezeru ve výzkumu stanovený výzkumného problému, od kterého se následně odvíjí výzkumný cíl, jehož hlavním posláním je obohatit akademickou obec a odpovědět na otázku, na kterou dosud literatura neodpověděla. (Švaříček a Šedřová, 2007) Výzkumný problém by měl být dostatečně promyšlený, ambiciózní a realizovatelný (Chráška, 2016).

Bakalářská práce je zaměřena na volnočasové aktivity seniorů ve dvou zvolených domovech pro seniory. Téma autorka práce zvolila z důvodů blízkého vztahu k seniorům, velmi často autorka práce navštěvuje zvolené domovy seniorů, pomáhá pracovníkům domovů seniorů. V neposlední řadě autorka práce soucítí v této nelehké době se seniory, kteří jsou odloučení od rodin berou velmi těžce a prostřednictvím vlastní práce hodlá autorka přispět k lepší úrovni a obohacení volnočasových aktivit ve zvolených domovech pro seniory.

Za účelem obsahového obohacení předkládané bakalářské práce je výzkum realizován v Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí a v Domově pro seniory Kosmonautů. Oba domovy pro seniory sídlí v Brně v městské části Starý Lískovec. Výzkumným problémem je zjistit, jakým způsobem senioři tráví volný čas, jaké mají k dispozici volnočasové aktivity, do jaké míry jsou senioři spokojeni s poskytovanými volnočasovými aktivitami.

V návaznosti na stanovený výzkumný problém je stanoven hlavní výzkumný cíl. Hlavním výzkumným cílem předkládaného výzkumu je zmapovat volnočasové aktivity ve dvou zvolených domovech pro seniory v Brně. Záměrem empirického výzkumu je zmapovat, jakým volnočasovým aktivitám se věnují senioři dvou zvolených domovů pro seniory

a jakým způsobem dané volnočasové aktivity korespondují s představami seniorů, do jaké míry jsou senioři spokojeni s dostupnými volnočasovými aktivitami, jaké volnočasové aktivity postrádají, které naopak nemají rádi a musí je plnit z důvodů stanoveným řádem domova pro seniory.

Předmětem zájmu je také úroveň informovanosti seniorů o dostupných volnočasových aktivitách poskytovaných domovem pro seniory. Část výzkumu se zajímá o to, zda jsou senioři pravidelně ze strany zaměstnanců domova pro seniory informováni o možnostech volnočasových aktivit nebo musí sami ze své vlastní iniciativy hledat volnočasové aktivity.

V předkládané bakalářské práci jsou rovněž stanoveny dílčí výzkumné cíle, které mají být prostřednictvím realizace vlastního empirického výzkumu dosaženy. Jedná se o následující výzkumné cíle:

VC 1: Zjistit, jaká je nabídka volnočasových aktivit v domovech pro seniory.

VC 2: Zjistit, jak jsou senioři informováni o volnočasových aktivitách v domovech pro seniory.

VC 3: Zjistit, zda jsou senioři spokojeni s volnočasovými aktivitami v domovech pro seniory.

VC 4: Zjistit, jak senioři hodnotí volnočasové aktivity v domovech pro seniory.

4.2 Výzkumné otázky

Výzkumnými předpoklady pro úspěšné dosažení vytyčeného cíle práce jsou stanovené výzkumné otázky, na které jsou prostřednictvím vlastního kvantitativního výzkumu v podobě dotazníkového šetření hledány odpovědi. Výzkumné otázky vycházejí ze studia odborné literatury a korespondují se zvoleným cílem výzkumu. V návaznosti na výzkumné otázky je vytvořen dotazník předložený cílovým respondentům, jejichž odpovědi slouží k zodpovězení stanovených výzkumných otázek, potažmo dosažení stanoveného výzkumného cíle předkládané bakalářské práce. Součástí práce je jedna hlavní výzkumná otázka a v návaznosti na hlavní výzkumnou otázku jsou stanoveny dílčí výzkumné otázky.

Hlavní výzkumná otázka:

HVO: Jakým způsobem tráví senioři ze dvou zvolených domovů pro seniory nejčastěji svůj volný čas?

Stanovené dílčí výzkumné otázky jsou následující:

DVO 1: Jaká je nabídka volnočasových aktivit ve zvolených domovech pro seniory?

Odpověď na otázku vychází z odpovědí respondentů dotazníkového šetření na položky číslo 6, 8, 9 v dotazníku. Cílem otázky je zmapovat, jakým volnočasovým aktivitám se věnují senioři dvou zvolených domovů pro seniory.

DVO 2: Jakým způsobem hodnotí senioři volnočasové aktivity v domovech pro seniory?

Cílem výzkumné otázky je zjistit, jakým způsobem senioři hodnotí poskytované volnočasové aktivity v domově pro seniory. Odpověď na zvolenou výzkumnou otázku vychází z odpovědí respondentů z otázek číslo 4 a 7 v dotazníkovém šetření.

DVO 3: Jak jsou senioři spokojeni s volnočasovými aktivitami v domově pro seniory?

Úkolem výzkumné otázky je zjistit úroveň spokojenosti seniorů s poskytovanými volnočasovými aktivitami v domově pro seniory. Odpovědi na danou výzkumnou otázku vycházejí z otázky číslo 10, 11 v dotazníkovém šetření.

DVO 4: Jakým způsobem jsou senioři informováni o volnočasových aktivitách v domovech pro seniory?

Účelem výzkumné otázky je zjistit způsoby, kterými se senioři dozvídají o možnostech využití konkrétní volnočasové aktivity, zda jsou pravidelně informováni zaměstnanci domova nebo musí vyvíjet vlastní iniciativu. Odpověď na výzkumnou otázku vychází z odpovědí respondentů v dotazníkovém šetření z otázek číslo 3 a 5.

4.3 Výzkumná metoda

Saunders et al. (2015) v souvislosti s výzkumným řešením zmiňují možnost využití kvalitativní nebo kvantitativní formy výzkumu, možná je rovněž kombinace obou přístupů. Výhoda kvalitativní formy výzkumu spočívá v možnosti hlubšího pochopení tématu, budování nové teorie, efektivnějšího zacílení výzkumu. Nevýhodou kvalitativní formy výzkumu je riziko v podobě nedostatečné validity a reliability výzkumu z hlediska možného zkreslení empirických dat z pohledu respondentů, jelikož kvalitativní výzkum není anonymní. (Švaříček a Šedřová, 2007) Kvalitativní formu výzkumu lze realizovat pomocí rozhovorů nebo focus groups pomocí otevřených otázek (Hendl, 2016).

Kvantitativní výzkum umožňuje zobecnit výsledky na celou populaci, jelikož pracuje s rozsáhlejším výzkumným vzorkem. Kvantitativní výzkum nemá za cíl budovat novou teorii, nýbrž ověřovat současnou úroveň vědeckého poznání či rozšiřovat současné poznání. (Walker, 2013) Předností kvantitativní formy výzkumu je možnost statistického vyhodnocení a numerického vykázání dat získaných pomocí dotazníkového šetření, pozorování nebo experimentu (Chráska, 2016). Anonymita respondentů dotazníkového šetření přispívá k vyšší úrovni validity a reliability nasbíraných primárních empirických dat (Švaříček, 2007).

Po studiu odborné literatury byla zvolena za účelem realizace primárního empirického výzkumu kvantitativní forma výzkumu využitím dotazníkového šetření z důvodů potřeby oslovení většího množství seniorů a zisku primárních empirických dat většího počtu respondentů. Cílem výzkumu není hloubkově zkoumat vliv volnočasových aktivit na seniory a budovat novou teorii z daného tématu, nýbrž zjistit a posoudit volnočasové aktivity seniorů dvou zvolených domovů pro seniory.

Kvantitativní forma výzkumu je spjata s deduktivním přístupem (Chráska, 2016). Deduktivní přístup je vhodné využít v situaci, kdy je známá teorie a cílem výzkumníka je dostupné vědecké poznání blíže konkretizovat nebo ověřovat (Walker, 2013). Nasbíraná primární empirická data jsou konfrontována s rešerší odborné literatury, tzn. že dochází ke srovnání teoretických poznatků s výsledky vlastního výzkumu. Pomocí deduktivní metody je stanoven výstup předkládané bakalářské práce.

Z pohledu časového horizontu má práce podobu průřezové studie, jelikož předkládaný výzkum je zaměřen na získání informací ze strany respondentů, který vychází ze současného pohledu na momentální volnočasové aktivity v daném domově pro seniory. Prostřednictvím dotazníku jsou senioři vyzváni k odpovědím na otázky na základě vlastního vnímání momentálního stavu volnočasových aktivit.

4.4 Tvorba dotazníku

Dotazníkové šetření umožňuje získání potřebných primárních empirických dat. Otázky v dotazníkovém šetření korespondují s cílem výzkumu a výzkumnými otázkami. Kotler a Keller (2016) kladou důraz na tzv. pilotáž, kdy dochází k otestování otázek v dotazníkovém šetření malým vzorkem respondentů za účelem ověření srozumitelnosti. Chráska (2016) doplňuje, že pilotáž ve svém důsledku šetří výzkumníkovi čas a umožňuje sběr validnějších dat, jelikož dochází k větší srozumitelnosti mezi výzkumníkem

a respondenty výzkumu a k eliminaci nevhodných odpovědí důsledkem nepochopení položené otázky.

Rady výše uvedených autorů vycházejících z odborné literatury byly uposlechnuty. Před samotným sběrem primárních empirických dat byla provedena pilotáž s pěti seniory. Pilotáž poskytla informaci o tom, že věkový rozdíl mezi autorkou práce a seniory často vede ke vzájemnému nepochopení nebo odlišnému výkladu otázek. Z tohoto důvodu bylo nutné provést tzv. operacinalizaci výzkumu, kdy na základě podnětů respondentů pilotáže byly vybrány nesrozumitelné nebo víceznačné pojmy, které byly blíže seniorům vysvětleny za účelem dosažení potřebné úrovně vzájemného pochopení. Z podnětů respondentů pilotáže byly upraveny čtyři otázky z dotazníku do podoby lepší srozumitelnosti.

Vzhledem k věku respondentů výzkumu a nízké technické znalosti práce s informačními technologiemi, zejména práci s počítačem a internetem, bylo dotazníkové šetření realizováno klasickou formou tištěných dotazníků. Vzhledem k vládním restriktivním opatřením související s pandemií COVID-19 nebylo možné osobně navštívit zvolené domovy pro seniory. Vytištěné dotazníky byly předány pracovníkům domovů pro seniory. Pracovníci domovů pro seniory vyšli ve všem vstříc, dotazníky předali cílovým respondentům k vyplnění a posléze je vyplněné předali zpět.

Poté přišla na řadu analýza získaných primárních empirických dat. Pro analýzu výsledků výzkumu byl využit softwarový program Microsoft Office Excel. Do uvedeného programu byla přepsána nasbíraná empirická data. Z empirických dat byly posléze vytvořeny potřebné tabulky a grafy. Nasbíraná empirická data byla analyzována zvláště pro oba domovy seniorů, což umožňuje vzájemné srovnání obou zkoumaných domovů pro seniory.

4.5 Výzkumný soubor

V návaznosti na výzkumný problém a sním spojený výzkumný cíl je nezbytné určit výzkumný soubor, který bude zkoumán jako základní výzkumný soubor. Jedná se o soubor respondentů, od nichž jsou žádány určité informace (Chráška, 2016). Vzhledem k povaze výzkumu nelze svévolně oslovit jakékoliv respondenty, nýbrž je pozornost upřena na seniory dvou zvolených domovů pro seniory. Jedná se o výběrový výzkumný soubor zvolený v návaznosti na výzkumný problém a za účelem dosažení stanoveného výzkumného cíle. Správně zvolený výběrový výzkumný soubor je předpokladem větší pravděpodobnosti dobré reprezentace základního výběrového souboru.

Zvolený základní výzkumný soubor předkládané bakalářské práce tvořili všichni senioři Domova pro seniory Mikulášskovo náměstí a Domova pro seniory Kosmonautů ve Starém Lískovci v Brně. Výběr uvedených domovů seniorů byl zvolen na základě znalosti uvedených domovů pro seniory a mé aktivní zapojení v těchto domovech před vypuknutím pandemie COVID-19.

V Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí se podařilo získat empirická data od 61 respondentů výzkumu, zatímco v Domově pro seniory Kosmonautů se podařilo získat pouze 52 odpovědí z dotazníkového šetření. Danou skutečnost lze přisoudit většímu počtu seniorů trpících určitým druhem pokročilé fáze demence, přičemž jejich zdravotní stav jim neumožňuje účastnit se dotazníkového šetření. Celkem se podařilo získat primární empirická data od 113 respondentů, což lze považovat za dostatečně validní vzorek potřebný pro analýzu a následnou interpretaci relevantních výstupů.

4.5.1 Základní informace o Domovech pro seniory

Domov pro seniory Mikulášskovo náměstí má status příspěvkové organizace, jejíž zřizovatelem je Statutární město Brno. Zařízení si zakládá na plnění standardů kvality v sociálních službách. Posláním uvedeného zařízení spočívá ve vytvoření důstojného a bezpečného života seniorům, který kvůli postupné ztrátě soběstačnosti, zhoršenému zdravotnímu stavu nebo věku potřebují pomoc druhé osoby a nemohou zůstat ve svém domácím prostředí. Podpora a pomoc zařízení je nasměrována k individuálnímu uspokojení potřeb seniorů, posilování kontaktů se společenským prostředím a k udržení a rozvoje soběstačnosti seniorů. Motem uvedeného zřízení je „Náš život je barevný“. (mik.brnod.s.cz, 2021)

Domov pro seniory Mikulášskovo náměstí byl vybudován Statutárním městem Brnem za účelem naplnění konceptu rozvoje sociální pomoci v oblasti zajišťování ústavní sociální péče pro seniory. Jedná se o moderní zařízení splňující standardy kvalit sociálních služeb založených na naplňování základních lidských práv a svobod způsobem, který je uveden v Deklaraci základních lidských práv a svobod a které jsou zakotveny v dokumentech České republiky. Do provozu bylo dané zařízení uvedeno 1.12.2003. V současné době disponuje zařízení kapacitou o 120 lůžkách. Cílem zařízení je individuální přístup k respondentům, podpora týkající se udržování kontaktů s rodinou, přáteli a společenským prostředím, podpora v udržování soběstačnosti v oblasti rozumových, smyslových a motorických dovedností a poskytování pocitu bezpečí a jistoty. (mik.brnod.s.cz, 2021)

Domov pro seniory Kosmonautů nese status příspěvkové organizace, přičemž se jedná o pobytové zařízení zřízené Statutárním městem Brnem. Uvedené zařízení svými kvalitami naplňuje standardy kvality sociálních služeb, které jsou založeny na naplňování základních lidských práv a svobod způsobem odpovídajícím v Deklaraci základních lidských práv a svobod a který je zakotven v právních dokumentech České republiky. Uvedené zařízení disponuje zvláštním režimem a je určeno pro klienty s diagnostikovanou stařeckou, Alzheimerovou demencí a ostatními typy demencí, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Služba slouží pro osoby starší 50 let. Posláním zařízení spočívá v poskytování podpory a pomoci seniorům se stařeckou, Alzheimerovou nebo jiným typem demence, kteří již nejsou schopni žít ve svém přirozeném prostředí a vyžadují pravidelnou pomoc jiné osoby. Podpora a pomoc vychází z individuálně určených potřeb jednotlivých klientů, respektuje a zachovává jejich důstojnost a jejich základní lidská práva. (kos.brnod.s.cz, 2021)

Domov pro seniory Kosmonautů je pobytové zařízení sociální péče, které je v souladu se zákonem 108/2006 Sb., o sociálních službách v platném znění. Od 1.1.2007 zařízení poskytuje registrovanou službu Domov se zvláštním režimem. Současná kapacita domova je 119 lůžek. Cílem zařízení je za podpory personálu co nejdéle zachovat schopnosti klienta a udržet jeho soběstačnost, poskytování individuálních a osobních potřeb a podpora při jejich realizaci, pomoc s udržováním sociálních vztahů. (kos.brnod.s.cz, 2021)

4.5.2 Základní informace o respondentech výzkumu

Jak již bylo uvedeno, za účelem navýšení počtu cílových respondentů výzkumu, získání většího množství dat a získání možnosti srovnání dat a následné zobecnění výsledků byly zvoleny dva domovy seniorů, ve kterých proběhlo dotazníkové šetření cílových respondentů. Oslovení s žádostí o vyplnění dotazníku byly všichni respondenti, přičemž nutné je přihlížet zejména k mentálnímu stupni seniorů. Bohužel zdravotní stav některých cílových respondentů neumožnil, aby se zúčastnili dotazníkového šetření a poskytli relevantní informace související s výzkumem.

Autorka práce se rozhodla rozdělit zvlášť výsledky dotazníkového šetření pro Domov pro seniory Mikulášskovo náměstí a Domov pro seniory Kosmonautů, přičemž analýza i interpretace výsledku jsou vedeny zvlášť pro oba domovy pro seniory, což v konečném důsledku umožňuje porovnání obou zařízení. V Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí

se podařilo získat odpovědi do 61 respondentů a v Domově pro seniory Kosmonautů se podařilo získat 52 odpovědí respondentů. Celkový počet odpovědí respondentů je 113.

Úvodní dvě položky z dotazníku se týkaly informací o respondentech za účelem naplnění potřeby zjistit základní informace o respondentech za účelem možného bližšího popisu cílových respondentů. Úvodní dvě otázky dotazníkového šetření se dotazovali na pohlaví a věk cílových respondentů. Výsledky jsou představeny v následujících řádcích.

Tabulka 1 Rozdělení počtu respondentů dotazníkového šetření dle pohlaví a zkoumaného domova pro seniory

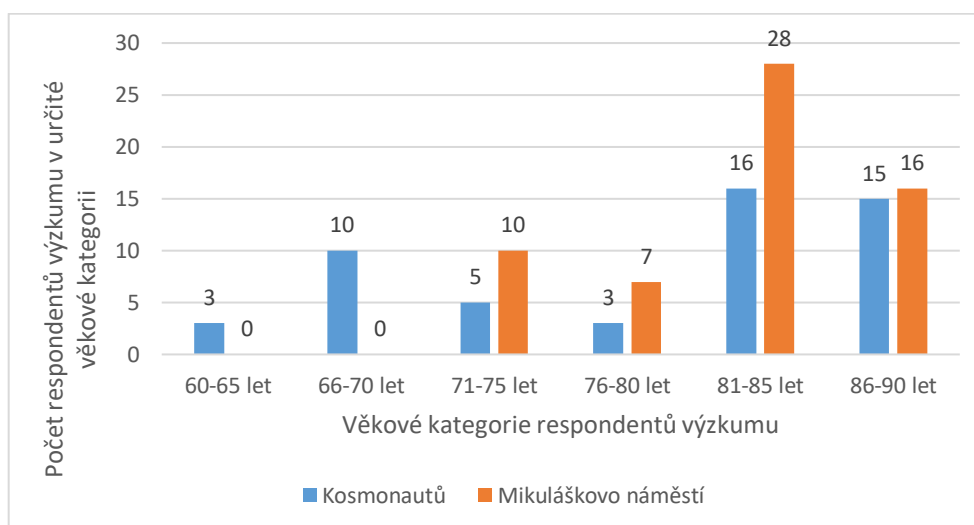
Zařízení/Pohlaví	Muži	Ženy	Celkem
Domov pro seniory Mikulášskovo náměstí	15	46	61
Domov pro seniory Kosmonautů	16	36	52

Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků dotazníkového šetření

Výše přiložená tabulka číslo 1 zobrazuje rozdělení respondentů výzkumu podle pohlaví a podle jednotlivých domovů pro seniory, kde se dotazníkové šetření konalo. Z přiložené tabulky lze vyčíst, že v obou zařízeních převažují významně ženy nad muži. Tuto skutečnost lze do určité míry přičíst faktu, že ženy se dožívají vyššího věku než muži a ve vysokém věku již potřebují pomoc někoho dalšího. Z tabulky číslo 1 lze vyčíst, že z celkového počtu 61 vyplněných dotazníků v Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí je 46 žen a 15 mužů. V Domově pro seniory Kosmonautů dotazník vyplnilo celkově 52 respondentů, z nichž 36 tvoří ženy a 16 muži.

Druhá položka vytvořeného dotazníku se týkala věku respondentů výzkumu. Respondenti měli k dispozici na výběr z více časových pětiletých věkových intervalů, přičemž každý respondent byl vyzván, aby zvolil věkový interval, do kterého se řadí svým věkem. Výsledky jsou vyobrazeny v níže přiloženém grafu 1.

Graf 1 Věk respondentů výzkumu dle jednotlivých domovů pro seniory



Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků dotazníkového šetření

Výše přiložený graf 1 zobrazuje na základě věkových kategorií věk respondentů dotazníkového šetření, přičemž výsledky jsou rozděleny pro jednotlivé domovy seniorů. Modré sloupce zobrazují výsledky pro Domov pro seniory Kosmonautů, zatímco oranžové sloupce zobrazují výsledky pro Domov pro seniory Mikuláškově náměstí. Z grafu 1 lze vyčíst, že největší počet respondentů v obou domovech pro seniory se pohybuje ve věkovém rozpětí 81-85 let. Druhou nejčastěji zastoupenou věkovou skupinou jsou respondenti ve věku 86-90 let. Z grafu 1 lze rovněž vyčíst, že v Domově pro seniory Mikuláškově náměstí se účastnili senioři starší 71 let, což je zapříčiněno skutečností, že uvedené zařízení nepřijímá osoby mladší 70 let. Domov pro seniory Kosmonautů přijímá seniory od 60 let věku, a proto lze v grafu pozorovat, že se výzkumu v tomto zařízení zúčastnilo 13 respondentů ve věkovém rozpětí 60-70 let.

4.6 Limity výzkumu

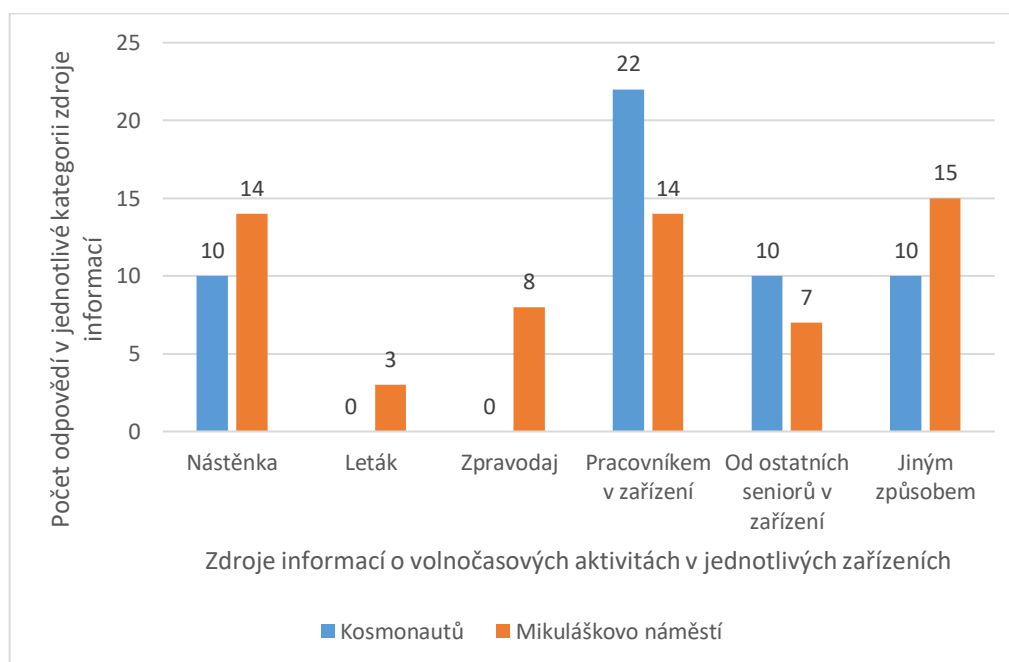
V průběhu zpracování výzkumu se autor nebo autorka setkávají s řadou omezujících faktorů, mezi které Saunders et al. (2015) řadí stanovený rozsah práce, množství dostupné odborné literatury, finanční náklady spojené s realizací výzkumu, časové hledisko. Během realizace výzkumu byla autorka práce omezena zejména nemožností osobního kontaktu s cílovými respondenty výzkumu. Autorka práce byla nucena dotazníky distribuovat přes zaměstnance domovů seniorů, čímž přišla o možnost navázání osobních kontaktů a zisku lepší zpětné vazby týkající se dotazníku.

5 ANALÝZA A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

Předmětem této kapitoly je interpretace nasbíraných a analyzovaných primárních empirických dat kvalitativní formou výzkumu prostřednictvím dotazníkového šetření. Odpovědi respondentů v dotazníku byly zaznamenány do softwarového programu Microsoft Office Excel, kde dle potřeby byly vytvořeny přehledné tabulky a grafy. Součástí předkládané kapitoly je interpretace výsledků primárního empirického výzkumu.

První dvě položky dotazníků se týkaly charakteristiky respondentů, přičemž další položky v dotazníku se již zabývali zvoleným výzkumným problémem. Třetí položka z dotazníku se ptala respondentů výzkumu na zdroje, odkud čerpají informace o dostupných volnočasových aktivitách v zařízení. Výsledné odpovědi respondentů jsou zobrazeny v níže přiloženém grafu 2.

Graf 2 Zdroje informací o volnočasových aktivitách v jednotlivých zařízeních



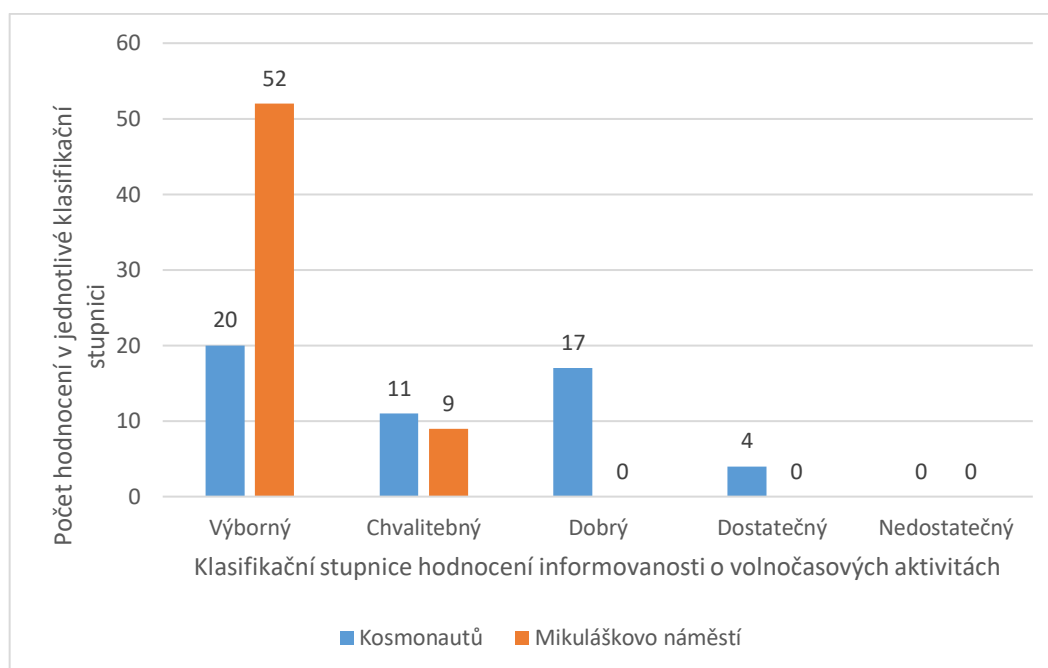
Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

Výše přiložený graf 2 zobrazuje zdroje informací, ze kterých klienti Domovů pro seniory Mikulášskovo náměstí a Kosmonautů mohou čerpat informace o nabízených volnočasových aktivitách. Jednotlivé aktivity jsou opět rozděleny pro každý domov seniorů zvlášť. Z výsledků výzkumu vyplývá, že v Domově pro seniory Kosmonautů nevyžívají jako zdroj informací letáky a zpravodaje, přičemž nejčastěji seniory v tomto zařízení informují o aktualitách pracovníci tohoto zařízení. V Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí využívají veškeré informační zdroje, přičemž nejčastěji se klienti dozvídají informace

z nástěnky, od pracovníků zařízení nebo např. webových stránek a rodinných příslušníků, kteří si uvedené informace zjistí na webových stránkách zařízení a posléze je zatelefonují nebo na osobní návštěvě sdělí seniorům v domově.

Další položka v dotazníku se zabývala hodnocením na stupnici od 1 (výborně) do 5 (nedostatečně) informovanosti o volnočasových aktivitách v domově seniorů. Výsledky dotazníkového šetření jsou přiloženy v grafu 3.

Graf 3 Výsledky hodnocení informovanosti o volnočasových aktivitách v zařízení ze strany respondentů výzkumu

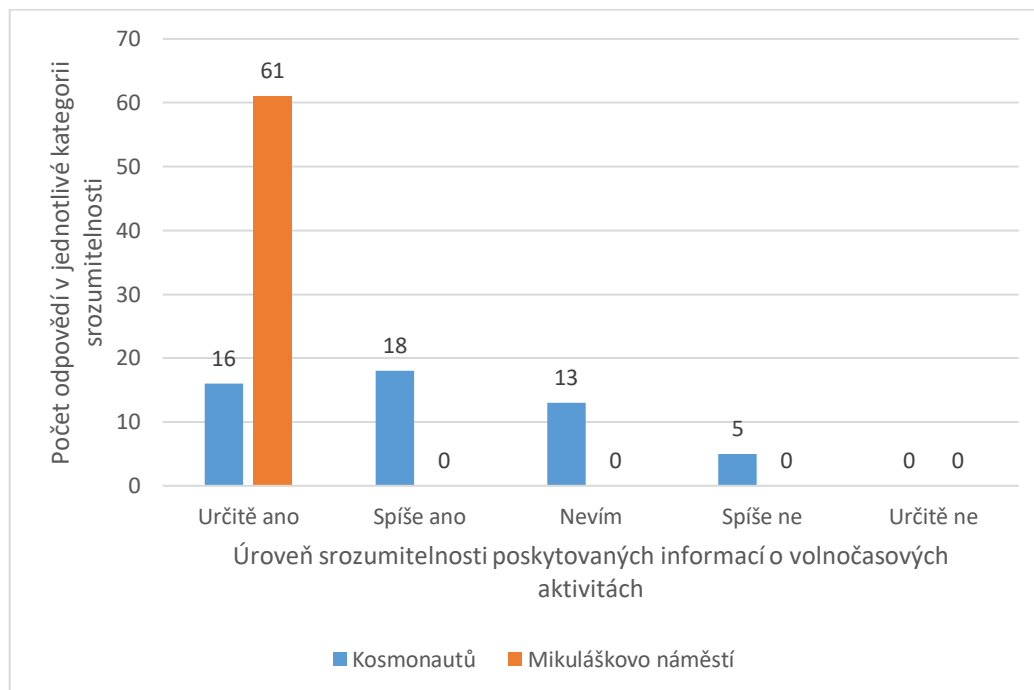


Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

Výše přiložený graf 3 zobrazuje odpovědi respondentů výzkumu na otázku zabývající se hodnocením informovanosti o volnočasových aktivitách v domově seniorů. Z grafu 3 lze vyčíst poměrně odlišnou spokojenost s úrovní informovanosti ve zvolených domovech pro seniory. V Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí hodnotila převážná většina respondentů informovanost o volnočasových aktivitách na výbornou, zbytek respondentů hodnotil chvalitebně. V kontrastu s tímto hodnocením stojí hodnocení respondentů Domova pro seniory Kosmonautů. Respondenti z daného domova pro seniory hodnotí informovanost o volnočasových aktivitách na stupnici 1 až 4, přičemž pouze 1/3 respondentů hodnotí na výbornou, 1/6 respondentů na chvalitebnou, téměř 1/3 respondentů na dobrou a zbytek na dostatečnou. Výsledky výzkumu ukazují, že klienti Domova pro seniory Kosmonautů nejsou spokojeni s informovaností o volnočasových aktivitách a je zde, na rozdíl od druhého domova seniorů, prostor pro zlepšení informovanosti.

Následující položka se týkala hodnocení, ze strany respondentů na stupnici od 1 (určitě ano) do 5 (určitě ne), srozumitelnosti poskytovaných informací o volnočasových aktivitách. Výsledné odpovědi respondentů na položenou otázku jsou zaznamenány v níže přiloženém grafu 4.

Graf 4 Úroveň srozumitelnosti poskytovaných informací o volnočasových aktivitách

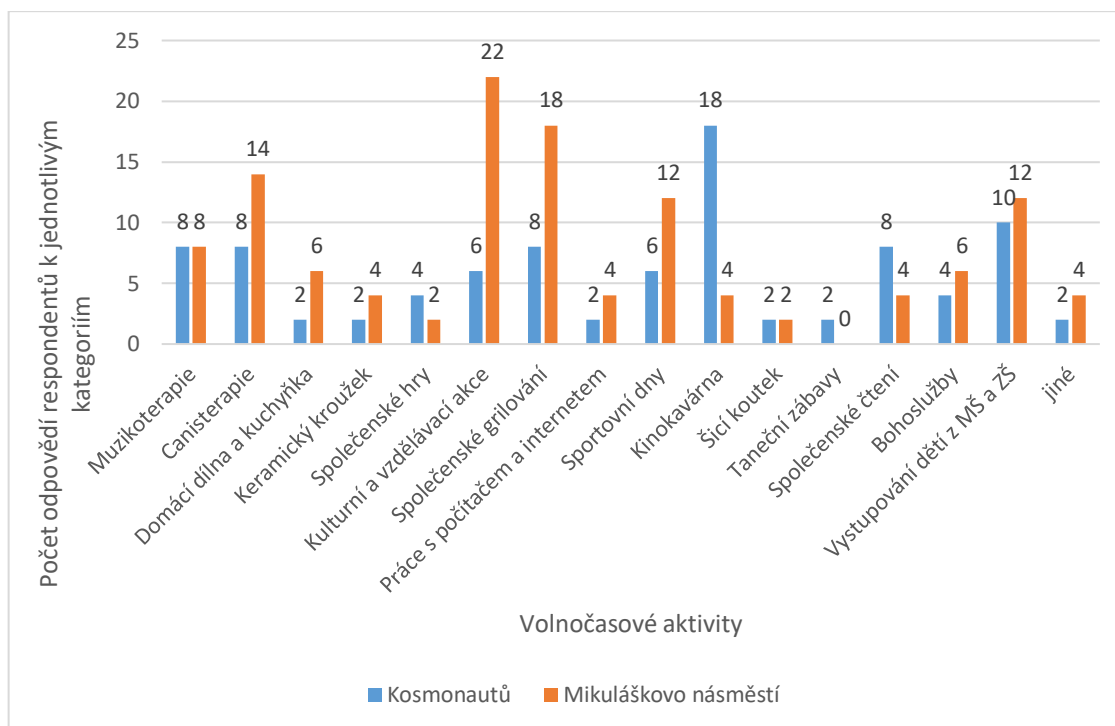


Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

Výše přiložený graf 4 názorně vyobrazuje úroveň srozumitelnosti poskytovaných informací o dostupných volnočasových aktivitách ve dvou zkoumaných domovech důchodců. Zatímco všem respondentům Domova pro seniory Kosmonautů jsou veškeré poskytované informace o volnočasových aktivitách určitě srozumitelné, respondenti Domova pro seniory Mikuláškovo náměstí vnímají srozumitelnost poskytovaných informací rozdílně. Pouze 16 respondentů daného domova pro seniory vnímá poskytované informace zcela srozumitelně, 18 respondentů vnímá informace spíše srozumitelně, 13 respondentů není schopno srozumitelnost poskytovaných informací relevantně posoudit a pro 5 respondentů jsou poskytované informace o volnočasových aktivitách spíše nesrozumitelné.

V následující položce byla zkoumána obliba jednotlivých volnočasových aktivit ve zvolených domovech seniorů. Výsledné odpovědi respondentů týkající se obliby jednotlivých volnočasových aktivit jsou zobrazeny v níže přiloženém grafu 5.

Graf 5 Nejoblíbenější organizované volnočasové aktivity v jednotlivých domovech pro seniory na základě odpovědí respondentů výzkumu



Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

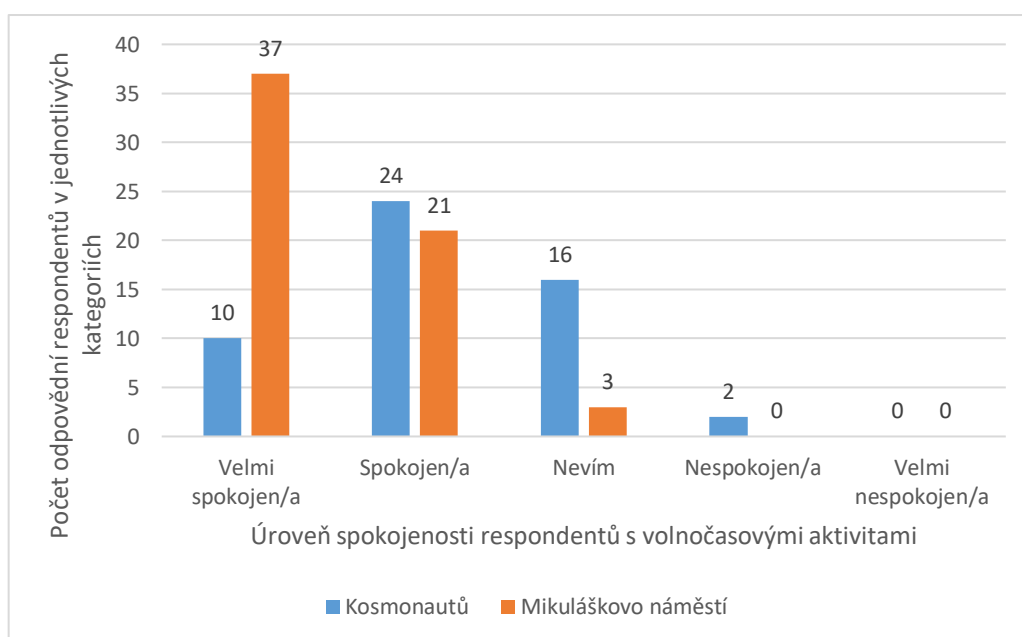
Ve výše přiloženém grafu 5 jsou zobrazeny odpovědi respondentů na otázku týkající se oblíbenosti poskytovaných volnočasových aktivit, přičemž odpovědi jsou opět rozděleny dle domovů seniorů. Z odpovědí respondentů Domova pro seniory Mikuláškovo náměstí vyplývá, že mezi jejich nejoblíbenější volnočasové aktivity patří canisterapie, kulturní a vzdělávací akce, společenské grilování, sportovní dny, vystupování dětí z MŠ a ZŠ. Naopak neatraktivní jsou pro daný vzorek respondentů volnočasové aktivity týkající se taneční zábavy, šití, společenských her. Respondenti Domova pro seniory Kosmonautů považují za nejoblíbenější volnočasové aktivity společenské grilování, kinokavárnu, společenské čtení, vystupování dětí z MŠ a ZŠ. Naopak tento vzorek respondentů nevnímá pozitivním způsobem taneční zábavu, šití, keramický kroužek.

V další položce byli respondenti dotazníkového šetření dotázáni, jaké volnočasové aktivity jim v současné nabídce chybí a rádi by je mezi poskytované volnočasové aktivity zařadili. Naprostá většina respondentů z obou zvolených domovů pro seniory je dle svého vyjádření

spokojena s množstvím poskytovaných volnočasových aktivit. Celkem 5 respondentů by uvítalo možnost návštěvy divadla a 4 respondenti by byli rádi za živé vystoupení na zahradě zařízení, např. kapely, divadla aj.

Následující položka byla zaměřena na úroveň spokojenosti respondentů výzkumu s nabídkou volnočasových aktivit v domovech pro seniory. Výsledné odpovědi jsou zaznamenány v níže přiloženém grafu 6.

Graf 6 Úroveň spokojenosti respondentů výzkumu s nabídkou volnočasových aktivit

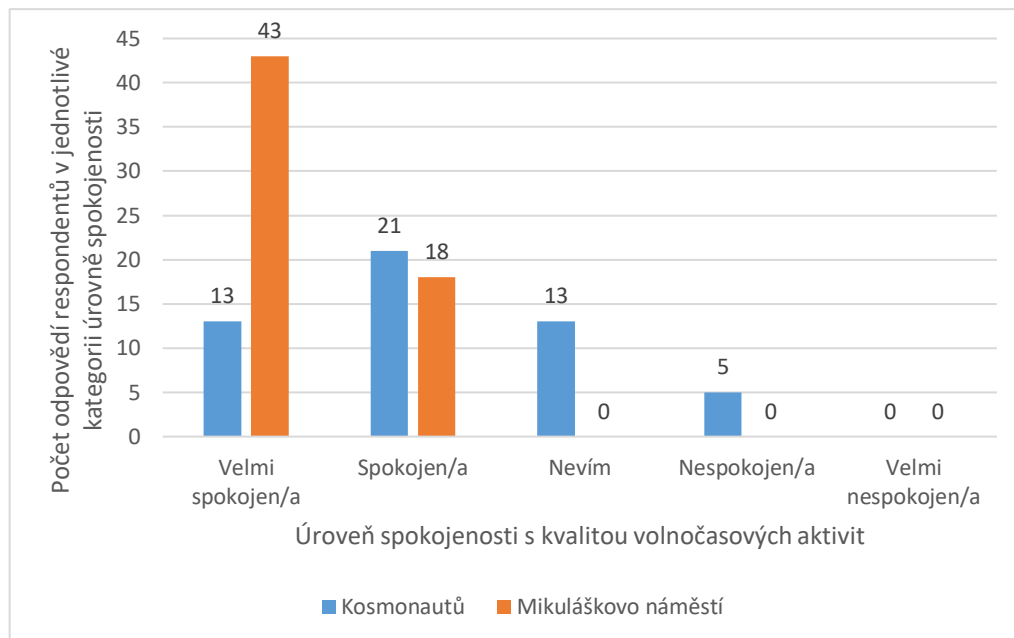


Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

Přiložený graf 6 zobrazuje výsledné odpovědi respondentů výzkumu na otázku týkající se spokojenosti s nabídkou volnočasových aktivit. V případě respondentů Domova pro seniory Mikuláškovo náměstí 37 respondentů je velmi spokojeno s nabídkou volnočasových aktivit, 21 respondentů je spokojeno a tři respondenti nedokážou úroveň své spokojenosti posoudit. Diametrálně odlišné výsledky byly dosaženy u respondentů Domova pro seniory Kosmonautů, kdy velkou spokojenost s nabídkou volnočasových aktivit projevilo pouze 10 respondentů, dalších 24 respondentů je spokojeno s nabídkou, 16 respondentů nedokáže úroveň spokojenosti posoudit a dva respondenti jsou nespokojeni s nabídkou volnočasových aktivit.

Další položka se zabývala úrovní spokojenosti s kvalitou poskytovaných volnočasových aktivit. Výsledky respondentů výzkumu jsou zobrazeny v níže přiloženém grafu 7.

Graf 7 Úroveň spokojenosti s kvalitou volnočasových aktivit v domově pro seniory

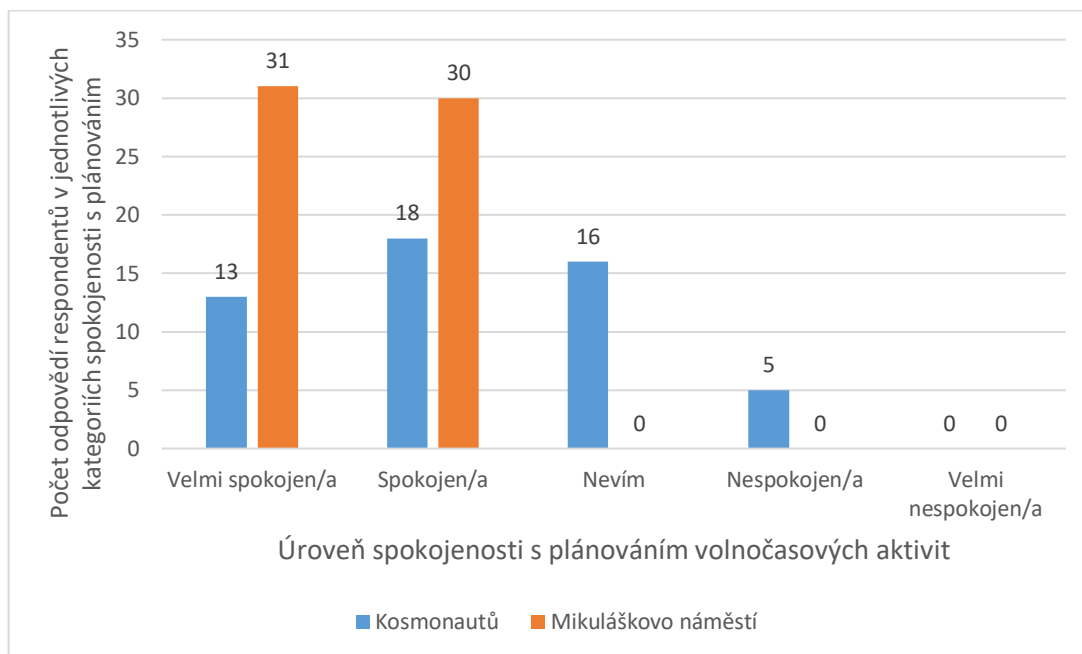


Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

Z přiloženého grafu 7 lze vyčíst, jaká je spokojenost s kvalitou poskytovaných volnočasových aktivit ve dvou zvolených domovech pro seniory. Mezi úrovní spokojenosti s kvalitou volnočasových aktivit u respondentů jednotlivých domovů seniorů je opět rozdíl. V Domově pro seniory Mikuláškově náměstí jsou respondenti s kvalitou poskytovaných volnočasových aktivit z převážné části velmi spokojeni a zbytek respondentů je s kvalitou spokojen. Naopak v Domově pro seniory Kosmonautů pouze 13 respondentů je velmi spokojeno s kvalitou volnočasových aktivit, 21 respondentů je spokojeno, 13 respondentů nedokáže kvalitu posoudit a 5 respondentů je nespokojeno s kvalitou poskytovaných volnočasových aktivit.

Následná položka v dotazníku se týkala úrovně spokojenosti s plánováním volnočasových aktivit. Odpovědi respondentů dotazníkového šetření na danou otázku jsou zobrazeny v grafu 8.

Graf 8 Úroveň spokojenosti s plánováním volnočasových aktivit

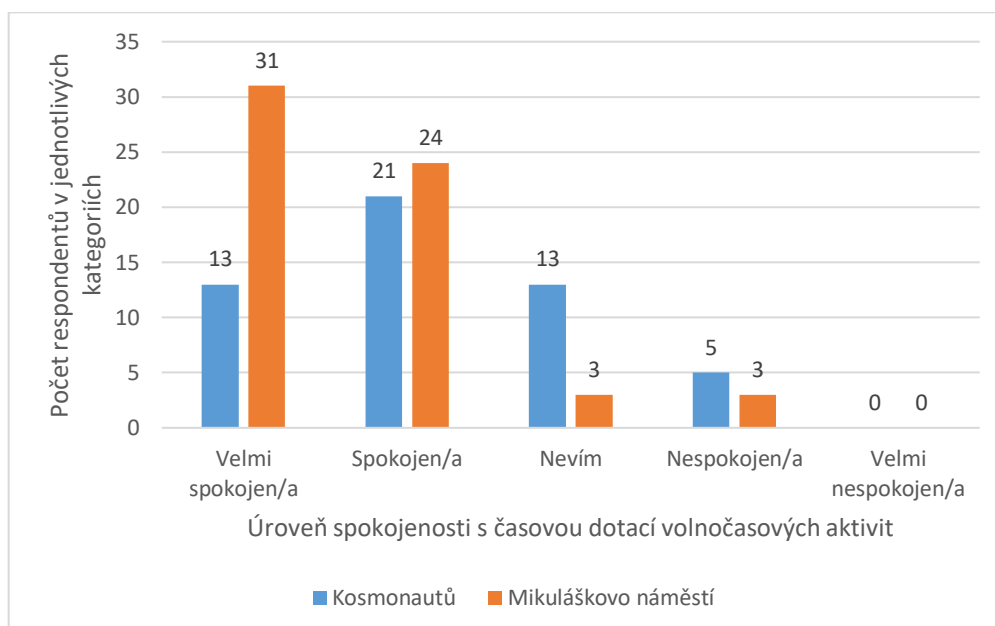


Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

Výše přiložený graf 8 zobrazuje odpovědi respondentů dotazníkového šetření na položku zabývající se úrovní spokojenosti s plánováním volnočasových aktivit. Respondenti Domova pro seniory Mikuláškova náměstí jsou z poloviny velmi spokojeni a z poloviny spokojeni s plánováním volnočasových aktivit. Respondenti Domova pro seniory Kosmonautů mají rozporuplnější pocity ohledně spokojenosti plánování volnočasových aktivit. V daném domově pro seniory je 13 respondentů velmi spokojeno, 18 respondentů je spokojeno, 16 respondentů nedokáže posoudit a 5 respondentů je nespokojeno s plánováním volnočasových aktivit.

Poslední položka dotazníkového šetření byla zaměřena na úroveň spokojenosti s časovou dotací volnočasových aktivit. Výsledné odpovědi respondentů výzkumu jsou zaznamenány v níže přiloženém grafu 9.

Graf 9 Úroveň spokojenosti s časovou dotací volnočasových aktivit



Zdroj: Vlastní zpracování na základě výsledků z dotazníkového šetření

Výše přiložený graf 9 zobrazuje úroveň spokojenosti respondentů výzkumu s časovou dotací volnočasových aktivit. Odpovědi respondentů jsou opět rozděleny na dva sledované domovy pro seniory. V případě Domova pro seniory Mikulášskovo náměstí je 31 respondentů velmi spokojeno, 24 respondentů je spokojeno, 3 respondenti nedokážou posoudit úroveň spokojenosti a 3 respondenti jsou nespokojeni s časovou dotací volnočasových aktivit. Respondenti Domova pro seniory Kosmonautů poskytli poněkud odlišné odpovědi na stejnou otázku. Celkem 13 respondentů výzkumu je velmi spokojeno, 21 respondentů je spokojeno, 13 respondentů nedokáže posoudit míru spokojenosti a 5 respondentů je nespokojeno s časovou dotací volnočasových aktivit.

6 VÝSLEDKY VÝZKUMU A ODPOVĚDI NA VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Předmětem a zároveň výzkumným problémem předkládané bakalářské práce jsou volnočasové aktivity seniorů žijících ve dvou zvolených domovech pro seniory. V návaznosti na zvolený výzkumný problém, byl zvolen výzkumný cíl, tedy zmapování volnočasových aktivit v Domově pro seniory Mikuláškově náměstí a Domově pro seniory Kosmonautů.

V návaznosti na stanovený cíl práce byly vytvořeny čtyři dílčí výzkumné otázky a jedna hlavní výzkumná otázka, na které autorka formou kvantitativního výzkumu prostřednictvím dotazníkového šetření hledala odpověď. Osloveni byli s žádostí o vyplnění krátkého dotazníku všichni obyvatelé dvou zmíněných domovů seniorů. Získané odpovědi respondentů výzkumu byly rozděleny dle jednotlivých domovů seniorů a výsledky dotazníkového šetření interpretovala zvláště pro každý domov seniorů, což rovněž umožňuje mimo jiné provést vzájemné srovnání mezi zvolenými domovy seniorů.

V úvodu dotazníkového šetření byla potřeba získat základní informace o respondentech výzkumu za účelem poznání charakteristiky respondentů a zisku případné možnosti vyřadit dotazníky, které by nebyly vyplněny cílovým respondentem. Úvodní položka dotazníkového šetření se týkala pohlaví respondentů, přičemž bylo zjištěno, že v obou zvolených domovech pro seniory tvoří zhruba 2/3 seniorů ženy. Uvedené zjištění lze přičíst skutečnosti, že ženy se dožívají vyššího průměrného věku než muži a v pozdějším věku jsou kvůli fyzickému nebo psychickému zdraví odkázány na pomoc druhých. Dané tvrzení podporuje také další položka výzkumného šetření, kde bylo dotazováno na jejich věk. Z výzkumu vyplynulo, že největší vzorek respondentů se pohybuje v kategoriích od 80-90 let. V Domově pro seniory Kosmonautů byly i respondenti mezi 60-70 let věku, jelikož dané zařízení se zaměřuje na klienty s určitou formou demence, zatímco v Domově pro seniory Mikuláškově náměstí jsou respondenti starší 70 let.

Prostřednictvím dotazníkového šetření byly osloveni všichni senioři žijící ve dvou uvedených domovech pro seniory, přičemž návratnost dotazníků z Domova pro seniory Mikuláškově náměstí byla v počtu 61 respondentů, zatímco v Domově pro seniory Kosmonautů vyplnilo dotazník pouze 52 respondentů. Metodou dedukce lze tuto skutečnost přičíst faktu, že v Domově pro seniory Kosmonautů jsou senioři s určitou formou demence, která jim neumožňuje vyplnit dotazník, a tak je zde vzorek respondentů nižší. Tato

skutečnost byla dále potvrzena u dalších otázek z dotazníkového šetření. Celkový počet 113 respondentů lze považovat za dosti validní vzorek, prostřednictvím kterého se podařilo zodpovědět stanovené výzkumné otázky a dosáhnout vytyčeného cíle.

Výzkumné otázky:

HVO 1: Jakým způsobem tráví senioři ze dvou zvolených domovů pro seniory nejčastěji svůj volný čas?

Výsledky realizovaného primárního empirického výzkum poukazují na to, že senioři v obou zvolených domovech pro seniory mají k dispozici velké množství volnočasových aktivit, přičemž si mohou zvolit dle vlastní zájmové preference, fyzických i psychických možností. Nabídka volnočasových aktivit se mění a neustále obohacuje. Pracovníci domovů pro seniory dbají na to, aby volnočasové aktivity měly edukativní charakter, přispívali k lepšímu fyzickému i psychickému zdraví. Úkolem volnočasových aktivit je taktéž budování vzájemné soudržnosti, sociálních vazeb, týmové spolupráce. Nejčastěji tráví senioři volný čas procházkami, hraním stolních her, skupinovým cvičením, četbou. Vždy závisí i na pohlaví a preferenci daného seniora.

DVO 1: Jaká je nabídka volnočasových aktivit ve zvolených domovech pro seniory?

Na položenou výzkumnou otázku hledala autorka práce odpověď v dotazníkovém šetření v položkách číslo 6, 8, 9 v dotazníku. Odpovědi respondentů na položku číslo 6 v dotazníkovém šetření lze vidět v příloženém grafu pět. Položka číslo 6 se dotazovala respondentů na oblíbenost realizovaných volnočasových aktivit v domovech pro seniory. Z grafu číslo 5 je patrné, že nabízené množství volnočasových aktivit v obou domovech pro seniory je velmi široké, konkrétní volnočasové aktivity jsou uvedeny v grafu a u každé aktivity je zvlášť pro jednotlivé domovy pro seniory uveden počet respondentů, který má rád danou volnočasovou aktivitu. Z grafu 5 vyplývá, že mezi nejoblíbenější volnočasové aktivity respondentů patří společné grilování, vystupování dětí z MŠ a VŠ aj. Naopak respondenty nebaví společenské hry, šicí kroužek, taneční kroužek aj. Tyto volnočasové aktivity mohou oba domovy pro seniory zrušit a spíše po konzultaci se seniory hledat jiné alternativy vhodné pro volný čas, které nejen seniory zabaví, ale ještě prospějí po fyzické nebo psychické stránce.

Položka číslo 8 v dotazníku se zabývala úrovní spokojenosti s nabídkou volnočasových aktivit ze strany respondentů. Odpovědi respondentů na danou položku byly z hlediska obou domovů seniorů poněkud rozdílné. Zatímco v Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí až

na tři váhající výjimky byly všichni respondenti velmi spokojeni nebo spokojeni s nabídkou volnočasových aktivit, v Domově pro seniory Kosmonautů byla škála odpovědí rozmanitější, což lze metodou dedukce přisoudit opět určitému rozvinutějšímu stupni demence respondentů, která může ovlivnit výsledné odpovědi respondentů. V Domově pro seniory Kosmonautů se 1/3 respondentů vyjádřila neurčitě, tedy dle svých slov není schopna posoudit spokojenost s nabídkou volnočasových aktivit a dokonce 2 respondenti vyjádřili nespokojenost s nabídkou volnočasových aktivit.

Položka číslo 9 v dotazníku se zabírala úrovní spokojeností s kvalitou poskytovaných volnočasových aktivit. Respondenti z Domova pro seniory Mikulášskovo náměstí byli s kvalitou volnočasových aktivit velmi spokojeni nebo spokojeni, zatímco respondenti z Domova pro seniory Kosmonautů ve 13 případech nebyli schopni posoudit spokojenost a v 5 případech vyjádřili nespokojenost s kvalitou poskytovaných volnočasových aktivit. Tato skutečnost je opět přičítána možnému zkreslenému vnímání reality vlivem rozvinutější demence.

Odpovědi respondentů dotazníkového šetření umožnili zodpovědět stanovenou výzkumnou otázku 1. Senioři v obou domovech důchodců mají k dispozici rozmanitou a velmi širokou nabídku volnočasových aktivit, se kterou jsou ve většině případů spokojeni, taktéž jsou respondenti ve většině případů spokojeni s kvalitou volnočasových aktivit. Z pohledu autorky je klíčové, že respondenti mají k dispozici volnočasové aktivity zaměřené na fyzické i psychické zdraví, personál obou zařízení přistupuje k seniorům individuálně a napomáhá jim realizovat jejich zvolenou volnočasovou aktivitu. Uvedené poznatky se shodují s odbornou literaturou od Pávková (2014); Máček a Radvanský (2011), které apelují na to, aby volnočasové aktivity měli jak vzdělávací, tak pohybovou funkci.

DVO 2: Jakým způsobem hodnotí senioři volnočasové aktivity v domovech pro seniory?

Odpovědi na položenou výzkumnou otázku číslo 2 jsou odpovědi respondentů na položky číslo 4 a 7 uvedených v dotazníkovém šetření. Položka číslo 4 v dotazníkovém šetření se týkala hodnocení informovanosti o volnočasových aktivitách ve zvolených domovech pro seniory. Odpovědi respondentů dotazníkového šetření na otázku číslo 4 jsou uvedeny v grafu číslo 3. Respondenti z Domova pro seniory Mikulášskova náměstí v převážné většině hodnotili informovanost na výbornou a 9 respondentů udělilo známku chvalitebnou. Respondenti z Domova pro seniory Kosmonautů hodnotili informovanost o volnočasových aktivitách na škále 1 až 4. Celkem 20 respondentů v inkriminovaném zařízení hodnotilo

informovanost na výbornou, 11 respondentů na chvalitebnou, 17 respondentů na dobrou a 4 respondenti na dostatečnou.

V položce 7 v dotazníku se autorka dotazovala respondentů, jaké volnočasové aktivity jim chybí a chtěli by je realizovat. Většina respondentů je spokojena se současnou širokou nabídkou volnočasových aktivit a dále by nic nepřidávali. Pouze několik respondentů by uvítalo návštěvu divadla, divadelní nebo koncertní vystoupení na zahradě zařízení, které v současné době není kvůli epidemické situaci možné.

Z odpovědí respondentů dotazníkového šetření jednoznačně vyplývá, že respondenti jsou spokojeni s kvalitou a šíří nabídky nabízených volnočasových aktivit. Respondenti oba zmíněné faktory hodnotili vesměs kladně. Rovněž jsou spokojeni s širokou nabídkou volnočasových aktivit, které umožňují posilovat i rozvíjet fyzické i psychické schopnosti seniorů. Široká nabídka kvalitních volnočasových aktivit je velice důležitá i dle Šeráka (2009) a Šafra a Patočkové (2010). Dle názoru autorky práce oba domovy vhodným způsobem nabízejí individuálně svým klientům vhodnou volnočasovou aktivitu, která uspokojuje jejich potřeby a rozvíjí jejich fyzické i mentální schopnosti.

DVO 3: Jak jsou senioři spokojeni s volnočasovými aktivitami v domově pro seniory?

Odpověď na výzkumnou otázku číslo tři byla hledána v odpovědích respondentů výzkumu na položky číslo 10 a 11 v dotazníku. Položka číslo 10 z dotazníku se zbývala úrovní spokojenosti s plánováním volnočasových aktivit a její výsledky jsou zobrazeny v grafu 8. Z grafu je patrné, že opět v Domově pro seniory Mikulášskovo náměstí panuje vyšší spokojenost s úrovní plánování volnočasových aktivit oproti Domovu pro seniory Kosmonautů. V daném zařízení opět panuje nižší spokojenost, a dokonce pět respondentů vyjádřilo nespokojenost, což může být způsobeno horší kvalitou plánování volnočasových aktivit nebo horším mentálním zdravím klientů Domova pro seniory Kosmonautů.

Odpovědi respondentů na položku 11 z dotazníku jsou zobrazeny v grafu 9. Položka se ptala respondentů na jejich spokojenost ohledně časové dotace volnočasových aktivit. Obdobně jako u předchozí otázky, větší úroveň spokojenosti vyjádřili respondenti z Domova pro seniory Mikulášskovo náměstí oproti respondentům z Domova pro seniory Kosmonautů. Pozitivním hlediskem je skutečnost, že vyjma 8 respondentů, které vyjádřili nespokojenost jsou ostatní respondenti spokojeni, případně nejsou schopni posoudit vlastní úroveň spokojenosti s časovou dotací volnočasových aktivit.

Z odpovědí respondentů výzkumu vyplývá, že senioři jsou z převážné většiny spokojeni s kvalitou i časovou dotací volnočasových aktivit. Dané zjištění je velmi pozitivní, zejména dostatečná časová dotace volnočasových aktivit, jelikož Šafr a Patočková (2010) tvrdí, že volnočasové aktivity by měli zaujímat alespoň 1/3 volného času.

DVO 4: Jakým způsobem jsou senioři informováni o volnočasových aktivitách v domovech pro seniory?

Výzkumná otázka číslo 4 se zabývá způsoby informování seniorů o volnočasových aktivitách. Odpověď na danou výzkumnou otázku byla hledána z odpovědí respondentů výzkumu na položky číslo 3 a 5 v dotazníku. V položce číslo 3 se ptala autorka práce respondentů na zdroje informací. Odpovědi respondentů jsou zaznamenány v grafu 2. Respondenti obou zvolených domovů seniorů vypověděli, že nejčastěji získávají informace o volnočasových aktivitách od zaměstnanců, z nástěnky nebo od svých příbuzných, kteří potřebné informace nastudují na webových stránkách domova a posléze tyto informace telefonicky předají seniorovi.

V položce číslo 5 v dotazníku se autorka práce zajímala o srozumitelnost informací o volnočasových aktivitách. Výsledné odpovědi respondentů jsou zaznamenány v grafu 3. Při pohledu do grafu je vidět odlišná úroveň srozumitelnosti poskytovaných informací i jednotlivých domovů pro seniory. V Domově pro seniory Mikuláškovo náměstí všichni respondenti vnímají srozumitelně poskytované informace, zatímco v Domově pro seniory Kosmonautů je úroveň srozumitelnosti informací o volnočasových aktivitách nižší, přičemž 5 respondentů se vyjádřilo kriticky ke srozumitelnosti informací o volnočasových aktivitách. Daná skutečnost může být zapříčiněna horší informovaností nebo i horším mentálním stavem seniorů v Domově pro seniory Kosmonautů.

Pozitivní je, že senioři ve zkoumaných domovech mají dostatečné množství informací o volnočasových aktivitách, dostatečné množství kanálů a poskytnuté informace jsou pro ně většinou srozumitelné.

V návaznosti na hlavní výzkumný cíl byly stanoveny čtyři dílčí výzkumné cíle, kterých bylo dosaženo pomocí sběru, analýzy a interpretace primárních empirických dat z dotazníkového šetření. Z odpovědí respondentů vyplynulo, že mají k dispozici dostatečné množství volnočasových aktivit, které plní edukativní, pohybovou aj. funkce. Dané zjištění je v souladu s Kalvach (2004) a Šerák (2009), které apelují na to, aby volnočasové aktivity

napomáhali udržovat a rozvíjet psychické i fyzické zdraví. Rovněž bylo zjištěno, že respondenti výzkumu mají dostatečné množství informací o volnočasových aktivitách, které jsou jim předávány ve většině případů srozumitelným způsobem, kdy respondenti vědí, co mohou od dané aktivity očekávat a jaký má pro ně aktivita přínos. Z výzkumu rovněž vyplývá, že senioři jsou až na pár výjimek spokojeni s časovou dotací volnočasových aktivit, což je důležité dle Šafra a Patočkové (2010), jelikož volnočasové aktivity by měli tvořit alespoň 1/3 volného času. Respondenti rovněž vyjadřovali spokojenost s kvalitou volnočasových aktivit.

Velkým pozitivem je z pohledu autorky skutečnost, že oba domovy pro seniory plní své poslání, funkce a účel, pro které byly zřízeny a řídí se Zákonem č. 108/2006 Sb. Respondenti na všechny položené otázky odpověděli ve většině případů pozitivně, což značí dobře odvedenou práci ze strany zaměstnanců zařízení i Statutárního města Brna, které je zřizovatelem obou domovů pro seniory a vytváří důležité zázemí a možnost pro seniory důstojným způsobem prožít závěr svého života.

Z hlediska doporučení do praxe autorka práce doporučuje zvoleným domovům pro seniory pokračovat v nastalém trendu, neustále zjišťovat potřeby a přání klientů domovů pro seniory, poskytovat volnočasové aktivity, které budou seniorům koníčkem, ale i prevencí proti fyzickým i psychickým onemocněním. Nabídka volnočasových aktivit by měla být dostatečně pestrá a edukativní a měla by vyhovovat potřebám seniorů. Vzhledem k povaze výzkumu nejsou výsledky práce zobecnitelné pro všechny domovy seniorů v České republice. Ačkoliv výsledky výzkumu korespondují z převážné většiny s výsledky jiných empirických výzkumů publikovaných v odborné literatuře, autorka nehodlá zobecňovat závěry a doporučení pro všechny Domovy pro seniory. Doporučení pro praxi jsou koncipována pro da zvolené a analyzované Domovy pro seniory.

ZÁVĚR

Cílem předkládané bakalářské práce bylo zmapovat volnočasové aktivity v Domovech pro seniory Mikulášskovo náměstí a Kosmonautů, zjistit šíři nabídky volnočasových aktivit a spokojenost s volnočasovými aktivitami ze strany respondentů výzkumu. V návaznosti na uvedený hlavní cíl práce byly stanoveny 4 dílčí cíle práce, v návaznosti, na které autorka práce následně stanovila jednu hlavní a 4 dílčí výzkumné otázky. Odpovědi byly hledány prostřednictvím kvantitativní formy výzkumu pomocí dotazníkového šetření s respondenty zmíněných domovů pro seniory. Celkově se podařilo získat odpovědi od 113 respondentů, což lze považovat za dostatečně velký vzorek empirických dat zaručujících validitu předkládaného výzkumu.

Přínos práce spočívá ve vytvořeném dotazníkovém šetření, sběru, analýze a interpretaci primárních empirických dat, které jsou následně diskutovány v komparaci s odbornou literaturou. Prostřednictvím vlastního výzkumu se podařilo zodpovědět vytyčené výzkumné otázky a dosáhnout hlavního výzkumného cíle i dílčích výzkumných cílů výzkumu.

Mezi nejvýznamnější zjištění patří skutečnosti, že respondenti výzkumu jsou spokojeni s kvalitou, informovaností, množstvím poskytovaných volnočasových aktivit. Respondenti vyjádřili spokojenost s množstvím informačních kanálů a úrovní srozumitelnosti s informacemi o volnočasových aktivitách. Rovněž respondenti v převážné většině jsou spokojeni s časovou dotací volnočasových aktivit. Pozitivní zprávou je, že oba domovy pro seniory plní své funkce, pro které jsou zřízeny a napomáhají seniorům žít důstojný závěr svého života.

V případě srovnání odpovědí respondentů Domova pro seniory Mikulášskovo náměstí s respondenty Domova pro seniory Kosmonautů lze nalézt určité rozdíly v odpovědích. Respondenti z Domova pro seniory Mikulášskovo náměstí projeví ve všech otázkách mnohem větší míru spokojenosti s volnočasovými aktivitami, zatímco respondenti Domova pro seniory Kosmonautů projeví menší spokojenost a v některých případech i nespokojenost s volnočasovými aktivitami. Daná skutečnost může být zapříčiněna horší kvalitou poskytovaných volnočasových aktivit, na které by se měl případně domov zaměřit. Příčinou může být rovněž horší mentální zdraví respondentů, které může vést ke zkreslení odpovědí.

Vzhledem ke skutečnosti, že sběr primárních empirických dat proběhl pouze ve dvou domovech pro seniory v Brně v městské části Starý Lískovec, jejichž zřizovatelem je

Statutární město Brno, lze konstatovat, že výsledky výzkumu nejsou zobecnitelné pro všechny domovy seniorů v České republice. Z důvodů blízké podobnosti odpovědí respondentů výzkumu lze dedukovat, že výsledky práce lze zobecnit pouze na domovy seniorů, které jsou zřizovány Statutárním městem Brnem.

V návaznosti na předkládaný výzkum doporučuje autorka práce další empirický výzkum realizovat kvalitativní formou pomocí polostrukturovaného rozhovoru se seniory, kdy jádro výzkumu se bude týkat přínosu volnočasových aktivit z hlediska vzdělávací a pohybové hodnoty.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

ČELEDOVÁ, Libuše, Zdeněk KALVACH a Rostislav ČEVELA. *Úvod do gerontologie*. Charles University in Prague, Karolinum Press, 2016. ISBN 978-80-246-3405-0.

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů*. Grada Publishing as, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum*. Základní teorie, metody a aplikace. Vyd. 4. Praha: Portál. 2016. ISBN. 978-80-262-0982-9.

HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4697-5.

HOŠKOVÁ, Blanka, Simona MAJEROVÁ a Pavlína NOVÁKOVÁ. *Masáž a regenerace ve sportu*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2010. ISBN: 978-80-246-1767-1.

HROZENSKÁ, Martina a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Sociální péče o seniory*. Grada Publishing as, 2013. ISBN 978-80-247-4139-0.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: Základy kvantitativního výzkumu, 2., aktualizované vydání*. Grada Publishing as, 2016. ISBN 978-80-247-5326-3.

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

KALVACH, Zdeněk, Zdeněk ZADÁK, Roman JIRÁK, Helena ZAVÁZALOVÁ a Petr SUCHARDA. *Geriarie a gerontologie*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN: 80-247-0548-6.

KAVANOVÁ, Alica a Štefan CHUDÝ. *Výchova a volný čas: vybrané kapitoly z pedagogiky volného času*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2005. ISBN 80-7318-266-1.

KNOTOVÁ, Dana. *Pedagogické dimenze volného času*. Paido, 2011. ISBN 978-80-7315-223-9.

KOTLER, Philip a Kevin Lane KELLER. *Marketing management. 15 global edition*. Boston: Pearson, 2016. 714, 14. ISBN 978-12-920-9262-1.

KRATOCHVÍLOVÁ, Eva. *Pedagogika volného času, sociální pedagogika a sociální práce*. Pedagogická revue, 2001, R. 53., č.5, s. 415 – 424. ISSN 1335 – 1982.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Grada Publishing as, 2011. ISBN 978-80-247-7046-8.

MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN: 978-80-247-3148-3.

MATOUŠEK, Oldřich. *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Portál. 2011. ISBN. 978-80-262-0041-3

MÁČEK, Miloš a Jiří RADVANSKÝ. *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. 1. vydání. Praha: Galén, 2011. ISBN: 978-807262-695-3.

NĚMEC, Jiří, Martina VODIČKOVÁ a Petra MÁJKOVÁ. *Výzkum zaměřený na volný čas*. Masarykova univerzita Katedra sociální pedagogiky PdF MU, 2010. ISBN 978-80-210-5391-5.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. 2014. ISBN. 978-80-7290-666-6.

PETROVÁ, Marcela. *Šedivějící hodnoty?: aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Masarykova univerzita, 2014. ISBN 978-80-210-6310-5.

RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. Masarykova univerzita, 2012. ISBN 978-80-210-4779-2.

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

SAUNDERS, Mark, Philip LEWIS a Adrian THORNHILL. *Research methods for business students*. 7th ed. New York: Pearson Education, 2015. ISBN: 978-12-920-1662-7.

SPOUSTA, Vladimír, Libor HŘEBÍČEK, Evžen ŘEHULKA, Jarmila FALTÝSKOVÁ a Dana KNOTOVÁ. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Masarykova univerzita v Brně, 1996. ISBN 978-1-78052-710-9.

ŠAFR, Jiří a Věra PATOČKOVÁ. Trávení volného času v České republice ve srovnání s evropskými zeměmi. *Naše společnost (Our Society)*, 2010, 2.8: 21-27.

ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. 1. vydání, Praha: Portál, 2009. 207 s. ISBN: 978-80-7367-551-6

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů*. Geragogika a gerontodidaktika. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5446-8.

ŠTĚPÁNKOVÁ, Hana, Cyril HÖSCHL a Lucie VIDOVIČOVÁ. *Gerontologie: současné otázky z pohledu biomedicíny a společenských věd*. Charles University in Prague, Karolinum Press, 2015. ISBN 978-80-246-2628-4.

ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. PORTÁL sro, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.

ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. *Učební materiály pro kvalitativní výzkum v pedagogice*. Masarykova univerzita, 2007. ISBN 978-80-210-4359-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum. 2007. ISBN. 978-80-246-1318-5.

WALKER, Ian. *Výzkumné metody a statistika*. Grada Publishing as, 2013. ISBN 978-80-247-3920-5.

Internetové zdroje

DOMOV PRO SENIORY KOSMONAUTŮ. *O nás*. 2021. Dostupné z: <https://www.kos.brnodes.cz/o-nas>.

DOMOV PRO SENIORY MIKULÁŠKOVO NÁVMĚSTÍ. *O nás*. 2021. Dostupné z: <https://www.mik.brnodes.cz/o-nas>.

Zákony

ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách (zákon o sociálních službách). In: Sbíрка zákonů České republiky. 2006, částka 37, s. 1257-1289. ISSN 1211-1244. Dostupný také z:

<https://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/ViewFile.aspx?type=c&id=4883>

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Aj. A jiné

MŠ Mateřská škola

Např. Například

ZŠ Základní škola

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 Věk respondentů výzkumu dle jednotlivých domovů pro seniory.....	34
Graf 2 Zdroje informací o volnočasových aktivitách v jednotlivých zařízeních.....	35
Graf 3 Výsledky hodnocení informovanosti o volnočasových aktivitách v zařízení ze strany respondentů výzkumu.....	36
Graf 4 Úroveň srozumitelnosti poskytovaných informací o volnočasových aktivitách	37
Graf 5 Nejoblíbenější organizované volnočasové aktivity v jednotlivých domovech pro seniory na základě odpovědí respondentů výzkumu.....	38
Graf 6 Úroveň spokojenosti respondentů výzkumu s nabídkou volnočasových aktivit	39
Graf 7 Úroveň spokojenosti s kvalitou volnočasových aktivit v domově pro seniory	40
Graf 8 Úroveň spokojenosti s plánováním volnočasových aktivit	41
Graf 9 Úroveň spokojenosti s časovou dotací volnočasových aktivit.....	42

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Rozdělení počtu respondentů dotazníkového šetření dle pohlaví a zkoumaného domova pro seniory.....	33
--	----

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazníkové šetření	58
--	----

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

Vážení klienti,

jmenuji se Erika Nežilová a jsem studentkou 3. ročníku Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně v oboru sociální pedagogika. Vaše zařízení poměrně dobře znám, jelikož pracuji na Úradě městské části Brno - Starý Lískovec a do Vašeho zařízení pravidelně docházím. V mé závěrečné bakalářské práci bych chtěla zjistit, jak jste trávili svůj volný čas, **před veškerým omezením souvisejícím s COVID-19**. Touto cestou bych Vás chtěla požádat o vyplnění jednoduchého dotazníku. Prosím Vás o zakroužkování jedné odpovědi, pokud nebude uvedeno jinak. Dotazník je anonymní a je určen zcela ke studijním účelům.

Předem Vám děkuji za vstřícnost a za Váš čas k vyplnění tohoto dotazníku a uvedení pravdivých údajů.

1) Jaké je Vaše pohlaví?

- a) MUŽ
- b) ŽENA

2) V jaké jste věkové kategorii?

- a) 60-65 let
- b) 66-70 let
- c) 71-75 let
- d) 76-80 let
- e) 81-85 let
- f) 86-90 let

3) Jakou formou jste informováni o volnočasových organizovaných aktivitách ve Vašem zařízení? (Můžete vybrat více možností).

- a) nástěnka
- b) leták
- c) zpravodaj
- d) pracovníkem v zařízení
- e) od ostatních seniorů v zařízení
- f) jiným způsobem (vypište).....

4) Jak byste ohodnotili informovanost o organizovaných volnočasových aktivitách, které Vám nabízí Vaše zařízení? Ohodnoťte informovanost jako ve škole. (Zakroužkujte jednu možnost).

- a) výborný
- b) chvalitebný
- c) dobrý
- d) dostatečný
- e) nedostatečný

5) Jsou Vám podávány informace o organizovaných volnočasových aktivitách, které můžete provozovat ve Vašem zařízení srozumitelně? (Zakroužkujte jednu možnost).

- a) určitě ano
- b) spíše ano
- c) nevím
- d) spíše ne
- e) určitě ne

6) Kterých organizovaných volnočasových aktivit ve Vašem zařízení se nejraději zúčastňujete? (Můžete vybrat více odpovědí).

- 1) muzikoterapie
- 2) canisterapie
- 3) domácí dílna a kuchyňka
- 4) keramický kroužek
- 5) společenské hry (karty, deskové hry)
- 6) kulturní a vzdělávací akce (koncerty, přednášky, besedy, ...)
- 7) společné grilování
- 8) práce s počítačem a internetem
- 9) sportovní dny (výlety, ...)
- 10) kinokavárna
- 11) šicí kroužek
- 12) taneční zábavy
- 13) společné čtení
- 14) bohoslužby
- 15) vystupování dětí z MŠ a ZŠ
- 16) jiné (vypište).....

7) Vypište, které organizované volnočasové aktivity Vám v zařízení chybí a rádi byste je uvítali.

.....

8) Jste spokojen/a s nabídkou organizovaných volnočasových aktivit, které Vám nabízí Vaše zařízení? (Zakroužkujte jednu možnost).

- a) velmi spokojen/a
- b) spokojen/a
- c) nevím, nemohu posoudit
- d) nespokojen/a
- e) velmi nespokojen/a

9) Jste spokojen/a s kvalitou organizovaných volnočasových aktivit, které Vám nabízí Vaše zařízení? (Zakroužkujte jednu možnost).

- a) velmi spokojen/a
- b) spokojen/a
- c) nevím, nemohu posoudit
- d) nespokojen/a
- e) velmi nespokojen/a

10) Jste spokojen/a s plánováním organizovaných volnočasových aktivit, které Vám nabízí Vaše zařízení? (Zakroužkujte jednu možnost).

- a) velmi spokojen/a
- b) spokojen/a
- c) nevím, nemohu posoudit
- d) nespokojen/a
- e) velmi nespokojen/a

11) Jak jste spokojen/a s časovou dotací organizovaných volnočasových aktivit, které Vám nabízí Vaše zařízení? (Zakroužkujte jednu možnost).

- a) velmi spokojen/a
- b) spokojen/a
- c) nevím, nemohu posoudit
- d) nespokojen/a
- e) velmi nespokojen/a