

Kvalita života klientů v Domově pro seniory Hnojník

Lenka Žuková

Bakalářská práce
2010



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Ústav pedagogických věd
akademický rok: 2009/2010

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Lenka ŽUKOVÁ**
Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Kvalita života klientů v Domově pro seniory Hnojník**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti kvality života seniorů.
Příprava metodiky výzkumné části.
Realizace kvalitativního výzkumu v Domově pro seniory Hnojník.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

HOLMEROVÁ, I.; JURAŠKOVÁ, B; ZIKMUNDOVA, K. Vybrané kapitoly z gerontologie. 2. doplněné vydání. Praha: Česká alzheimerská společnost, 2003. ISBN 80-86541-12-6.
MIOVSKÝ, Michal. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1362-4.
PACOVSKÝ, Vladimír. O stárnutí a stáří. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 08-006-91.
PETŘKOVÁ, A. Gerontagogika -- úvod do teorie a praxe edukace seniorů. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-244-0879-1.
RHEINWALDOVÁ, Eva. Novodobá péče o seniory. 1. vyd. Praha: Grada, 1999. ISBN 80-7169-828-8.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Eva Šalenová

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

18. ledna 2010

Termín odevzdání bakalářské práce:

7. května 2010

Ve Zlíně dne 18. ledna 2010



prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.
děkan



Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.
vedoucí katedry

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 Zlíně3.5.2010.....

.....Šuková, Lenka.....

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 nevydělěčně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudku oponentů a výsledku 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 nahlázení 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 výtisky, 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 udělení svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nechatčeno.

(2) Nem-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo učit 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 jim 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 přihlíží k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Cílem a snahou mé bakalářské práce je zjistit kvalitu života ze subjektivního pohledu seniorů žijících v Domově pro seniory v Hnojníku.

V teoretické části popisuji pojmy týkající se stáří a stárnutí, dále pak uvádím změny ve stáří, se kterými se senioři musejí vyrovnávat. Pozornost věnuji i celkové kvalitě života, ale i té individuální.

Praktickou část zaměřím na charakteristiku domova pro seniory a především analýzu získaných dat.

Klíčová slova: senior, stáří, kvalita života, zdraví, domov pro seniory

ABSTRACT

The goal and aim of my thesis is to determine the quality of life from a subjective point of view seniors living in the Home for the elderly in Hnojník.

It deals with concepts related to age and aging, also present the changes in old age, which the seniors have to deal with. Pay attention to the overall quality of life, but also the individual.

The practical part will focus on the characteristics of home for the elderly and especially the analysis of collected data.

Keywords: senior, old age, quality of life, health, a home for elderly

Motto:

„Štěstí je poznat v mládí přednosti stáří a stejné štěstí je udržet si ve stáří přednosti mládí.“

Johann Wolfgang von Goethe

Ráda bych poděkovala Mgr. Evě Šalenové za cenné rady, připomínky a vedení při psaní mé bakalářské práce.

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

OBSAH

ÚVOD	9
I TEORETICKÁ ČÁST	10
1 ÚVOD DO OBLASTI STÁŘÍ A STÁRNUTÍ	11
1.1 SENIOR	12
1.2 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ	13
1.2.1 Stárnutí české populace	16
1.3 AGEISMUS	17
2 ZMĚNY VE STÁŘÍ	20
2.1 TĚLESNÉ ZMĚNY VE STÁŘÍ	20
2.2 PSYCHICKÉ ZMĚNY VE STÁŘÍ	21
2.3 ZMĚNY POSTOJŮ A SOCIÁLNÍHO CHOVÁNÍ STARÝCH LIDÍ	22
2.3.1 Odchod do důchodu	23
3 KVALITA ŽIVOTA	25
3.1 INDIVIDUÁLNÍ KVALITA ŽIVOTA	27
II PRAKTICKÁ ČÁST	28
4 VÝZKUM	29
4.1 VYMEZENÍ VÝZKUMNÉHO PROBLÉMU	29
4.2 CÍLE KVALITATIVNÍHO VÝZKUMU	29
4.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR	30
4.3.1 Charakteristika Domova pro seniory v Hnojníku.....	31
4.4 METODY VÝZKUMU	33
4.4.1 Otázky k rozhovorům	33
4.5 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT	34
5 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT	36
6 SHRNU TÍ	50
ZÁVĚR	52
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	53
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	55
SEZNAM PŘÍLOH	56

ÚVOD

Kvalita života seniorů patří mezi důležitou oblast a ne zanedbatelnou ve vztahu k seniorům. S významně narůstajícím počtem starších obyvatel České republiky je nutné se kvalitou života aktivně zabývat, abychom našim občanům mohli zajistit spokojené a důstojné stáří. Je důležité znát různé faktory, které jej ovlivňují a hrají tak důležitou roli v životě lidí.

Významný je především zdravotní stav, který úzce souvisí s dalšími oblastmi lidských životů. Když se zeptáte seniorů, co by si přáli do budoucna, často se setkáte s odpovědí, že chtějí být hlavně zdraví, protože, když jste zdraví, to ostatní už není tak podstatné. Je-li člověk nemocný, prioritou pro něho je se uzdravit, aby se opět mohl radovat ze života se vším, co k němu patří. Velké nebezpečí může nastat tehdy, stane-li se senior závislý na pomoci druhé osoby, tím se výrazně sníží jeho soběstačnost a pocit svobody.

Důležité je i materiální zabezpečení, také rodinná situace (například přítomnost partnera, ochota dětí a příbuzných o seniora pečovat), kvalita bydlení, dostupnost zdravotně sociálních a jiných služeb, udržení sociálních kontaktů.

Pohled na kvalitu života se liší se subjektivním vnímáním každého jedince na svůj život, co od něj očekává, jak je s ním spokojený či není. Velký vliv na vnímání života mají i postoje, názory a hodnoty, ale také trávení volného času a životní styl. Nepříznivý jevem může být osamělost, kdy senior odchodem do důchodu omezil kontakty s kolegy a kolegyněmi ze zaměstnání nebo ztratil svého partnera, na kterého byl dlouho zvyklý.

Cílem mé práce bude zjistit úroveň kvality života seniorů v konkrétním Domově pro seniory v Hnojníku.

V teoretické části se zaměřím na vysvětlení pojmů z oblasti gerontologie, celou kapitolu budu věnovat kvalitě života.

V praktické části uvedu charakteristiku Domova pro seniory v Hnojníku a budu analyzovat uskutečněné rozhovory s klienty. Doufám, že se mi podaří najít souvislosti, které mohou přispět ke zvýšení kvality života v tomto zařízení.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 ÚVOD DO OBLASTI STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Gerontologie – je věda o stárnutí a stáří (odvozeno z řeckého gerón – stařec, logos – slovo), která začala být uznávána jako samostatný interdisciplinární vědní obor od roku 1939. V tomtéž roce bylo založeno Mezinárodní sdružení pro výzkum stárnutí. Důležitým mezníkem pro další rozvoj gerontologie byl rok 1950, kdy vznikla Mezinárodní gerontologická společnost. Ta v pozdějších letech iniciovala vědecko-výzkumné a společensko-mobilizační aktivity související s procesem stárnutí a stáří (Čornaničová, Petřková, 2004).

Podle Z. Kalvacha (In Čornaničová, Petřková, 2004) se současná gerontologie člení do tří hlavních proudů:

- experimentální (biologická) gerontologie – která se zabývá příčinami a mechanismy stárnutí živých organismů
- sociální gerontologie – věnuje se vzájemným vztahům mezi starým člověkem a společností
- klinická gerontologie – zkoumá zvláštnosti zdravotního stavu a nemoci ve stáří, aspektům jejich výskytu, klinický obraz, průběh léčby i sociální souvislosti

Uvádím zde také definici **gerontosociologie**, což je aplikovaná sociologická disciplína, protože se domnívá, že úzce souvisí s touto problematikou. Často se gerontosociologie a sociální gerontologie užívají jako totožné pojmy.

Velký sociologický slovník vymezuje gerontosociologii jako vědu zabývající se: „*Stářím a stárnutím jako sociálními kategoriemi, které modifikují svůj obsah podle společenského a kulturního kontextu, a specificky pak skupinami tzv. starých lidí, jejich vnitřními problémy i jejich vztahem k jiným skupinám a pozicí ve společnosti*“ (In Sýkorová, 2007, s. 19).

Se stářím má také spojitost **geriatrie** (z anglického geriatrics, někdy se překládá jako geriatriká medicína – geriatric medicine), což je samostatný lékařský obor. Nabízí specializovanou zdravotní péči nemocným ve vyšším věku – nad 65 let, ale obvykle však nad 70 – 75

let. Tato disciplína vychází z různých poznatků. Např. znalost zvláštností diagnostiky a terapie chorob ve stáří a rozpoznání geriatrických rizik, včetně omezené funkční rezervy a důraz na udržení soběstačnosti a fyzické zdatnosti zlepšují prognózu seniorů v případě onemocnění, ale také výsledky zdravotní péče (Topinková, 2005).

Topinková (2005, s. 3) uvádí následující cíle geriatricke:

- *„Zvýšit šance starého pacienta uchovat si dobré zdraví včasným rozpoznáním akutních onemocnění a jejich léčbou, monitorováním a léčbou chronických chorob. Uplatňovat metody primární i sekundární prevence.*
- *Dosáhnout co nejvyšší aktivity, funkční zdatnosti, soběstačnosti a nezávislosti v prostředí obvyklém pro pacienta.*
- *Přispívat k udržení kvality života, především v souvislosti se zdravotním stavem seniora (HRQOL, health-related quality of life)“.*

1.1 Senior

V odborné literatuře můžeme nalézt různé pojmy pro označení člověka v období stáří. Gerontologie nejčastěji uvádí pojem geront, za to v psychologické literatuře se vyskytuje pojem senescent. Jinde se mluví o starých nebo o důchodcích. Zároveň však označení starý má negativní citový náboj a jeho nevhodnost kritizovaly materiály OSN při příležitosti Mezinárodního roku starších lidí. Pojem senior se začal používat především proto, že je významově neutrální (Čornaničová, Petřková, 2004).

Jak uvádí Čornaničová a Petřková (2004) členění a terminologii seniorského věkového období do těchto kategorií:

- 60 – 74 let rané stáří, starší věk; jednatlivec je označován jako starší člověk,
- 75 – 89 let vlastní stáří, jednatlivec je označován jako starý člověk,
- 90 a více let dlouhověkost.

Věk je hodnotnou charakteristikou lidí. Kalendářní neboli chronologický věk nám je dán datem narození. Funkční věk odpovídá reálnému funkčnímu potenciálu člověka nebo je označován jako věk skutečný. A ten nemusí být stejný jako věk kalendářní. Při posuzování člověka bychom se měli řídit především věkem funkčním, což může v praxi být velmi obtížné. I ten má totiž své charakteristiky, a to biologické, psychologické a sociální (Pacovský, 1990).

Pro seniorské období se také používá termín postproduktivní věk, který byl přejat z ekonomické literatury. Avšak v novější sociologické literatuře se setkáváme s termínem ekonomicky postaktivní věk. Jako společný název pro životní období po 60. roku věku se vžilo spojení třetí věk. Tento termín vychází ze zjednodušeného členění lidského života na tři základní životní etapy, a to dětství a mládí, dospělost a stáří. Rozšířil se a ujal také proto, že je zjemňujícím označením starých lidí a stáří (Čornaničová, Petřková, 2004).

1.2 Stáří a stárnutí

Život každého člověka se skládá z jednotlivých vývojových stádií. Každé stádium je charakterizováno určitými strukturálními a funkčními znaky a změnami, a to především ve vztahu mezi organismem a přírodním či sociálním prostředím. Soubor takovýchto specifických charakteristik od sebe odlišuje jednotlivá vývojová stádia, např. období nitroděložního života, období kojenecké, dětské, dospělosti a také stáří. Stáří je v tomto případě poslední ontogenetickou vývojovou etapou a souvisí se všemi předcházejícími fázemi. Stáří má současně svá biologická specifika, která jej zásadně odlišují od jiných stádií. Tato skutečnost je rozhodující k pochopení stáří jak v teorii, tak i v praxi (Pacovský, 1990).

„Mezi hrozby stáří patří obava ze ztráty nezávislosti. Obava je spojena s pojmy: bezmoc, ponížení, ignorace okolí, strach z odloučení, ztráta autonomie, nesoběstačnost“ (Tošnerová, 2009, s. 14).

Stáří je přirozený a také předvídatelný proces plný změn, vyznačuje se významnou variabilitou v typech a rychlosti. Týká se především fyzického vzhledu, energetického stavu, duševních schopností, společenského života. Tyto změny jsou většinou z nás vnímány jako

ztráty. Vyžadují, abychom se vzdali řady situací, přijímali nové role a poradili si s omezenějšími schopnostmi.

Výsledkem změn zdravotního (tělesného nebo duševního) stavu stanoveného lékařem (ne naší domněnkou) nebo následkem ekonomických nebo psychosociálních okolností může být ztráta naší nezávislosti.

Jaké jsou výsledky obav ze stáří? Intenzivně se snažíme různými prostředky známky stárnutí ovlivnit a zmírnit jeho vnější projevy. Používání kosmetiky proti vráskám a pokud možno preventivně už pro nás není nic neznámého. Také barvu vlasů si přizpůsobujeme dle vkusu většinové společnosti a není cizí ani mužům. Kalendářní věk je nám daný, ale za biologický můžeme i my sami, protože se na něm podílíme, a tudíž je v naší moci jej ovlivnit např. svým vlastním životním stylem, stravovacími návyky, kouřením atd.

Často popíráme stáří, vidíme se v starším věku jako mladší. Setkání po letech může být složité, navzájem se nemusíme se svými vrstevníky poznat. Kontinuální změny nevnímáme a stárnutí svých blízkých nevidíme, pokud k nim nedošlo náhle (Tošnerová, 2009).

V rámci celého života má stáří určitý smysl a jeho primárním úkolem je dosáhnout integrity v pojetí vlastního života. Tato integrita závisí na zvládnutí úkolů z předchozích vývojových stádií. V období stáří je člověk obrácen k minulosti a má tendenci bilancovat a hodnotit svůj život (Vágnerová, 2000).

Stárnutí světové populace představuje pro politiky, ale i občany nové výzvy, a to především z hlediska ochrany a zabezpečení starších lidí. Program stárnutí OSN hledá ve spolupráci s vládami, specializovanými agenturami, nevládními organizacemi a soukromým sektorem způsob, jak vyřešit problém, jenž stárnutí představuje. V roce 1990 prohlásilo Valné shromáždění OSN 1. říjen jako den starších osob. A o rok později přijalo též rezoluci č. 46/91, ve které vyzývá vlády, aby do svých národních programů přijaly principy, které zajišťují respektování starších lidí. Jedná se o následující principy:

- **nezávislost** – starší osoby by měly mít přístup ke stravě, ubytování, ošacení, zdravotní péči, práci a k dalším příležitostem přinášejícím finanční prostředky,

- **spoluúčast** – starší lidé by měli zůstat integrováni ve společenském životě a aktivně se účastnit sestavování politiky týkající se jejich života,
- **péče** – starší osoby by měly mít dostupné sociální a právní služby, aby si mohly udržet optimální životní úroveň,
- **sebeuplatnění** – starší osoby by měly mít možnost rozvíjet svůj potenciál a také přístup ke vzdělávacím, kulturním či jiným příležitostem,
- **důstojnost** – starší osoby by měly být schopny žít důstojně a v jistotě bez ohledu na věk, pohlaví a rasovou příslušnost a neměly by být vykořisťovány nebo zneužívány (Tošnerová, Tošner, 1997).

Velmi důležité je, aby se lidé se stárnutím vyrovnali a nebyla tak pro ně tato závěrečná životní etapa frustrující.

Jak uvádí Bromleye (In Pacovský, 1990) existuje pět způsobů reakcí na stáří:

- **Konstruktivnost:** Člověk smířený s faktem stárnutí, je soběstačný a uskutečňuje přiměřené cíle i plány. Bere život se vším, co k němu patří. Je schopný tolerance i přizpůsobivosti. Navazuje srdečné vztahy s lidmi. Do budoucnosti hledí se zájmem.
- **Závislost:** Strategie směřující více k pasivitě a závislosti než aktivitě a soběstačnosti. Člověk poměrně vyrovnaný, ale není ctizádostivý, rád se vzdal své práce a odešel do důchodu. V psychických či fyzických aktivitách nenachází uspokojení a rád odpočívá v soukromí svého domova. Vztah k ostatním lidem je pasivní.
- **Obranný postoj:** Lidé, kteří byli společensky i profesionálně úspěšní. Jsou hrdí na to, že jsou soběstační, a proto často odmítají pomoc druhých. Nechtějí myslet na stáří. Většinou jsou donuceni k akceptování stáří objektivními okolnostmi.
- **Nepřátelství:** Zde patří tzv. rozhněvaní muži, kteří měli sklon vinit za své neúspěchy druhé. V jednání s lidmi byli agresivní a podezřívaví. Hrozí jim izolace, neboť žijí v ústraní. Dávají najevo svůj odpor ke stáří a odkládají odchod do důchodu. Jsou mrzutí a nepřátelští zejména vůči mladým lidem, protože jim často závidí.
- **Sebenenávisť:** Tito lidé se od předcházející skupiny liší pouze tím, že nepřátelství obracejí vůči sobě samým. Na předešlý život pohlíží pohrdavě a kriticky. Jsou ne-

praktičtí, zřídka mívají zájmy či koníčky a rádi přehánějí svou tělesnou či duševní neschopnost. Zanedbávají společenské kontakty a cítí se osamělí a zbyteční. Mají pocit, že života si už dostatečně užili.

1.2.1 Stárnutí české populace

I přesto, že obyvatelstvo České republiky je historicky nejstarší, jeho věková struktura prozatím patří k evropskému průměru. Z údajů posledního sčítání lidu žijí u nás skoro dva miliony osob ve věku šedesát a více let, které tvoří necelé dvě pětiny obyvatelstva. Z více než tří pětín se jedná o jedince v tzv. třetím věku, 60 až 74leté. Zřetelný vliv na strukturu seniorské populace dle pohlaví a rodinného stavu má skutečnost, že muži umírají v průměru o šest až osm let dříve než ženy. Zatímco na tisíc 60-64letých žen připadá 865 mužů, v kategorii 85letých a starších činí poměr pouhých 1000 : 367. V nejmladší uvedené skupině podíl vdovců představuje pět procent a vdov zhruba pětinu. Životní partnery ztratila již více než polovina mužů a téměř devadesát procent žen ze seniorů, kteří dosáhli minimálně pětáosmdesáti let. Z toho vyplývá čím vyšší věk tím větší rozsah ovdovělých osob. Úplně opačným směrem za to působí faktor věku na počty rozvedených, kdy podíly ve věkových kategoriích klesají. Celkově se populace 60+ vyznačuje velice nízkým zastoupením rozvedených osob (6% mužů, 8% žen), ale také osob svobodných (necelých 4% mužů, 3% žen). Většina mužů je ženatých (více než tři čtvrtiny) a vdovcem je pak zhruba každý desátý. Kdežto u žen ovdověla každá druhá a vdané zůstaly sotva dvě pětiny z nich (Sýkorová, 2007).

Jak uvádí Kučera (In Sýkorová, 2007, s. 41): „*Demografové upozorňují, že perspektivně, v průběhu desetiletí, se převaha žen mezi starými lidmi zřejmě oslabí. I nadále bude žít relativně vysoký počet osob v manželství, postupně bude přibývat rozvedených a nepatrně i svobodných a naopak ubývat ovdovělých seniorů. S úmrtím partnera budou lidé konfrontováni o čtyři až pět let později než nyní, takže vdovství mužů potrvá zhruba třináct až čtrnáct roků a žen sedmnáct až osmnáct let. V souhrnu se životní dráha bez stálého partnera stane realitou pro patnáct až dvacet procent mužů starších šedesáti let a pro polovinu žen tohoto věku.*“

1.3 Ageismus

Tento pojem je odvozen od anglického slova age, které znamená věk, stáří. Jedná se o slovo, které nemá český ekvivalent. Ageismus znamená společenský předsudek vůči stáří. Použil jej Robert Butler, ředitel National Institute on Aging ve Spojených státech amerických v roce 1969, který hovořil jako první o diskriminaci na základě věku. Dnes je termín ageismus definovaný v širší míře, zahrnuje výroky a postoje bez pravdivého základu se zdáním, že v jádru pravdivé jsou. Hovoříme především o stereotypech, v kterých chybí příznivé charakteristiky. Některé projevy diskriminace jsou zřetelné, jiné v podtextu nevy-slovené (Tošnerová, 2002).

Vágnerová (2000) uvádí, že stáří je z hlediska ageismu obdobím ztrát, úpadku a zhoršené kvality života. Za těchto okolností společnost od seniorů nic pozitivního nečeká. Je zde i tendence tyto lidi izolovat, aby nepřekáželi a nezdržovali. Stávají se tak méně důležitou součástí této majoritní společnosti a jsou vesměs chápáni jak přítěž a skupina, která příliš vyžaduje a nic nepřináší.

Jak uvádí Butler (In Vidovičová, 2008) staří lidé jsou charakterizováni jako senilní, rigidní v myšlení, staromódní v morálce a učení se nových dovedností. Ageismus způsobuje, že mladší generace vidí starší lidi jako odlišné od nich samých a proto zabraňuje, aby se s nimi ztotožnili jako s lidskými bytostmi.

Jak uvádí Palmore (In Tošnerová, 2002) existuje deset hlavních bodů shrnujících předsudky, a ty jsou:

- **nemoc** – mínění, že nemoc je velmi vážný problém pro většinu lidí nad 65 let, kvůli níž tráví hodně času v posteli, cítí se unaveni, nebo potřebují dlouhodobou péči;
- **impotence** – zastávající názor, že značná část starších lidí se už nevěnuje žádné pohlavní aktivitě;
- **ošklivost** – krása je v naší kultuře spojována především s mládím, negativní stereotyp odráží zvláště používané ponižující výrazy, týkající se stáří;
- **pokles duševních schopností** – představa, že od středního věku klesají schopnosti: učit se, zapamatovat si, poznávat;

- **duševní choroba** – předpoklad, že duševní porucha je ve stáří běžné, nevyhnutelné a neléčitelné postižení;
- **zbytečnost** – omylné mínění, že starší lidé jsou kvůli zdravotnímu stavu nebo duševní chorobě vyřazeni, což vede k předpokladu, že nejsou schopni pokračovat v práci, a ti, jež schopni jsou, tak jejich práce není produktivní;
- **izolace** – představa o lidech společensky izolovaných a osamělých;
- **chudoba** – názory, že většina starších lidí je chudá, nebo naopak bohatá – ale každopádně s negativním významem;
- **deprese** – předpokládá se, že starší člověk je nemocný, bezmocný, neužitečný, osamělý, a tudíž postižený depresí;
- **politická moc** – stereotyp, že staří lidé jsou silnou, politickou silou a předpoklad, že politická moc těchto lidí odvrátí politiky od nutných reforem.

Palmore (In Vidovičová, 2008) rozdělil možné zdroje ageismu na tyto skupiny: **individuální** (subjektivně-psychologické), **kulturní** a **sociální**.

Do první skupiny čili k individuálním zdrojům patří zejména strach ze smrti a stárnutí jako psychosomatického úpadku, dále také frustrace, ale i agrese, ze které pramení nepřátelství vůči členům menšiny.

Ke druhé skupině řadíme různorodé faktory jako hodnotové systémy, jazyk (pohrdavé označení osob ve vyšším věku), mediální kultura (otázky týkající se reprezentace seniorů v médiích), humor, umění a literatura.

Mezi sociální zdroje ageismu lze zahrnout prostý fakt, že seniorů je poměrně hodně a stále jich přibývá. Uvádíme zde i věkovou diskriminaci, či různé formy a důvody pro oddělování (segregaci) věkových skupin ve společnosti. Značnou roli může hrát i nízký sociální status starších osob v dnešní společnosti (Vidovičová, 2008).

Otázkou zůstává, jak může být ageismus zmírňován. Prvním krokem je rozpoznání tohoto jevu v našich osobních postojích, což je obzvláště těžké, protože si jich nemusíme být ani

vědomi. Samozřejmostí by mělo být představení pravdivého obrazu stáří na školách, kdy se absolventi budou věnovat stáří, to zejména platí pro sociální vědy, medicínu, ale také žurnalistiku a architekturu. Dále se nabízí možnost podporovat častější a aktivnější osobní kontakt se staršími lidmi, který nám může napomoci předejít ageismu nebo jej alespoň částečně redukovat (Tošnerová, 2002).

2 ZMĚNY VE STÁŘÍ

Jak už jsem v předcházejícím textu uvedla, stáří je období plné změn, ať už tělesných, psychických nebo sociálních. Pro seniora je tato doba závěrečnou etapou jeho života, ve které je nutné se smířit s nastupujícími událostmi a přijmout sociální roli starého člověka. Proto se nyní podrobněji zaměřím na každou oblast související se změnami ve stáří.

2.1 Tělesné změny ve stáří

Stárnutí s sebou přináší zhoršení jak tělesného tak i duševního stavu. Tento nezvratný proces je individuálně variabilní z hlediska času, rozsahu a závažnosti projevů. Stárnutí závisí na interakci dědičných předpokladů a také důsledků různých vlivů prostředí, jež se v organismu člověka postupem času nahromadily.

Viditelným způsobem mění stáří zevnějšek člověka a ovlivňuje tak jeho sociální status. Společnost jej z tohoto důvodu začíná vnímat jako starce a podle toho se k němu i tak chová. Fyzický vzhled starého člověka může signalizovat, jaký je jeho celkový stav. Mnozí starší lidé o svůj vzhled velice dbají a toto úsilí podporuje jejich sebeúctu. Naopak generalizovaná rezignace nebo výrazný úpadek osobnosti v rámci demence (či jiných závažnějších onemocněních) se také projeví nezájmem o vlastní vzhled (Vágnerová, 2000).

Jak uvádí Pacovský (In Vágnerová, 2000) ve stáří má zdraví jiný rozměr, kdy za zdravého lze považovat člověka, který netrpí žádnou zjevnou chorobou, necítí se nemocný a je soběstačný. V průběhu stárnutí dochází k nashromáždění nepříznivých vlivů, a právě proto přibývá nemocných lidí. Základním znakem nemocnosti ve stáří je **polymorbidita**, což znamená, že člověk trpí současně větším počtem různých a většinou chronických onemocnění.

Jak uvádí Topinková (2005) dle epidemiologických studií trpí až 90 % osob ve věku nad 75 let jednou či více chronickými chorobami. Časté je sdružování nemocí, a to buď bez příčinné souvislosti, nebo řetězení chorob, kdy jedna vyvolává druhou.

Pacovský (In Vágnerová, 2000) upozorňuje na Diogenův syndrom, neboli syndrom zanedbaného starce, který ztratil motivaci k udržování hygieny a péči o zevnějšek či svou do-

mácnost. Nejfrekventovaněji se nachází u osamělých lidí, kteří nemají žádný důvod k této aktivitě. Může se jednat i o signál závažnějšího úpadku osobnosti.

2.2 Psychické změny ve stáří

Obdobně jako u tělesného stárnutí, tak i v duševním vývoji lze těžko odlišit změny dané věkem od změn, které jsou součástí nebo následkem duševní poruchy.

Častým jevem ve stáří jsou **neurózy**. Vede k nim zejména zvýšená duševní citlivost, zranitelnost i bezbrannost a závislost, ale i stres a závažné ztráty. Lze je léčit farmakami nebo i psychoterapií.

Velkým nebezpečím je i podezíravost, která dosáhne-li chorobného stupně, nazýváme ji **paranoiditou**. Ohrožuje hlavně osamělé lidi anebo je do osamělosti zažene. Takový člověk se domnívá, že mu ostatní lidé strojí různé úklady, také že se o něm za jeho zády mluví. Někdy k takovým domněnkám přispívá i hluchota či nedoslýchavost.

Další typickou poruchou je **demence**, která znamená větší úbytek rozumových schopností než k věku seniora.

S věkem přibývá i **depresí**. Jedná se o chorobný smutek, mučivé duševní bolesti někdy spojené s neklidem a úzkostí. Mohou být i reakcí na hlubokou ztrátu, ať už smrt partnera, partnerky, nebo přemístění do domova pro seniory.

Duševní činnost seniorů je zpomalena. A vysvětlením pro toto je, že aktivita mozkových buněk je ve stáří pomalejší. Ale může to být zapříčiněno i tím, že geront je ke své činnosti méně motivován, protože na příjemnosti mladého věku tak jako tak nedosáhne.

Dalším vysvětlením je zvýšená opatrnost gerontů, protože přesnost se pro ně stává důležitější než rychlost. Např. více jim vadí, udělají-li chybu ve svém uvažování, než když se někde opozdí.

Známým a obecně uznávaným rysem stáří je horší snášení různých změn. Většina gerontů má rádo svůj pořádek v čase i v prostoru. Čím je starší, tím závažnějším traumatem pro něj je buď stěhování, nebo jiná větší změna v životě (Říčan, 1990).

Pohodlnost seniorů může být projevem omezenější energie a vyšší unavitelnosti. Rigidita a ulpívání na stereotypu se projevují také moralizováním. Tendence k dogmatismu se ve stáří

zvětšuje a s ní i odmítání nových, neověřených způsobů přemýšlení. Avšak i rigidita má svou pozitivní stránku, a to narůstající stabilita názorů a postojů starých lidí (Vágnerová, 2000).

S narůstajícím věkem se některé psychické funkce nemění. Např. slovní zásoba a jazykové dovednosti bývají zachovány. Jsou i oblasti, které mohou být zvyšovány. Mezi ně můžeme zařadit vytrvalost v tělesné i duševní činnosti, dále stupňující trpělivost a pochopení pro motivy jednání stejně starých nebo o málo mladších lidí (Pacovský, 1990).

2.3 Změny postojů a sociálního chování starých lidí

Staří lidé mají méně sociálních kontaktů a bývají ve větší míře izolováni ve svém soukromí. Dochází také k větší koncentraci na sebe, rodinu nebo známe v blízkém okolí. A tento postoj je upevňován ubýváním různých schopností: senioři hůře vidí, slyší, jsou pomalejší, labilnější a hůře přizpůsobiví. Přispívá k tomu také fakt, že současná společnost nenabízí seniorům téměř žádnou přijatelnou roli (Vágnerová, 2000).

Člověk ztrácí odchodem do důchodu zcela nedobrovolně pracovní kontakty a především lidi s nimi spojené, proto se může cítit osamělý. Ale řada lidí často bez ohledu na věk se cítí mezi lidmi ve městě osamělá. Každý člověk potřebuje sdílet společné zážitky s ostatními. Hodně věcí se však dobrovolně vzdáváme, a tedy je vhodné mít svůj život správně rozčleněný – např. děti, vnoučata, zájmy, které vedou ke společně sdíleným činnostem. Nejen výdělečnou prací je člověk živ, zvláště v této době, kdy volnočasové aktivity se profesionalizují a stávají se ziskovou činností. Obraz seniora se bude postupem času měnit. Běžným se stane přátelství s počítačem, umožňující či zprostředkující kontakty s okolím, neboť bude dorůstat generace, která jej bude znát ze škol. Samozřejmě v první řadě záleží na povaze člověka, kdy extrovert nebývá sám, zatímco introvertovi samota příliš nevadí, pokud není odkázán na pomoc jiné osoby (Tošnerová, 2009).

Technologický a společenský pokrok usnadnil seniorům každodenní život. Ať už telefon, televize nebo rozhlas umožňují více komunikovat s okolním světem a jsou tak starší lidé aktuálně informováni o dění v celém světě. Velkou pomocí jsou i moderní domácí spotřebiče, které zbavují velké námahy. Rychle působí i další technické změny, např. používání platebních karet, počítačové systémy, změny v možnostech nakupování, nebo také vyplňo-

vání různých složitých tiskopisů a žádostí na úřadech. Pokud nebudou senioři na tyto nové záležitosti připraveni a seznámeni s nimi, hrozí riziko, že velké procento z nich přestane rozumět společnosti a budou si připadat vyřazení a zbyteční (Vohralíková, Rabušic, 2004).

Je žádoucí, aby člověk v průběhu života měl čas i na své vlastní aktivity, nejen ve stáří. Volnočasové aktivity často vedou ke spolkové či klubové činnosti s mezigeneračním charakterem. Jsou i různé typy činností, kdy člověku stačí, aby něco viděl, slyšel. Může z těchto zážitků čerpat a vzpomínat na ně. Nabízí se celá škála činností, např. návštěva divadla, koncertů, výstav, účast na poznávacích zájezdech, nákupy a je možné zde zařadit také sledování televize – dokumentární, vzdělávací pořady, které rozšiřují obzory (Tošnerová, 2009).

2.3.1 Odchod do důchodu

Zásadním krokem v životě je odchod do důchodu, protože se lidé obvykle z aktivního způsobu života přesouvají do závěrečné etapy svého žití. Jedná se o závažnou změnu statusu ve společnosti a z toho důvodu uvádím toto téma jako podkapitolu sociálních změn seniorů.

V současné době stárnoucí člověk odchodem do důchodu musí vhodně změnit svůj životní styl, neboť se objevuje nadbytek volného času. Nově získaná role důchodce má nižší sociální status a je méně specifická než role profesní (Vohralíková, Rabušic, 2004).

Skupinu seniorů v důchodu lze pokládat za určitou sociální minoritu, jež je majoritní společností považována jako nevýznamná, neproduktivní a neužitečná. Je ekonomicky závislá na společnosti a zasahuje jen omezeně do jejího dění.

Člověk symbolicky odchází ze společnosti do svého soukromí a někdy možná až do izolace. Zbývají mu tak jen soukromé role. Nyní má právo rozhodovat o svém soukromém životě dle svého přání, ale možnosti volby už jsou značně užší jednak zdravotním stavem, omezenějšími kompetencemi, ale také nedostatkem financí. Z těchto důvodů lidé už často nejsou schopni zásadním způsobem změnit styl svého života (Vágnerová, 2000).

Prášilová (In Vohralíková, Rabušic, 2004) uvádí, že u seniorů ve věku od 70 let převažuje životní okruh domácí (rodinný). Starý člověk prožívá v domácnosti významnou část svého času. Možná právě proto nacházíme u seniorů intenzivnější vztah k rodinnému prostředí než u mladých lidí. Jsou více soustředěni na svůj domov, rodinu svých dětí a velká část seniorů má starost, aby svým dětem nebyla přítěží.

3 KVALITA ŽIVOTA

Kvalita života ve stáří je hodnota a průřezové téma. Vyžaduje komplexní přístup a spolupráci všech sektorů společnosti. Ve vyšším věku jsou zdraví i kvalita života podmíněny především životními podmínkami, také událostmi v dětství a dospělosti, včetně životního prostředí a životního stylu. Důležité je věnovat pozornost specifickým rizikům v kritických fázích našich životů a zaměřit se na potřeby v různém věku. Zdraví a kvalitu života je možné ovlivnit a zvýšit v kterékoli věkové kategorii.

Za kvalitu života ve stáří a aktivní zapojení do společnosti nesou odpovědnost jak jednotlivci, tak i společnost. Důstojné a aktivní postavení starších lidí vyplývá mimo jiné z uvědomělého přístupu a odpovědnosti za vlastní život i za mezigenerační vztahy, předávání tradic a hodnot. Senioři by měli usilovat o přínos společnosti, komunitě a rodině. Společnost by měla zajistit podmínky a rovné šance lidem každého věku pro zdravý a aktivní život. Tato kvalita života vyžaduje i osobní zralost a odpověď na hlubší duchovní otázky života (MPSV, 2008).

S tímto tématem je úzce spojeno i zdraví. Je-li člověk nemocný, ovlivní to jeho kvalitu života a hodnoty, které zastává. Jeho hlavní prioritou je v daném okamžiku se uzdravit. Zdraví je důležitou hodnotou, které je v dnešní společnosti vysoce ceněno. Proto se nyní chci zaměřit blíže na oblast zdraví.

Existují nejrůznější **definice zdraví**. Snad nejznámější definicí zdraví je ta, kterou publikovala Světová zdravotnická organizace, zní takto:

„Zdraví je stav, kdy je člověku naprosto dobře, a to jak fyzicky, tak psychicky i sociálně. Není to jen nepřítomnost nemoci a neduživosti.“ (Křivohlavý, 2001, s. 37).

Podle Seedhouse (In Křivohlavý, 2001) je člověk bytost, která je zaměřena k určitým cílům.

O něco nám jde, ať už to můžeme vyjádřit jako záměr, touhu, směřování. Lidé chtějí něco dělat, vykonat, o něco se snažíme, chceme své představy, plány a ideje realizovat. A abychom toho mohli dosáhnout, tak musíme být zdraví (Křivohlavý, 2001).

Vedle zdraví jsou důležité další faktory, včetně ekonomického zabezpečení, vstřícného prostředí, psychické pohody, mobility a využití volného času. Duševní zdraví a kvalitní sociální vztahy zvyšují pevnost celkového zdraví, ale i odolnost člověka. Zatímco deprese zvyšuje riziko zneužívání alkoholu a drog, je zde riziko zanedbávání a je celkově rizikovým faktorem sociálního vyloučení (MPSV, 2008).

Za rozhodující projev zdraví považujeme v dětství schopnost zdravého a normálního vývoje, v dospělosti to je pracovní a reprodukční schopnost. Zatímco ve stáří se zaměřujeme obzvláště na soběstačnost, tedy schopnost vést samostatný a pokud možno co nejkvalitnější život (Holmerová, Jurašková, Zikmundová, 2003).

Podle Topinkové (2005) je soběstačný čili samostatný člověk, který nemá závažné omezení duševních ani tělesných schopností a samostatně zvládá všechny činnosti každodenního života bez pomoci nebo asistence druhých osob. Pokud pacient požaduje pomoc, dohled nebo podporu, už hovoříme o závislosti.

Zákon o sociálních službách v sobě zahrnuje čtyři stupně závislosti, a to:

- I. stupeň (lehká závislost), jestliže osoba z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebuje každodenní pomoc nebo dohled při více než 12 úkonech péče o vlastní osobu a soběstačnosti,
- II. stupeň (středně těžká závislost), jestliže osoba z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebuje každodenní pomoc nebo dohled při více než 18 úkonech péče o vlastní osobu a soběstačnosti,
- III. stupeň (těžká závislost), jestliže osoba z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebuje každodenní pomoc nebo dohled při více než 24 úkonech péče o vlastní osobu a soběstačnosti,
- IV. stupeň (úplná závislost), jestliže osoba z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebuje každodenní pomoc nebo dohled při více než 30 úkonech péče o vlastní osobu a soběstačnosti (zákon č. 108/2006 Sb.).

Rámec kvality života starých lidí tvoří celá řada aspektů, jimiž jsou: materiální zabezpečení, zdravotní stav, rodinný stav a situace (přítomnost partnera, ochota dětí nebo vnuků pečovat), dále také kvalita bydlení, dostupnost zdravotně sociálních a dalších služeb, možnost

realizace zálib a koníčků, rozvíjení sociálních kontaktů. Požadavky na kvalitu života se ve společnosti nadále stupňují (Vohralíková, Rabušic, 2004).

Jak uvádí Holmerová, Jurašková, Zikmundová (In Vohralíková, Rabušic, 2004) v poslední době se začínají stále více objevovat zcela konkrétní možnosti pro kvalitnější a aktivnější život seniorů, jsou jimi zejména akademie a univerzity třetího věku a také různé zájmové a spolkové aktivity.

3.1 Individuální kvalita života

„Koncepcie individuálnej kvality života vychádza z teórie pocítovania kvality života ako subjektívneho hodnotenia spokojnosti, resp. nespokojnosti človeka s jednotlivými oblasťami života, so životom na základe vlastných predstáv, nádejí, očakávaní a presvedčení“ (Čornaničová, Petřková, 2004, s. 42).

Charakteristika kvality života člověka není možná bez hlubší analýzy zaměřené na individuální způsob života, individuální životní styl, individuální životní, sociální, rodinné, zdravotní situace, osobnostní postoje a hodnoty. V této oblasti se váže psychologický empirický výzkum s různými oblastmi, kterými jsou: spokojenost se životem (prací, manželstvím, nadřizným, atd.), dále pohoda, seberealizace, naplnění života, životní styl. Na opačnou stranu lze možno zařadit aplikační výzkumy a praktické návody na zvládání těžkých životních událostí, zátěží, stresů, každodenních mrzutostí, depresí a všeho toho, co by mohlo pomoci zvýšit subjektivní kvalitu života.

Při schopnosti člověka dosahovat pocitů pohody a spokojenosti mají velký význam jeho individuální osobnostní rysy, které jsou nejčastěji spojovány s prožíváním pocitů důvěry, pohody, emoční stability, sebekontroly, odolnosti a další rysy, které bývají označovány pojmem emocionální inteligence (Čornaničová, Petřková, 2004).

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUM

Pro výzkum jsem zvolila Domov pro seniory v Hnojníku. Jedná se o zařízení, které vlastní Charita Český Těšín, svou činnost zahájilo na podzim roku 2004. Obec Hnojník se nachází v okrese Frýdek-Místek, kraj Moravskoslezský. Výzkum byl realizován v měsíci březnu 2010 po předchozí domluvě a souhlasu paní ředitelky s jeho uskutečněním.

4.1 Vymezení výzkumného problému

Na začátku výzkumu jsem formulovala výzkumnou otázku takto:

Jak senioři vnímají kvalitu svého života v domově pro seniory v Hnojníku?

Pomocí rozhovorů se pokusím nalézt odpověď na tuto otázku.

4.2 Cíle kvalitativního výzkumu

Hlavním cílem mé práce je zjistit kvalitu života ze subjektivního pohledu seniorů v konkrétním domově pro seniory, tedy v Hnojníku.

Kvalitativní výzkum jsem zvolila záměrně, protože se domnívám, že mi umožní lepší a hlubší pochopení problematiky kvality života z pohledu seniorů v daném zařízení.

Před výzkumem jsem si zvolila čtyři hlavní oblasti dotýkající se kvality života, a to:

- zdraví,
- sociální vztahy,
- volný čas,
- poskytované služby.

A na tyto oblasti jsem se zaměřila v otázkách, které jsem pokládala seniorům.

Paní ředitelka domova pro seniory mi umožnila realizovat výzkum a provést tak rozhovory s klienty. Rozhovory probíhaly v bytech uživatelů, kde vládla příjemná atmosféra a měli jsme tak na rozhovor dostatek klidu a prostoru. Všichni účastníci výzkumu byli ochotni ke spolupráci. Předem jsem je seznámila s účelem výzkumu a také s tím, že je tento rozhovor anonymní a tudíž nikde nebude zveřejněno jejich jméno.

Získané výsledky výzkumu by mohly být přínosné pro zařízení a přispět ke zlepšení poskytovaných služeb uživatelům. Paní ředitelka domova pro seniory o ně vyslovila zájem.

4.3 Výzkumný soubor

Kapacita domova pro seniory je 42 uživatelů. Toto číslo je ale velmi proměnlivé.

Z tohoto počtu bylo vybráno s pomocí zdravotní sestry (protože bylo nutné vybrat ty uživatele, kteří jsou v dobré psychické kondici a dokáží mi tak pravdivě odpovědět na mé otázky) 5 seniorů ve věku od 74 let do 90 let, 4 ženy a 1 muž.

Pro přehlednost a lepší charakteristiku jsem účastníky rozhovorů označila písmenem, které obsahuje jejich příjmení.

1. rozhovor – paní Š.

Žena ve věku 85 let. Vystudovala základní školu, zůstala pak v domácnosti. V domově pro seniory žije už 5,5 roků. Paní se mi jevila velmi emocionálně, měla tendenci v průběhu rozhovoru k pláči – většinou z pocitu osamělosti a zejména ze ztráty manžela. Ve volném čase poslouchá hudbu, zejména dechovky, které ji koupili děti na CD. Také se schází ve „sněmovně“ s ostatními obyvateli domova a zapojuje se do programu, které pro ně kulturní sociální pracovnice vytváří. Stěžuje si na zrak kvůli silné cukrovce. Ráda poslouchá zprávy a zajímá se o nové informace. Zmiňuje, že nejradyji už spí.

2. rozhovor – paní S.

Žena ve věku 82 let. Absolvovala střední pedagogickou školu s maturitou. Žije 5 let v domově pro seniory. Paní byla celkem stručná, uzavřenější a ne moc sdílná v průběhu rozhovoru, možná to bylo částečně dáno i tím, že už poměrně špatně slyší a otázky jsem ji musela vícekrát opakovat. Ve volném čase poslouchá rádio, zprávy. Televizi už kvůli zraku nesleduje. Zúčastňuje se společného programu v domově.

3. rozhovor – paní M.

Žena, která má 90 let. Má základní vzdělání. Zde v domově je už 5 let. Je velice radostná a společenská, rozhovor byl zajímavý. Paní M. špatně vidí, přesto si ráda pustí televizi a může tak alespoň poslouchat pořady, které má v oblíbenosti. Trápí ji, že už nemůže číst kvůli svému zraku, protože dříve velmi četla. Aktivně se účastní i setkání ve „sněmovně“ s ostatními obyvateli domova a personálem, který jim tam zajišťuje kulturní program.

4. rozhovor – paní P.

Žena ve věku 74 let. Dosáhla středoškolského vzdělání. Už 5 let bydlí v domově. Je jednou z nejmladších uživatelů v domově pro seniory. Ve volném čase se stará o ptáčky, které má na pokoji. V poslední době ráda čte, poslouchá hudbu nebo si pustí televizi. Paní P. má hodně květin v bytě a moc ráda je pěstuje, přála by si mít vlastní zahrádku.

5. rozhovor – pan A.

Muž, který má 81 let. Vzdělání má základní a pracoval jako jeřábník. V domově žije i s manželkou, a to 5 let. Manželka na tom už není nejlépe, špatně slyší a ztrácí paměť, veškerá starost tak připadá především na něj. Pan A. byl velmi příjemný a otevřený, i přes starost s manželkou zůstává optimistický a bere život takový jaký je. Baví ho něco vytvářet rukama (ať už ruční práce, nebo jen něco navlékat, vystříhovat). I ve svém věku je aktivní a rád se stará o malou venkovní zahrádku za bytem. V bytě mají také ptáčka, který jim zpříjemňuje dny v domově pro seniory.

4.3.1 Charakteristika Domova pro seniory v Hnojníku

Dům pro seniory je zařízení, které vlastní Charita Český Těšín a svou činnost zahájilo na podzim v roce 2004. Tento domov se nachází v centru obce Hnojník a je dostupný všemi dopravními prostředky. Budova je třípodlažní, uživatelé zde bydlí v samostatných bytových jednotkách s možností využívat poskytované služby zařízení. Součástí domova je kaple, ve které se pravidelně konají bohoslužby. Na podzim v roce 2007 byla uvedena do provozu vlastní kuchyň, kde se vaří nepřetržitě i o víkend. V blízkosti se nachází obecní úřad, policie, hasičské zbrojnice, kostel, barokní zámek, nákupní středisko, lékaři, lékárna, kadeřník a restaurace. Před budovou je dostatek prostoru k zaparkování osobních automobilů.

Posláním domova pro seniory v Hnojníku je umožnit uživatelům prožít stáří tak, aby s ohledem na svůj zdravotní stav a s respektem ke své osobnosti a soukromí mohli nadále žít důstojným životem, zachovali si vazby s místní komunitou a unikli sociálnímu vyloučení. Doprovází své klienty až k přirozenému závěru jejich života tak, aby nikdo nemusel odcházet osamocen a bez duchovní podpory. Také se snaží vytvořit uživatelům pocit bezpečného zázemí a jistoty, možnost zapojení do kolektivu nebo setrvání v soukromí – dle vlastní volby, zachovávat a podporovat stávající soběstačnost v oblastech péče o vlastní osobu. Vytvářet podmínky, které umožní seniorům prožít stáří tak, aby byla plně akceptována i respektována jejich osobnost a důstojnost.

Jedná se o zařízení sociální péče s nepřetržitým provozem. Klienti jsou přijímáni na základě výběrového řízení, podmínkou však je žádost o přijetí do zařízení. Stále přítomný personál poskytuje podporu, pomoc a laskavou péči seniorům, kteří se dostali do nepříznivé sociální situace, kterou nejsou schopni řešit vlastními silami, nemají potřebné rodinné zázemí a nejsou nadále schopni žít ve svém přirozeném prostředí. Domov má 30 bytových jednotek se sociálním zařízením, jsou to pokoje jednolůžkové, dvoulůžkové a třílůžkové, kapacita činí 42 uživatelů a slouží k dlouhodobým pobytům. Klienti si do domova přinášejí vlastní nábytek a vybavení. V případě, že to není možné, je jim zapůjčen základní nábytek a nezbytné kuchyňské vybavení. Zařízení poskytuje možnost celodenního stravování, tím se rozumí snídaně, oběd, svačina a večeře. Stravování zajišťuje: 1 kuchařka, 2 pomocné kuchařky. O seniory se zde stará tým pracovníků na potřebné odborné úrovni, který má ke stáří úctu, respektuje soukromí, osobnost a důstojnost, svým individuálním přístupem se snaží o udržování soběstačnosti a samostatnosti klientů. O sociální, duchovní a ošetrovatelskou péči se starají: vedoucí zařízení, 2 diplomované zdravotní sestry, 12 pracovníků v sociálních službách, 1 pracovnice sociální péče (kulturní) a 1 pracovnice, která zajišťuje úklidy v bytech. Zdravotní péče je poskytována zdravotním personálem pod dohledem praktických lékařů klientů, kteří do zařízení pravidelně 1x týdně docházejí, nebo jsou voláni vždy při změně zdravotního stavu klienta. Při akutní změně zdravotního stavu je volána lékařská pohotovostní služba.

Cílovou skupinou jsou mladší senioři nad 65 let, starší senioři nad 80 let a osoby mladší 65 let se zdravotním postižením z Hnojníku a širokého okolí, kteří potřebují podporu v nepříznivé sociální situaci, do níž se dostali pro ztrátu soběstačnosti, zdravotního postižení, neschopnosti zabezpečovat své životní potřeby a také pro osamělost.

Cíle domova pro seniory jsou:

- udržovat stávající soběstačnost a samostatnost uživatelů individuálním přístupem,
- poskytovat služby podle skutečných potřeb uživatele,
- podporovat uživatele, aby zůstali součástí přirozeného společenství, kde léta žili a na co byli zvyklí, využívat místní instituce – např. kostel, obecní úřad, poštu, prodejny, výstavy,
- zajistit setkávání seniorů s jejich rodinou, známými a přáteli,
- podporovat klienty v podílení se na společenském životě pořádáním různých kulturních a společenských akcí,
- snažit se vykonávat svou práci srdcem, vidět především ty druhé, protože bez lásky se nedá žít.

4.4 Metody výzkumu

V realizovaném výzkumu jsem použila následující metody získávání kvalitativních dat:

Polostrukturované interview (rozhovor) – rozhovor bylo nutné zaměřit na oblast kvality života seniorů, a proto jsem sestavila základní otázky týkající se této oblasti. U tohoto typu rozhovoru je nutné vymezit tzv. jádro rozhovoru, čili otázky, které je nutné v rozhovoru probírat. Výhodou je dostatek prostoru pro odpovědi účastníků výzkumu.

Otevřené zúčastněné pozorování – při výzkumu jsem se pohybovala v terénu, který jsem pozorovala, účastníci byli informováni o tom, že zde provádím tento výzkum.

4.4.1 Otázky k rozhovorům

- Jak dlouho žijete v domově pro seniory?
- Jak jste žil/a před nástupem do domova pro seniory?
- Co Vás vedlo k přestěhování do domova pro seniory?
- Jak zde vypadá Váš běžný den?
- Jste spokojen/a s materiálním vybavením (strava, ubytování)?

- Jak si rozumíte s personálem?
- Vycházíte s ostatními obyvateli domova pro seniory?
- Jste v kontaktu se svojí rodinou?
- Trápí Vás zdravotní obtíže?
- Jakým způsobem zvládáte těžkosti ve svém životě?
- Našel/a jste smysl života? Pro co nyní žijete?
- Jak trávíte svůj volný čas?
- Máte zájem o nové dovednosti a informace?
- Uskutečňuje pro Vás toto zařízení nějaké akce?
- Cítíte se v domově pro seniory dobře? Chybí Vám zde něco?
- Máte nějaké sny nebo plány?

4.5 Způsob zpracování dat

Před provedením výzkumu se bylo třeba domluvit s vedením Domova pro seniory v Hnojníku, zda tam můžu výzkum zrealizovat. Paní ředitelka mi vyšla maximálně vstříc a také mě ochotně seznámila s chodem domova pro seniory.

Všichni účastníci výzkumu byli předem seznámeni s účelem a tématem rozhovoru. Důležitou informací bylo také upozornit, že se uskutečněné rozhovory budu nahrávat na diktafon. Nikdo s tímto neměl problém a senioři s nahráváním vyjádřili souhlas. Sdělila jsem jim také, že pokud by na některou otázku reagovat nechtěli, tak odpovídat nemusí. Délka každého rozhovoru se lišila, ale byla v rozmezí 15-40 minut.

K fixaci kvalitativních dat jsem použila:

- **záznamový arch** – kde jsem poznamenala osobní údaje účastníků (věk, pohlaví, dosažené vzdělání),
- **audiozáznam** – prostřednictvím diktafonu, který mi tak poskytl cenné informace a data.

K rozhovorům jsem měla připravené již dříve zmíněné otázky, které jsem v průběhu rozhovoru ještě doplnila. Získané informace jsem přepsala do textové podoby, což označujeme jako transkripci. Přepisy rozhovorů jsou uvedené v příloze bakalářské práce. Bylo nutné je upravit tak, aby byla zachována anonymita, neboť někteří účastníci výzkumu během rozhovoru uváděli konkrétní jména.

5 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

Po prozkoumání textu jsem zvolila metodu zakotvené teorie. Utvořila jsem kategorie na základě oblastí, které jsem stanovila jako významné týkající se kvality života. Významové jednotky jsem vytřídila a přiřadila k jednotlivým kategoriím. Kategorie jsem připojila k otázkám, které se jich týkaly. Výpovědi respondentů jsou označeny písmeny abecedy, A znamená respondent č. 1, B – respondent č. 2, atd.

kategorie 1 – zdraví

kategorie 2 – sociální vztahy

kategorie 3 – volný čas

kategorie 4 – poskytované služby

1) Jak dlouho žijete v domově pro seniory?

A- *„5 a půl roku.“*

B- *„Jak dlouho? 5 roků, ano.“*

C- *„5 a půl, ne v půlce, ne od listopadu, listopadu bylo 5 roků. Letos bude 6 no. Tak jak to otevřeli, jako. No. 6 roků, už, uteklo to tak.“*

D- *„5 let“.*

E- *„5 roků bylo na 12. 10. minulý rok, 2004.“*

2) Jak jste žil/a před nástupem do domova pro seniory?

A- *„Žila jsem v rodinném domku, jsme postavili. Potom mi manžel zemřel. Jsem, jsem byla sama, mám 4 děti, ale byla jsem sama. A jsem spadla, pomoci jsem neměla, ani nákup ani nic tak.“*

B- *„Domek jsme museli prodat a já neměla kde jít no. Žádost jsem dala a dostala jsem se tu no.“*

C- *„Já jsem měla domek, převzala ho dcera nejstarší, a ti ho dali zas svojemu synovi. Tři generace jsme tam byli, natěsnaní no. Pak oznámili na obci, že to tu budu přístavět, a že tu budou místa, že jak kdo chce, ať se přihlásí z těch starších lidí. Eště*

já jsem se musela s nimi pohádat bo mi nechtěli, nechtěli, ať tu idu. A to není daleko, já to mám tak dobře, bo to je o 2 dědiny, no to tu stejně všechno znám.“

- D- *„No, bylo to těžký. Já jsem byla zvyklá jako soukromě jo prostě bydlet, no pak mě jako to donutilo. Neměla jsem pak kam jít. Děti, děti neměly na mě čas, nic, no tak prostě jsem potom našla tady ten domov. Sice jak říkám, první rok to bylo krušný, protože jsem si nemohla zvyknout, že jsem prostě tady. Já jsem byla zvyklá mít furt kolem sebe všude, že všechno sama no a teď to, no ale už jsem si zvykla.“*
- E- *„Bydleli jsme v Řece na kopci, měli jsme velkou dost usedlost, 7 hektarů pole, chalupu. Děcka nám už odešly všechny. Klouby už stačily vypovídat. V lednu jsem byl na operaci 2004, s tím kloubem, už podruhé za 19 roků. A cítil jsem, že jsem oslábnul hodně, bez berlí už jsem nedokázal chodit. Takže tam nezvládneme přes zimu, bo to tam není cesta potom ani nic, tak jsme šli. Jsem si požádal o doktorku a obecní úřad, jestli by mi něco pomohli najít nebo doporučit, tak mi doporučili tu ten Hnojník.“*

3) Co Vás vedlo k přestěhování do domova pro seniory?

- A- *„Manžel mi zemřel, jsem byla sama. Pomoci jsem neměla.“*
- B- *„Musela jsem, domek jsme museli prodat a já neměla kde jít no.“*
- C- *„Tyn nedostatek místa. Tak jsem se tu vystěhovala, i mám tu klid, pokoj, kdy chcu to si to, máme.“*
- D- *„Děti neměly na mě čas. Pomohl mi syn se přestěhovat, ze začátku to bylo krušný. Já tady mám soukromí taky, že, je vo mě postaráno, když je potřeba. Takže už jsem si tak na to zvykla no.“*
- E- *„Ze zdravotních důvodů. Aji manželka aji já.“*

4) Jak zde vypadá Váš běžný den?

- A- *„Ráno si vstanem, hygienu, že. Kulturní tu je, my tomu říkáme sněmovna, tak se tam scházíme a paní kulturní s námi něco nám vypráví nebo zpíváme nebo cosi děláme. Ale už je každý takový na nic, já nevidím moc, bo mám velkou cukrovku, tak*

mám oči na nic. Odpoledne na oběd, potom člověk si lehne, posedí zas tam s nima a tak. A v létě též ven bo kde jinde.“

B- *„Tuš prozatím ještě si snídani, večere si dělám sama no. A pokud je počasí přijatelné, no tak půjdu trochu ven. A jestli něco je, tady říkáme, že v senátu, jestli tam mají nějaký program, tak se zúčastňuji no a tak to každý den dokola no.“*

C- *„Spíme, sedíme, vykládáme. Vstanu, do sprchy, teď už mi to idě pomalu, bo o holách a to no, posnídám si. Ale za těch 5 roků troške to nemožeme pochopit', že my za těch 5 roků tak zestárli. Zpívat nejde, tak tolik jsme se uzpívali vždycky, každý jeden den zpěv, druhý tělocvik, třetí zas jakési ruční práce, vyšívání nebo, co kdo jaksi měl zájem. Anebo vykládali, vzpomínali, na staré časy ačkoliv též to bylo všelijaké kdysi.“*

D- *„Nahoru se scházíme dopoledne každé den. Jednou se zpívá, podruhý zas tam čte co je novýho, pak cvičíme jeden den. Kytičky si tady pěstuju, kanárka támhle, abych furt měla nějakou činnost. Až bude venku pěkně, tak tam venku budu mít kytičky, tady v tom okně, na balkóně. Prostě musím furt něco dělat no, ale nic těžký to jako.“*

E- *„Teď tu mám tu zahrádku takovou maličkou. Už mi tam kvetou sněženky, tulipány už vylazujou. V tom mám takovou zálibu, aby mi nebylo líto toho pozemku, co jsem měl tam. A potom máme sněmovnu nebo parlament, tam se scházíme, tam něco kutíme, něco na výstavu, něco vytváříme. Odpoledne máme klid. Ale snažíme se zajít aji si do obchodu ještě, třeba nějakou zeleninu koupit, nebo na ty procházky. Manželka už říká, že nemůže přijít, jí nohy bolí.“*

5) Jste spokojen/a s materiálním vybavením (strava, ubytování)?

A- *„Vybavení jsme si museli sami všecko tu dát. Tu byla jen linka a vařič. A strava? Ale jako kdy no. Jenomže tu je, člověk má cukrovku a tu není žádná dieta. A je nás tu pár cukrovkářů. A oni říkají, že by musela být dietní sestra a že na to nejsou peníze.“*

B- *„Ano jsem.“*

C- *„Já nevím no tak, já mluvím za sebe, já su spokojená. Teplé jídlo. Ale taký fakt dostatek, bo opravdu jak chce přidat no tak přidaju. A obsluha též to, úklidy, jednou*

v týdnu a jak potřeba, jak se cosi stane někomu, jaký malér, tak uklidí, s tím též ne-su potíže. “

D- *„Jsem, jsem no se stravou. Já teda chodím jenom na obědy, jo protože jako to máme povinný tady obědy. Jinak svačiny a to, to si dělám sama, protože zatím můžu, že jo. “*

E- *„Ja, ja strašně jsme spokojeni, se všeckým. Ted' bereme už celou stravu, celodenní. No, když chceme si něco uvařit, tak si uvaříme. “*

6) Jak si rozumíte s personálem? Jste spokojen/a s jejich péčí?

A- *„Ja, ja, dobré no. Já ještě toho moc nepotřebuju. Eště nejsem ležák, eště poradím si sama. “*

B- *„Dobře, jo jo. Ano. “*

C- *„Jo. O to jsem spadla, no tak mě museli mazat, bo já tam to na záda nedostanu a to, ale to ony přijdou. Máme zvonky u postele. “*

D- *„Ale jo, no tak. Akorát co mi vadí, ta jejich řeč. Já jsem Češka a oni mluvěj polsky i všelijaký. A já jim dost špatně rozumím. Co nerozumím tak je poprosím, aby mi to vysvětlili, ale už je mi to trapný, furt se ptát co to je. Ale jinak je to dobrý, protože vopravdu tady se vo nás starají. Stačí, že člověk, já jsem ted' nedávno měla zánět v rukou, tak sestřičky hned přišly a masti a obklady, opravdu se starají. A pak tady máte soukromí, to je důležitý. Nikdo nám neporoučí, smíte, nesmíte. Jo akorát, že se musíme nahlásit, když někam jdem, aby věděli. “*

E- *„Ja, jsou strašně v pohodě, všeci jsou hodní. Vyžadují též pořádek, disciplínu, to je všude takto, ale jinak jsme spokojeni se všeckým. Máme tady hodnou vedoucí, jako pomůže, když je potřeba. “*

7) Vycházíte s ostatními obyvateli domova pro seniory?

A- *„No tuž, já se moc s nima tak nestýkám. Bylo to tu kdysi lepší. Před pěti rokami to byli všeci ještě, měli elánu, ale ted' už všeci su tací, už to poznat, že to zestárlo. “*

B- *„Dobře vycházím, dyť nemám žádné problémy. “*

- C- *„Jak to říct, dobře. Ale tak jo, jak se scházíme, jdem tam, co tam máme, též nám to vybavili tak pěkně. Ne, žádné hádky. Měla bych se hádat, tak se jdu zavřít tady radši.“*
- D- *„Vycházím, tady se s nikým nehádám. Opravdu jako my se pozdravíme a sem tam si něco řeknem, jak se máme nebo to. My se tady nehádáme.“*
- E- *„Ja, ja. Scházíme se, tam si (v tzv. sněmovně) poklábosíme, kolikrát. Manželka ta málo mluví, protože moc též neslyší a sem tam se zapojí.“*

8) Jste v kontaktu se svojí rodinou?

- A- *„Jo, navštěvuji. Často. Já mám 4 děti. Jsem ráda, že jsem v Hnojniku. Zase jsem se potkávala pořád s kýmsik. Kdyby to bylo kde jinde, tak už by to také nebylo, lepší tu. A dvě děti mám v Hnojniku, jeden je ve Vratimově, jedna ve Frýdku.“*
- B- *„Ano. Scházím se se synem. No syn tu jezdí za mnou, mám jednoho syna.“*
- C- *„Se všemi. Aji sousedi ještě. Tu je hodně známých, jak tu žijete 60 roků, že. A rodina ja, ted' též nahlášení po poledni, že přijedou. Takže se všemi, i vnuky. Ale ti pracuju ještě, ale moje děti, že a kerý už je v důchodě no tak ti přijdou každou chvíli.“*
- D- *„Jsem i nejsem. Já mám 3 syny, jeden je v Praze, druhý je tam za Libercem. Takže vždycky v létě, když mám narozeniny nebo tak, tak sem přijedou. Mě teda telefonem zavolaj. Mám už pravnoučata, ani jsem je pořádně neviděla, protože to je daleko všechno, to mi jako trošku vadí. Ten jeden, toho mám tady ve Vělopolí, takže s ním mám jako bližší. Ten mi volá pomalu každé den ráno, a když potřebuju no tak mi něco přiveze. I se sestrou si telefonujeme občas.“*
- E- *„Ja, ja, přicházejí. Mám 2 dcery, syna. Syn je ve Frýdku. Dcera jedna je v Havířově a jedna je v Řece. A ti z Havířova často přijíždějí a ti z Frýdku též, ta z Řeky má hospodářství svoje. Přes zimu tak moc ne. Když potom už je lepší počasí, tak sedne do auta, přijedou se též podívat. Aji my jsme tam u nich někedy aji 14 dní. Manželka byla ted' v Havířově též týden u dcery, si odpočinout. Já jsem též měl klid trošku, hodně potíží s ní už je no.“*

9) Trápí Vás zdravotní obtíže?

- A- *„No, cukrovka. S tu cukrovku mám zničené oči. A mám operované oči, tyn šedý zákal. Já jsem tu přišla dobrá, já jsem byla na cukrovku na tabletkách. A potom tady, začli mi inzulin píchat. A tak jsem úplně, já nic nepřečtu, nepodpíšu se, podpíšu, ale jako, špatně no. Nemožu číst nic. A včil mi u ruk ty prsty mi ty kanálky ucpávají se, tak též nemožu zapnout nic, ani jehlu do ruky chytit. Ted' odvápnění, páteř špatná, nohy špatné, ale chodím ještě no. A artrózu, revma také. No strašné bolesti no, ale což, chválu bohu, že tak.“*
- B- *„To víte, že jo. Moc mě trápí oči, málo slyším, různé operace jsem už měla no. Mám těch zdravotních problémů dost.“*
- C- *„To by byl zázrak, jak by nám nic nebylo. Nevidím, špatně slyším. Ale ten zrak, no co nadělám, mám operované aji letos. Nejhorší ty nohy, to chození už těžké. Já jsem chodila 10 roků s poštu tu po dědině, to bylo kilometrů pořád, den co den. Revma, srdce též, i po infarktu, operace, žlučník též, ozárky, to všecko žech přežila.“*
- D- *„Trápí, já mám cukrovku, ne moc vysokou, ale mám. Chodím na kontroly se srdíčkem. A poslední dobou mě nějak páteř začala zlobit, že jsem i kolikrát omdlela prostě najednou. Proto já se ted' už bojím chodit ven. Ted' jsem měla s rukou, nějak kej zánět. Ono pořád něco je, to lepší nebude.“*
- E- *„No, mám s kloubama a kolena. A se zaživacím ústrojím mám často. Jsem byl loni 4 krát v nemocnici kvůli žaludku, břicha, no a musí dodržovat dietu, vydržet. Ale když je zle, tak mě odvezou do nemocnice. Když zvracím, potom horečka přijde nebo cosi, tak mě odvezou. A když už cítím, že něco, tak si už pomáhá sám, mám kapky, všecko už připravené, jak by náhodou.“*

10) Jakým způsobem zvládáte těžkosti ve svém životě?

- A- *„Jak no. Nejradši jsem sama, já chcu mět klid. Na televizu se moc nedívám, bo mám ty oči už také, tak si pustím rádio a pomodlím se a popláču. Jako možu no. Máme tu kaplu, tak jsem ráda, že tu můžu chodit. Máme tady mše svaté.“*
- B- *„No pan doktor tu chodí, když něco no tak si ho zavolám no. Užívám léky a tak no.“*

- C- *„Za prvé smířit se s tím životem, to se nedá přemocet. Není to příjemné, některé věci v životě. Manžel mladý umřel, ještě neměl 50 a já s děckami. No a všechno to přežila, ale musí brát ten život, tak jak jde. Kapku se smířit i s tymi neúspěchy a tak. To zdraví, no nemožu naříkat. Léčili nás, teď už nechcu do nemocnice. Ale oni mě tam ještě pošlu. A snaží se, no co též možu, zázraky dělat nemůžou to, s tím se musíme smířit. Pokud idě pomozou.“*
- D- *„Musím, musím. Sice člověk má už strach, aby ještě vůbec chodil, protože jak přestanete chodit, tak jste ležák. A já bych nerada, abych furt musela někoho otravovat, aby mě tady převlíkal a krmil a to. Tak se snažím. Musím něco dělat, kytičky si pěstuju, kanárka támhle, abych furt měla nějakou činnost.“*
- E- *„Tak, jak to říct. Třeba velké tolerance na všechno, se soužití s manželkou. Tak všechno, jak to chodí no.“*

11) Našel/a jste smysl života? Pro co nyní žijete?

- A- *„Pro nic... No pro vnuky moje, pravnuky, já jsem už pětkrát pra pra, mám hodně té drobotiny. Tak to mě drží.“*
- B- *„Aby člověk aspoň mohl chodit a tak jako doposud, že bych si ještě kolem sebe udělala co je třeba. No ale jinak, v tomto věku už těžko, nějaké plány.“*
- C- *„Jak Vám to říct. Mám radost z dětí, mám toho jak smetí. Já mám 16 pravnuků a pravnuček dohromady. Mám opravdu radost. Ale díky bohu žádný se nespustil. Žádné drogy, ani nekuří, jeden myslím z nich kouří, a tak žiju opravdu bez problémů. Toto člověka těší, lituju těch co mají také problémy.“*
- D- *„Můj smysl je, abych vydržela, abych trošku jako byla soběstačná. Abych to zdravíčko co mám, udržela. Protože člověk neví, kdy se jako složí.“*
- E- *„Žiji pro děcka no. Jsme se oženili, máme děcka, tak žijeme pro ty děcka. Tak jak oni si žijí, to už je jejich věc. A žijeme kvůli někomu.“*

12) Jak trávíte svůj volný čas?

- A- *„Co možu dělat, jak máte oči fuč, ruce. Posedím anebo poslouchám hudbu, dechovky mám ráda tak, děcka koupili ty céděčka. Anebo si sednu tam na chvilku ku klientům. A spím nejradši už.“*
- B- *„No pokud tam je něco, tak se zúčastním. Nebo jdu k nějaké sousedce, na nějakou besedu, anebo si lehnu, no jak mi třeba.“*
- C- *„To je bída, to je trápení. Nevidím a to mě trápí, já jsem ráda četla. Ráda si pustím televizi vždycky po obědě, místo si hned lehnuť, tak idu až za hodinu. Protože tam bývá povídání, je tam lékař a je to moc dobře, číst nemůžu, tak to. Líbí se mi takové ty pořady z přírody. Anebo rádio si pustím, též su pořady pěkné. A tam nevidím ty obrysy, že, ale slyším, no poslouchám. Někdy usnu a někdy ne. Ale v létě ideme ven, většinou. Tu též máme posezení, říkáme tomu sněmovna. Posedíme, kávu si tam dáme, trochu popovídáme a je večer.“*
- D- *„Čtu. Teď si pučuju, sice to jsou románky, ale čtu. No a někdy si pouštím i hudbu, protože mám kazety, anebo tu televizi. Já mám ráda klid, když můžu v klidu to poslouchat nebo číst. No pak se starám o ty moje zahradnický ty no, škoda, že nemůžu mít zahrádku, člověk by se tam vyřádil, že jo no, nejde všechno mít.“*
- E- *„Mám tu zahrádku takovou maličkou, v tom koutíčku. V tom mám takovou zálibu. Potom máme sněmovnu, tam se scházíme, něco kutíme, něco na výstavu, něco vytváříme. Na procházky též chvilčkama jdeme, pokud to zvládneme.“*

13) Máte zájem o nové dovednosti a informace?

- A- *„Když nemůžete s tyhmi rukama, tak co. Ráda poslouchám zprávy a mě to zajímá a tak. Co nového no, moc se toho nedovíte, jedině jak tu přijde kdo, tak mi poví.“*
- B- *„No na televizi se nemohu dívat kvůli očím, to nevidím. Ale rozhlas poslouchám, zprávy, to ano.“*
- C- *„Ráda si pustím tu televizi vždycky po obědě. Anebo rádio si pustím, též su pořady pěkné. Tam nevidím ty obrysy, ale slyším, no poslouchám.“*
- D- *„Jo, jo, no my tam právě nahoru se scházíme dopoledne každé den.“*

- E- *„No tak to mám. Přijde ta paní kulturní, nám tam všecko popovídá, co je nového. Máme aji náboženské chvíle, zpíváme někdy nábožné písničky i takové všelijaké. Máme takové kulturní vložky, to dělá ta paní kulturní.“*

14) Uskutečňuje pro Vás toto zařízení nějaké akce? Pokud ano, účastníte se jich?

- A- *„Ale sem tam cosi je. No jo. Ráda se chodím mezi lidi pobavit.“*
- B- *„Ano, to víte, že jo.“*
- C- *„Tuž s námi co už tak. Dobré by bylo si ještě kde na půl dna zajet, ale s těmi hola-mi. Ale tu doma ja. Měli i ples. Na Velikonoce když ještě více nás tu bylo, co viděli dobře. No ale letos též ještě, výstavku vždycky na Velikonoce, na Vánoce děláváme. My už se jenom díváme, to nás mrzí, ale nic neuděláme, nevidíme na to. Paní v posledním pokoju ta hraje na housle, někdy veme ty housle a zahraje trochu, ko-ledy a to. Vaječinu smažíme.“*
- D- *„Pořádají, jako ven ne. Ale tady pro všechny, my jsme tady měli hudebníky, paní, která nám četla z knížky. Dokonce nám v loni hráli divadlo. Furt se něco tady děje, a když jsou nějaký ty svátky. Mikuláše nám tady udělali, s čertem taky, na Tři krále tady chodili.“*
- E- *„Ja, pořádají. Strašně rád tam idu na chvíli. A rád něco kutím rukama, něco dělat, na chůzi to už moc není, ale tak sedím. Či vystřihovat, či nůžkama něco, navlíkat, nebo cosi to, takové ty ruční práce, mám strašně rád. Zajímá mě to, tak.“*

15) Cítíte se v domově pro seniory dobře?

- A- *„Na co se tu možu stěžovat. Najíst se dostaneme, máme tady jídelnu. Nakonec jsem ráda, že jsem tu.“*
- B- *„No ano, protože si myslím, že pro staré lidi už nemůže být něco lepšího. Tu máme všechno. Uklízejí nám, léky nám donesou, jídlo máme.“*
- C- *„Jak bych eště naříkala, tak to už by byl velký hřích.“*
- D- *„No jo, cítím se dobře.“*
- E- *„Dobře.“*

- **Chybí Vám zde něco?**

- A- *„Co by mi mělo chybět? Tuž je mi smutno strašně. Máme 4 děti, ale to už nenahradí mi manžela nikdy. Bojím se, abych nebyla ležák, abych měla rozum. Nemáme tu posezení, též nám mohli udělat, že není peněz. Tak tu sedíme hned z kraja u cesty, pořád ty auta jezdí v jednom kusu. Peníze – člověk vyvalí celý důchod, zaplatíte ubytování, jídlo, léky su drahé, tak Vám zůstanou pár korun.“*
- B- *„No jo, tuš to je těžko říct no. To víte, ono už to není takový ten život, jako býval, roky přibyly, že. Kdysi se to bylo úplně něco jiného, no ale teď už se člověk musí přizpůsobit, tak jak to jde.“*
- C- *„Opravdu nevím, zazvoním, přijdou, nezneužívám. No nemám, nemám žádné stížnosti nebo co, ale to je člověkem. Trochu kdyby bylo, no všechno nejde najednou, kdyby tu byla ta zahrada jakási trochu.“*
- D- *„No co mi chybí, chybí mi víc peněz. Si říkám, kdyby byly peníze, co bych asi si koupila. Tuž, já jsem v životě moc peněz nikdy nic neměla. Ale občas mám nějaký to přání tak jako něco vylepšit, nebo něco to se podívat. Tak ono je furt, člověk má pořád nějaký přání, ne?“*
- E- *„Ani nic, nevím. Doktor nám tu přijde, když nám je zle. Tak co nám tu chybí, nic. Máme tu teplo, koupelnu, čistou vodu teplou, máme všechno.“*

16) Máte nějaké sny nebo plány?

- A- *„Co můžu mít za plány, no čekat na smrt. A bojím se, že se s tymi děckami nerozloučím.“*
- B- *„Nemám, ne.“*
- C- *„V takovém klidu dožít ty poslední, či to budou dny, či to budou měsíce, či to ještě bude rok. No a jinač co by v tym státě byl klid, ať se už tam nehádají, bo to to nás strašně rozčiluje.“*

- D- „Plány žádný už nedělám. Mám akorát plán, abych co nejdýl ještě vydržela, nějaký čas. Ve zdraví, no ve zdraví no tak jak to jde. Vždycky se těším na léto, protože vím, že přijedou pravnoučata, že je zase uvidím. A to člověka tak utěšuje.“
- E- „Co můžu do budoucnosti, žádné plány už. Jenom dožít, aby nám zdraví sloužilo. Snaží se, starají se o všechno, takže, co si můžeme víc přát. Nic neplánujeme.“

- **kategorie 1 – zdraví**

pojmy: bolest, trápení, strach, chci mít klid, smíření se s životem, tolerance, radost z dětí, soběstačnost

Některé seniory vedlo k rozhodnutí přestěhovat se do domova pro seniory jejich zdravotní stav a také vědomí, že zde o ně bude postaráno a budou mít nablízku personál, který jim zajistí potřebnou péči.

U většiny klientů převládají potíže se sluchem a očima. Dalšími pak jsou zejména cukrovka, artróza, revma, potíže s páteří, žlučníkem, zažívací problémy. Celkově uvádějí, že už nemají takový elán a vitalitu jako dříve (třeba před 5 lety).

Těžkosti ve svém životě jim pomáhá překonávat víra, ale také smíření se se životem a neúspěchy. Dále pak velká tolerance ve všech směrech života. Velkou oporou jim je rodina a blízcí přátelé.

Jako smysl života vidí žít pro své rodiny, děti. A hlavně zůstat soběstačnými, aby nezatěžovali druhé.

- **kategorie 2 – sociální vztahy**

pojmy: návštěvy, známí, sousedi, děti, péče, spokojenost, pomoc, dřívější elán, žádné hádky

Vztahy s rodinou jsou pro uživatele velmi důležité a i s přestěhováním do domova nejsou přerhané, ale fungují. Navštěvují je zde často a někteří se setkávají i s přáteli a známými

sousedy, jelikož je lidé v okolí znají. Jsou v kontaktu i prostřednictvím telefonu. Klienty těší způsob života dětí, že žijí slušně a nepodlehli žádným lákadlům dnešní doby (alkoholu, drogám). Špatně snášejí nemoci a úmrtí svých blízkých.

Všichni dotazovaní jsou spokojeni s personálem i jejich péčí. U postelí mají klienti rozmístěné zvonky, takže kdykoli potřebují péči někoho z personálu tak je mohou tímto způsobem rychle přivolat.

S ostatními obyvateli domova si rozumí a scházejí se rádi, i když říkají, že kdysi to bylo lepší, protože byli mladší, aktivnější a měli více elánu a chuti zapojovat se do různých aktivit. Problémy mezi nimi nevznikají, nehádají se.

- **kategorie 3 – volný čas**

pojmy: hudba, pořady, rádio, zprávy, odpočinek, čtení, zahrádka, procházky, kulturní program

Dopolední aktivity:

pondělí v 10:30 hod.: cvičení v jídelně

úterý v 10:00 hod.: zpívání lidových a populárních písniček, čtení povídek, básní

čtvrtek v 10:00 hod.: procvičování paměti, postřehu, hry, hádanky

pátek v 10:00 hod.: čtení z Bible, křesťanské literatury, zpívání duchovních písní

Klient má právo organizovat svůj volný čas sám. Nabídku pro využití volnočasových aktivit a sociálních potřeb zajišťuje pracovnice v sociálních službách (kulturní pracovnice).

Radost klientům dělají společná setkání, na která se těší. Rádi zpívají, povídají si a dozvídají se nové informace. Duchovní potřeby uspokojují svými návštěvami zástupci katolické i evangelické církve, ale i pracovnice zařízení, a to duchovními chvílkami, zpěvem písní, slavením křesťanských svátků. Pravidelné mše svaté se konají v místní kapli, kterých se klienti se zájmem účastní.

Senioři se shodují v tom, že nejraději poslouchají rádio, hudbu nebo si pustí televizi. Zají-
mají se aktivně také o dění kolem sebe, sledují zprávy a těší se, když jim někdo říká, co je
nového.

Ti, kterým to zrak umožní, si rádi něco přečtou. Aktivnější klienti rádi něco vytvářejí ru-
kama, chodí na procházky, pokud mohou. Někteří pěstují květiny a jeden pán má i kousek
zahradky. Zmiňují, že už mají rádi hlavně svůj klid a odpočinek.

- **kategorie 4 – poskytované služby**

pojmy: spokojenost, dostatek, žádná dieta, řeč, soukromí, pořádek, disciplína

Denní program:

7:30 – 8:30	snídaně
10:00	terapeutické a volnočasové aktivity (společenská místnost nebo „sněmovna“)
11:30 – 12:30	oběd
12:30 – 14:30	odpolední klid
14:30 – 15:00	svačinka
17:30 – 18:00	večeře
22:00 – 6:00	noční klid

Aktivně se účastní setkání v tzv. „sněmovně“, kde kulturní sociální pracovnice pro ně mívá
určitý program nebo si zde jen povídají. Domov pro klienty pořádá různé akce: plesy, Mi-
kuláše, různé výstavy ke svátkům, divadlo, smažení vaječiny. Jedna klientka by ocenila,
kdyby se realizovaly nějaké půl denní výlety.

Se stravou i ubytováním jsou dotazovaní spokojeni. Ale jedné klientce chybí dietní strava,
jelikož má cukrovku. Vybavení bytů si klienti zařizovali sami, a proto bylo útulné a vůbec
nepůsobilo ústavním dojmem. Cenný je dostatek prostoru pro své soukromí, které klienti
ve svých pokojích mají, manželé žijí spolu ve stejném bytě.

Celkové prostory a vybavení domova jsou zmodernizované. Klienti by uvítali venkovní posezení v klidnějším prostředí, než v kterém se nachází teď. Péči personálu hodnotí všichni velice kladně a nezneužívají ji. Jedna účastnice rozhovoru zmínila, že ji trochu vadí řeč personálu, který mluví převážně nářečím. Od uživatelů je požadovaná disciplína a dodržování pořádku. Paní ředitelku všichni klienti hodnotí velmi kladně. Lékař do domova dochází pravidelně jednou týdně, nebo je volán při změně zdravotního stavu klienta. V akutních případech je volána lékařská pohotovostní služba.

6 SHRNU TÍ

I přesto, že Domov pro seniory v Hnojníku byl otevřen poměrně nedávno, a to na podzim roku 2004, je zřejmé, že se zde dotazovaní klienti cítí dobře. Ze zjištěných výsledků výzkumu vyplývá dle dotazovaných respondentů, že zařízení poskytuje kvalitní služby svým uživatelům a snaží se je neustále zlepšovat ale i modernizovat.

Za velmi kladný prvek většina dotazovaných vidí možnost žít v domově pro seniory ve svém bydlišti, kde strávili velkou část svého života. Lidé je zde znají a návštěvy rodiny tak mohou být častější, protože jsou snadno dostupné. Nechtěli by proto už tento domov opustit.

Hlavním ukazatelem aktivního zapojení se do společenského života je zdravotní stav. Nabídka volnočasových aktivit je poměrně pestrá a dává možnost klientům vybrat si dle svých zájmů to, co je baví. Personál zastává individuální přístup ke svým klientům, snaží se podporovat jejich samostatnost a do ničeho je nenutí, ale nechává svobodnou vůli k rozhodnutí. Z mého pohledu k udržení psychické pohody je nutné vést klienty ke svým zálibám a zájmům, které je určitým způsobem obohacují a činí jim radost. Milým překvapením pro mě bylo, že zde uživatelé mohou mít drobné zvířecí mazlíčky. Dva senioři měli ve svých bytech andulky. Zvíře určitě může mít příznivý vliv na duševní stránku lidí, třeba i drobné zvířectvo takového druhu.

Na otázku, zda v DPS klientům něco chybí, se v odpovědích objevil nedostatek financí. Tento jev je pochopitelný a myslím si, že není v silách personálu jej řešit. Je dán zvláště tím, že senioři významnou částí své penze zaplatí za pobyt v DPS. Za zbylé peníze uhradí stravu a své léky, které nejsou nejlevnější. Na mimořádné a osobní výdaje, tak klientům nezbyvá mnoho nebo lépe řečeno téměř nic.

U poslední otázky mě zaskočilo, že dva dotazovaní nemají žádné přání do budoucnosti. Ostatní senioři si přejí zůstat co nejdéle zdraví a soběstační, těšit se ze setkání s rodinou. Jedna paní vyslovila přání klidu a míru v tomto státě, a aby se politici dále nehádali.

Návrhy na zlepšení pro DPS v Hnojníku jsou jen drobná a ne závažná. Jedná se zejména o následující doporučení:

- Někteří klienti se shodli v tom, že by si přáli venkovní posezení v klidnějším prostředí. Stávající posezení se nachází jen kousek od hlavní cesty a senioři si tak stěžují na hluk od projíždějících aut. Řešením by mohlo být vybudování posezení za objektem domova pro seniory, kde by tak případné rušení hlukem mohlo být částečně utlumeno.
- Jedna klientka vyjádřila velké přání mít vlastní zahrádku, pokud by to bylo možné, mohlo by být vytvořeno takové místo. Jelikož už jeden klient kousek zahrádky má, nemusel by to být problém jej popřípadě rozšířit nebo vytvořit nové.
- DPS by mohl uskutečnit občas také nějaký výlet (ať už poznávací nebo třeba na zajímavou kulturní akci) pro klienty, kteří by o to projeví zájem a byli by jej schopni absolvovat vzhledem ke zdravotnímu stavu.
- V domově je několik klientů s cukrovkou, a proto by mohla být v jídelničce zařazena i strava dietní, kterou postrádají tito lidé.
- Jedné klientce trochu vadí řeč personálu, protože mluví převážně tamějším nářečím (čeština s prvky polského jazyka). Uživatelka je z Čech a proto tomuto nářečí moc nerozumí.
- Jinou klientku mrzí, že se zdejší personál neustále mění. Zdůvodňuje to tím, že domov patří pod Charitu a tak zaměstnanci odcházejí na lépe placená místa. Tento jev lze jen stěží minimalizovat a je plně v kompetenci paní ředitelky.

ZÁVĚR

Při zpracovávání bakalářské práce jsem se mohla dozvědět více o životě seniorů v domově pro seniory v Hnojníku a další cenné informace. Např. důvody odchodu do tohoto typu zařízení, jaké jsou vztahy seniorů s rodinou, co jim v domově chybí, zda mají nějaká přání nebo sny.

Důvodem k odchodu do domova pro seniory jsou nejčastěji uváděny právě zdravotní problémy, dále dostupnost a zajištění potřebné péče, nebo také jako nouzové řešení, protože nebyla jiná možnost, kam by mohli jít. Pro některé seniory byl těžký začátek po příchodu do domova a obávali se jej, zvláště toho, zvyknout si na nové prostředí. Nyní by odtud nikam jinam jít nechtěli, vytvořili si zde určité zázemí, kde chtějí strávit svou závěrečnou životní etapu.

Jak jsem předpokládala hlavní útěchou a impulzem, který seniory drží tzv. nad vodou, je jejich rodina, přátelé a blízcí. I s přestěhováním do domova udržují nadále kontakty s rodinnými příslušníky, kteří je zde navštěvují. Nebo i naopak senioři tráví svůj čas s nimi, zejména o svátcích a víkendech. Jako přání klienti zmiňovali především zdraví své a jejich rodiny. Touží po tom, pokud to jen bude možné, co nejdéle prožít zbývající úsek života s blízkými a vidět pravnučky vyrůstat.

Klienti žijí v bytových jednotkách, kde mají dostatečný prostor pro své soukromí. Velkým kladem a výhodou pro ně je možnost vybavit byt dle svých představ tak, jak byli dříve zvyklí doma. Byty uživatelů tak nepůsobí ústavním dojmem, ale naopak velmi útulně, někteří v nich dokonce chovají zvířecí mazlíčky.

Z výsledků výzkumu vyplývá, že jsou dotazovaní obyvatelé domova pro seniory celkově spokojeni jak s úrovní poskytovaných služeb, ubytováním, stravou, tak i s péčí personálu. Senioři se shodují v tom, že se v tomto zařízení cítí dobře a nevyměnili by jej za jiné, což si myslím, že vypovídá významně o celkové kvalitě života a spokojenosti dotazovaných respondentů.

Uvedená doporučení na zlepšení jsou nepatrná a ne příliš radikální. Toto potvrzuje i skutečnost, že personálu nejsou cizí stanovená poslání a cíle zařízení. Přesto si myslím, že mohou závěry z mého výzkumu, napomoci ke zkvalitnění už tak jistě kvalitních služeb domova pro seniory. Získané poznatky budou předány paní ředitelce a doufám, že se stanou přínosem pro toto zařízení.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] ČORNANIČOVÁ, R.; PETŘKOVÁ, A. *Gerontagogika – úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-244-0879-1.
- [2] HOLMEROVÁ, I.; JURAŠKOVÁ, B.; ZIKMUNDOVÁ, K. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. 2. doplněné vydání. Praha: Česká alzheimerovská společnost, 2003. ISBN 80-86541-12-6.
- [3] KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 1.vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-551-2.
- [4] MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1362-4.
- [5] MPSV. *Kvalita života ve stáří: Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*. 1. vyd. Praha: MPSV, 2008. ISBN 978-80-86878-65-2.
- [6] PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 08-006-91.
- [7] RHEINWALDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999. ISBN 80-7169-828-8. Nepublikováno.
- [8] ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-078-0.
- [9] SÝKOROVÁ, D. *Autonomie ve stáří: Kapitoly z gerontosociologie*. 1. vyd. Praha: SLON, 2007. ISBN 978-80-86429-62-5.
- [10] TOPINKOVÁ, E. *Geriatricie pro praxi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2005. ISBN 80-7262-365-6.
- [11] TOŠNEROVÁ, T. *Jak si vychutnat seniorská léta*. 1. vyd. Brno: Computer Press, 2009. ISBN 978-80-251-2104-7.
- [12] TOŠNEROVÁ, T.; TOŠNER, J. Stárnutí a jeho souvislosti. *Sociální politika*. 1997, roč. 23, č. 9, s. 8.
- [13] VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.

- [14] VIDOVIČOVÁ, L. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.

Internetové zdroje

MPSV.CZ: Ministerstvo práce a sociálních věcí. Zákon č. 108/2006 Sb. URL: <<http://www.mpsv.cz/>>.

Elektronické publikace

TOŠNEROVÁ, T. *Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. 1. vyd. Praha, 2002. ISBN 80-238-9506-0. URL: <<http://www.helpnet.cz/seniori/publikace-studie-o-seniorech.html/>>.

VOHRALÍKOVÁ, L; RABUŠIC, L. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. 1. vyd. Praha: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2. URL: <<http://www.aleph.vkol.cz/pub/svk01/00075/91/000759134.htm/>>.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

§	paragraf
+	plus
%	procento
atd.	a tak dále
č.	číslo
DPS	domov pro seniory
MPSV	Ministerstvo práce a sociálních věcí
např.	například
OSN	Organizace spojených národů
tzv.	tak zvaně

SEZNAM PŘÍLOH

I. Přepis rozhovorů s klienty

PŘÍLOHA P I: ROZHOVORY S KLIENTY

1. klient (85 let, žena)

Tak já bych Vás poprosila o první otázku a ta je: jak dlouho žijete tady v domově pro seniory?

„5 a půl roku.“

Jak jste žila před nástupem do domova?

„No, pláč. Žila jsem v rodinném domku, jsme postavili. Potom mi manžel zemřel. Jsem, jsem byla sama, mám 4 děti, ale byla jsem sama. A jsem spadla, pomoci jsem neměla, ani nákup ani nic tak.“

Takže to Vás vedlo vlastně k přestěhování tady.

Dále se Vás chci zeptat, jak vypadá Váš běžný den. Co nejčastěji děláte.

„Ráno si vstanem, hygienu, že a toto. Kulturní tu je, tak něco, my tomu říkáme sněmovna, tak se tam scházíme a paní kulturní s námi něco nám vypráví nebo zpíváme nebo cosi děláme. Ale už je každý takový na nic, nevidí, já nevidím moc, bo mám velku cukrovku, tak mám oči na nic. Tak taký den no. Odpoledne na oběd, potom člověk si lehne, posedí zas tam s nima a tak. A v létě též ven bo kde jinde, no co tu můžete dělat.“

Dále se Vás chci zeptat, jestli jste spokojena s vybavením, se stravou, s ubytováním?

„Vybavení jsme si museli sami všechno tu dát. Tu byla jen linka a vaříč. A my jsme si museli zařídit sami všechno svoje. A co jste to říkala ještě?“

A se stravou?

„Ale jako kdy no. Člověk si už zvykne, na všechno, aji se poradí. Já už jsem si na všechno zvykla no. Ale dá se to. Jenomže tu je, člověk má cukrovku a tu není žádná dieta. A je nás tu pár cukrovkářů. A oni říkají, že by musela být dietní sestra a že na to nejsou peníze. No ale dneska není na nic peníze. Musíte jíst to, co Vám dají. Sladké, nesladké. To mě rozčiluje též tu bo. No a. Člověk se přikupí potom.“

Jak si rozumíte s personálem? Jak jste spokojena s jejich péčí?

„Já ještě toho moc nepotřebuju. Eště nejsem ležák, eště poradím si sama. Jedině, že mě okoupají raz za týden, protože já jsem si to dělala sama tři roky. Ale jsem byla v nemocnici a tam jsem uklouzla, zlámala ruku no a dvakrát jsem tu na spadla. Naražená zas ta ruka. Takže už to. Co možu to si udělám, ale nejde to už. A nohy už též slabé. Tak takové. A co jste, že s personálem? Ja, ja. Dobré no.“

A rozumíte si s ostatními obyvateli?

„Co či se rozumím? No tuž, já se moc s nima tak nestýkám. Bylo to tu kdysi lepší. Před pěťima rokami to tak to byli všeci ještě, měli elánu, ale teď už všeci su tací, tací už to poznat, že to zestárlo. Ale ja taky rozumím.“

Jste v kontaktu se svojí rodinou?

„Jo, navštěvuji. Já mám čtyři děti a oni tu. Často. Jsem, jsem ráda, že jsem v Hnojníku, protože si tu potkám, kaplu tu máme, kaplu, i tam se známými. Já jsem chodila, zase jsem potkávala pořád s kýmsik, aji teď ještě tak. Kdyby to bylo kde jinde, tak už by to také nebylo. Ty děti mají taký přístup, lepší tu. Dva mám v Hnojníku. Já jsem z Hnojníka. A dvě děti mám v Hnojníku, jeden je ve Vratimově, jedna ve Frýdku. Ale chodí tu.“

Trápí Vás zdravotní obtíže?

„No, cukrovka. S tu cukrovku mám zničené oči a mám operované oči. Tyn šedý zákal. Já jsem tu přišla dobrá, já jsem byla na cukrovku měla na tabletkách. A potom tady, začli mi inzulin píchat. A tak jsem úplně, já jsem, já nic nepřečtu, nepodpíšu se, podpíšu, ale jako, špatně no a. Nemožu číst nic. A včil mi ty u ruk ty prsty mi ty kanálky ucpávají se, tak též nemožu zapnout nic, ani jehlu do ruky chytit nic. Teď odvápnění, páteř špatná, nohy špatné, ale chodím ještě no a. A artrózu, revma také. No strašné bolesti no, ale což, chválu Bohu, že tak. No tak.“

A jak zvládáte tyto těžkosti ve svém životě? Co Vám pomáhá k překonání?

Pláč. „Jak no. Nejradši jsem sama, já chcu mět klid. Na televizu se moc nedívám, bo mám ty oči už také, tak si pustím rádio a pomodlím se a popláču. Jako možu no. Máme tu kaplu, tak jsem ráda, že tu můžu chodit do kaple. Máme tady mše svaté. Kostel je blízko, ale já se už bojím chodit, že spadnu někde. A sestřičky nemají čas, aby s Vámi tam kdesi chodily.“

Našla jste smysl života? Pro co nyní žijete?

„Pro nic. Teď mě drží nad vodou. No pro vnuky moje, pravnuky, já jsem už pětkrát pra pra, mám hodně té drobotiny. Tak to mě drží. Tež za mnou přijdou.“

Jak trávíte svůj volný čas?

„Prosím. Co možu dělat, jak máte oči fuč, ruce. Posedím anebo poslouchám hudbu tu si, dechovky mám ráda tak, děcka koupili ty céděčka. Anebo si sednu tam na chvíli, ku klientům a. A spím nejradši už.“

Tak další otázka: jestli máte zájem o nové informace nebo dovednosti?

„Jaké informace? Když nemůžete s ty mi rukami, tak co. Ráda poslouchám zprávy a mě to zajímá a tak. Co nového no, ale moc se toho nedovíte, jediné jak tu přijde kdo, tak mi poví, co je nového.“

Jestli pro Vás uskutečňuje domov pro seniory nějaké akce?

„Ale sem tam cosi je.“

A účastníte se jich?

„No jo. Ráda se chodím mezi lidi pobavit.“

Cítíte se zde dobře? A popřípadě jestli Vám zde něco?

„Na co se tu možu stěžovat. Najíst se dostaneme a do jídelny, máme tady jídelnu. Kdysi nám tu dováželi, tak to bylo horší. Tak tu máme jídelnu, tak je to čerstvé a tak. To vaření, to jídlo ujde a no tak až na to, že tu nima té diety, ale jinač, jinač dobré no.“

A chybí Vám zde něco nebo nepostrádáte nic?

„Jako myslíte? Co by mi mělo chybit? Tuž je mi smutno strašně. Smutno mi je strašně. Můj manžel, už 19 roků jsem vdova. *Pláč*. Máme 4 děti, ale to už nenahradí mi manžela nikdy. Co možu robit', jak už mám tolik roků. Bojím se, abych nebyla ležák, aby mi ještě nohy trochu nesly. Abych měla rozum. Jak to tu vidím, jak už to, ten rozum odchodí těm lidem. Je to tako podivano strašně smutno.“

A poslední otázku: jestli máte nějaké sny nebo plány?

„Co můžu mít za plány, no čekat na smrt, no na to až mě. A bojím se. *Pláč*. Bojím se, že se s ty mi děckami nerozloučím. Bo umřít musí každý, ale jako. Plány žádné. Čekat až to přijde. Je mi tu smotno. Jsem si nikdy nepomyslela, že půjdu do domova. Chalupu jsme postavili ještě synovi a já jsem tu. Já jsem se tu nabřečela, jak mě tu dali, ale já už mám všec-

ky děcka důchodce. I já jsem se skoro ve vojnu vdávala, takže jsem měla 17 roků. Jsem se vdávala, takže já už mám staré děcka. Oni už tež su všeci bolaví, nemocní. O to jsem měla rakovinu a tak tak se z toho dostala. No tak starostí plno. A každého mám jinde a nemožu pomoct. A bojím se o nich. Dneska samé rakoviny. Dcera tež má cukrovku. Ta jedna měla rakovinu též, takže se z teho dostala, no ale to jsou strašné starosti. Vnuk mi umřel, manžel umřel. O to vnučky manžela zabilo auto a moc teho bylo. A já mám taku blbu povahu, že furt jen brečím. *Kašel*. Tu mi zase tu vad'ou se mnou, že se potym cukrovka ide nahoru. To není ze sladkého cukrovka. Minule jsem to dostala, jak mi manžel zemřel ze stresu. A co zrobím, nic. Lidi mě tu mají rádi, bo já nejsem i tak, že bych zbytečně otravovala. Bo jak někteří furt zvoní a furt musí lítat za ním ty sestřičky. A já se bráním, co možu, tak si sama, abych nemusela otravovat. No také to je no. Ale jsem ráda, že jsem tu. Protože my jsme tu většinou samé v těch pokojach, že nejsem s kysik. Bo člověk si otevře okno, kdy chce, pustí rádio, kdy chce, televizu, kdy chce, lehne si, kdy chce a někerému zas to vadí. Hádaju se tu, tuš tu tak ne, ale my jsme většinu samy. Manželé mají větší pokoje, ale některé ne, jedna paní má tež tak krásný byt, ale mi už to stačí. No jinač vedení je hodné, paní vedoucí, aji paní staniční, sestřičky též. Jenže se to furt tu mění, bud' tu že málo peněz dostávají, bo to je charita. Že každý utíká, kde je víc peněz a roboty, musí dělat noční a kdosi musí žehlit ještě sestry a chodit převrácát' tych pacientů, ty ležáky a přebalovat, mají teho hodně no. No jinač tuž nemožu si naříkat. Šťastná, že tu je kostel, kaple a že jsem v Hnojníku. No kdybych byla v Komorní Lhotce, to už je od ruky a už by tam za mnu nemohli tak chodit děcka. To jsem ještě šťastná a když možu chodit a ukážu se na Hnojník, tak každý ku mně idě a více mně a každý mně objímá a mě znají, takže mě to dobře dobře udělá no. Loni jsem moc nechodila, letos kdyby mi pán Bůh dal, abych mohla chodit. Tak to tu. Nemáme tu posezení, též nám mohli udělat, že není peněz. Tak tu sedíme tudy, tu hned z kraja u cesty mezi tyimi stromami, tam sedíme a jaké to je. Pořád ty auta jezdí, tu je obec, SNB a pořád auta jezdí v jednym kusu, smradu plno. A nikdy, posezení by mohli udělat, není peněz no dneska není na nic peněz no. Tak už 5 roků tak čumíme tu jenom na ty auta smradlané, to též člověka rozčiluje, ale co zrobíme no nic není peněz. Tako doba sprostá. Jinač tak co. Posmějeme venku. Venku jak sedíme je lepší no. A ted' jenom každý sedí na pokoji. Vybavili nám tu sněmovnu, pěkně. Kdysi jsme měli takové, co kdo zemřel, také staré křesla a gauče, tak a seděli a schůzovali na to. A včil nám tu paní vedoucí udělala pěkně, tak tu žádný nesedí, jedinež jak kulturní cosi tam má pro nás. Není to ono, jak to bylo ze začátku, není. Poznat, že ti lidé už už to zestárlo, a to nic, ale už teho hodně zemřelo tu.

A nejvíc na té chodbě. Já jsem tu, z těch prvních, co jsme tu přišli, tak jsme tady jenom 3. Jinač je všechno mrtvé. Tu už 11 na tej na té chodbě, nejvíc zemřelo 11 lidí. Ani tolik ležáků nezemřelo co tady. A co ještě my 3 tu zůstali z těch starých. Jsou to klienti, ale to je už všechno nové. Zase s nimi neznáte a zas to je také těžké no. A abych chodila po pokojích, to nemám ve zvyku, to radši sedím sama. Co jinšího no. Až na ty peníze. Že to člověk celý důchod vyvalí. Že nemůžete si tak navařit. Ty ruky su už, tak se bojím, že se opařím nebo co. Kdysi jsem si snídani a večeři dělala sama, teď už neporadím, se bojím. Mi hned spadne hrnek a opařím se nebo co, tak to radši беру celé. Zaplatíte ten ubytování a jídlo a všechno tak a léky jaké su drahé, tak Vám zůstane Vám pár korun. A to mám třeba na holiča, pedikúru, hygienu, to do záchoda to si všechno musíte sám koupit, čističe všechno, to zadarmo není, to ale. Tímpádem to všechno leze do peněz. A člověk na oblečení, člověk přibírá, tak už všechno malé a kupujte. Víte, jaké to je. Tady jezdí trhovci, no ale kupujte furt hadry. A to nic Vám nezbude. A těž se chce jakési sladkosti, no sladkosti, no tak cosi. Či salám, či ovoce nebo co. Děcka mi přinesu, ale. Máme tady bufet. No dneska je tu pátek. Pondělí, středa, pátek. Vidíte, vidíte, to to byste měl chuť na to, ale jako se tu kupovat. Musíte počítat dopředu furt. Platím 1300 za léky na a 500 na léky a 800 a furt no. Tu nemůžete být bez peněz, vůbec. A já nemám, já mám 9000 důchod, co to je. 4800 zaplatím za tu kumbál tu. Za jídlo za měsíc kolik to je. Oběd stojí 60 korun, jen oběd. Celodenní strava 120 korun, tak si to zpočítejte, měsíc. A co zrobím, nic nězrobím. Já nechcu, aby děcka mi tu smykaly ty a nosily, když oni sami mají se sebu dost. A stejně to člověk zadarmo by po nich to nemoh chcet'. Dcera mi třebas v nedělu, vždycky se dívá na jídelníček, jak je co blbého v sobotu, tak dycky mi přinese oběd. Ale já ji na to dám peníze, ona je důchodkyně, tak já ji nemožu, aby mi ona ze svoje dávala. Já ji dycky dám na to peníze, ale ona říká aspoň raz za týden pořádného něco. Víte, že člověk by si tak uvařil po svojemu. Dyt' člověk vyvařoval, jak byly 4 děcka a my dva, to bylo furt lidí dost ku obědu. A jak si člověk uvařil, a tak tak by člověk sněd po svojimu. No už nemožete. Tak ona mi aspoň přinese uvařené. Já potom bych nemusela 2 dny jest', jak se najím od ní oběd no. *Kašel*. A já už radši nic. Aby mi pán Bůh ještě dal trochu zdraví. Já člověk se dá všechno zvyknout', na všechno. Jsem ráda žech tu je, že. Jeden na chalupu a ostatní jsou na bytě a jako v těch bytách. Člověk se ide se osprchovat' kdy chce a člověkovu se ledasco přitrefí. A tam v těch panelákách, těch bytách, tam je malé ty koupelky a nízké záchody. Ani vstanout' nejde, čeho chytit'. Nakonec jsem ráda, že jsem tu. To je všechno. Možná, že někdo bude jinak mluvit, ale já to mluvím jak to

je no. Já se nebudu nadávat, co mi to pomůže. Já nemám na co nadávat. Oni mě mají rádi ty sestřičky všechny.“

Poté zazvonil paní telefon.

Já Vám strašně moc děkuji za rozhovor.

2. klient (82 let, žena)

Takže já bych začala první otázkou? A to jak dlouho tady žijete?

„Jak dlouho? 5 roků, ano.“

Dobře, tak další otázka: jak jste žila před nástupem tady do domova?

„Co dělám kdy? Ach bože, dyť já Vám nerozumím. Jak jsem se dostala? No žádost jsem podala no a jinak já nevím, jak to myslíte. No tuš jako každý no, žádost jsem dala a dostala jsem se tu no.“

A co Vás vedlo k přestěhování do domova?

„Musela jsem, protože jsem neměla, domek jsme museli prodat a já neměla kde jít no.“

Jak vypadá Váš běžný den? Co tak děláte během dne?

„*Smích*.. Na, tuš prozatím ještě si snídani, večere si dělám sama no. A pokud je počasí přijatelné, no tak půjdu trochu ven. A jestli něco je, tady říkáme, že v senátu, dole víte, jestli tam mají nějaký program, tak se zúčastňuji no a tak to každý den dokola no.“

Dále jestli jste spokojena s materiálním vybavením, s ubytováním, se stravou.

„Ano jsem.“

A máte dostatek prostoru pro své soukromí?

„No, to ano.“

Další otázka: jak si rozumíte se zdejšími personálem? Jste spokojena s jejich péčí?

„Jak vycházím nebo jak? Dobře, jo jo. Ano.“

Jste v kontaktu se svojí rodinou?

„Ano. Scházím se se synem. No syn tu jezdí za mnou, mám jednoho syna, tu jezdí no.“

Dále jestli si rozumíte s ostatními obyvateli tohoto domova?

„Dobře vycházím, dyť nemám žádné problémy.“

Ráda si s nimi povídáte?

„No, ano.“

Trápí Vás zdravotní obtíže?

„To víte, že jo. Moc mě trápí oči, málo slyším, různé operace jsem už měla no. Mám těch zdravotních problémů dost.“

Jakým způsobem zvládáte tyto těžkosti ve svém životě?

„Jakým způsobem? Hm. No pan doktor tu chodí, když něco no tak si ho zavolám no. Užívám léky a tak no.“

Pro co nyní žijete? Máte nějaký smysl života?

„Hm. Smích. Aby člověk aspoň mohl chodit a tak jako doposud, že bych si ještě kolem sebe udělala co je třeba. No ale jinak, v tomto věku už těžko, nějaké plány.“

Jak trávíte svůj volný čas? Co nejraději děláte?

„No však jsem už říkala, pokud tam je něco, tak se zúčastním nebo jdu k nějaké sousedce, na nějakou besedu, anebo si lehnu, no jak mi třeba, no tak.“

Máte zájem o nové informace? Zajímá Vás dění kolem Vás?

„No na televizi se nemohu dívat kvůli očím, to nevidím. Ale rozhlas poslouchám, zprávy to ano.“

Uskutečňuje pro Vás tento domov nějaké kulturní akce? Zúčastňujete se jich?

„Ano, to víte, že jo.“

Cítíte se zde dobře?

„No ano, protože si myslím, že pro staré lidi už nemůže být něco lepšího. Tu máme všechno. Máme tady po stránce tělesné, nebo to. Uklízejí nám, léky nám donesou, jídlo máme. No všechno máme, co potřebujeme.“

A je něco, co Vám tady chybí?

„No jo, tuš to je těžko říct no. To víte, ono už to není takový ten život, jako býval, to je samozřejmě, roky přibyly, že. Kdysi se to bylo úplně něco jiného, no ale teď už se člověk musí přizpůsobit, tak jak to jde.“

A poslední otázka: co očekáváte od budoucnosti?

„Od čeho? Ah.. Od budoucnosti, no aby to všechno zůstalo tak aspoň jak to je, myslím po stránce materiální i tak. Abychom tu byli spokojeni no, co ja možu do budoucnosti.“

Jestli máte nějaké přání, sen?

„Nemám, ne.“

Tak já Vám moc děkuji za rozhovor?

„Hm? Aha, prosím.“

3. klient (90 let, žena)

Tak můžeme začít? Jak dlouho žijete tady v domově?

„Můžeme. 5 a půl, ne v půlce, ne od listopadu, listopadu bylo 5 roků. Letos bude 6 no. Tak jak to otevřeli, jako. No. 6 roků, už, smích uteklo to tak.“

Další otázka: jak jste žila před nástupem do domova?

„*Povzdech.* Žili jsme no, žili, oni ti tam eště su. Jako dcera, já jsem měla domek, převzala ho dcera nejstarší a ti ho dali zas svojemu synovi, i tak jsme tam 3 rodiny, 3 ty, no. Já měla svoje a ti měli svoje, no svoje, po jednym pokoju, bo taký dům to nebyl, a mladí. Tři generace jsme tam byli, natěsnaní no, ale tak žili jsme celkem to, ale pak oznámili na obci, že tu to budu přistavět, jako ku té staré škole a že tu budou místa, že jak kdo chce, ať se přihlásí z těch starších lidí, kery mo zájem. A tak ja, ti měli děti už zas, teď mají kluky také velké. No já nevím, co bych tam robila, no byla bych tam v to, tam nebyli, že bych musela odejít nebo jakési hádky nebo absolutně. *Smích.* Eště já jsem se musela s nimi pohádat bo mi nechtěli, nechtěli, ať tu idu, že co lidi řekne. Já povím vykašlitě se na lidi, dyť možou muvit co chcum, jako lidi, kor na dědině. No a já pravím a já idu a jak mi nepřomůžete tak nepřudu. Pravi my ti nepřomůžeme, něbodeš se stěhovat, já pravím dobre, tak tu zůstanu a už

se nehnu. Tu vás ještě přibede, tam ti su mladí a to, bedymy se tlačit' na hromadě všichni. No to 3 generace, no ale ale tak potym jo. *Smích.* A to není daleko, já to mám tak dobre, bo to je o 2 dědiny, no to tu stejně všecko znám, tak a to. Tak, že jaksi mi tu není, někeří mě keří další sú z další a zas ty návštěvy majú míň, že bo z daleka dneska jet' na jeden den a to. No já zas to mám blízko, blíže, tak to zas přiletí každy nebo to.“

A tak co Vám vlastně vedlo k přestěhování tady?

„Tyn nedostatek místa, těsné toto. A já jsem už, já sama měla 5 dětí, mám eště žijú, chvála Bohu. No a ti už zas potym byli děti no. Nebyla mateřská, tři měsíce, ze začátku 6 týdnů, tak museli jít do roboty zas, no a já jsem už pak šla do důchodu. Mohla jsem si přivydělávat, no ale ty, by musely zůstat doma, no tak jsem hlídala celý život hlídám děti. *Smích.* Vychovávám a říkala jsem a vy se chovejtě teď sami a já idu na odpočinek. Tak jsem se tu vystěhovala, i mám tu klid, jézinečky, pokoj, kdy chcu to si to, máme. Já tu su strašně spokojená, bezvadné tu, chcu brát obědy, tak беру, no teď se nebudu trápit s vařením v 90 ještě tak. Ale snídani a večeru tu si ještě budu, zas mi přinesu z domu cosi a to, to si dělám ještě, ale obědy ne, to už.“

Jak vypadá Váš běžný život, běžný den tady?

„Spíme, sedíme, vykládáme. No běžný den no, co se dělá ráno, vstanu, do sprchy, teď už mi to idě pomalu, bo o holách a to no, posnídám si. Podívám se co si vemu na snídani, no a co po snídani, tak ze začátku ty aktivity jsme měli větší, ale za tých 5 roků ale troške to němožeme pochopit', že my za tých 5 roků tak zestárli. Nám se zdálo, že ještě nesme staří, ale teď už nejde, no a potíže už. Zpívat nejde, tak tolik jsme se uzpívali vždycky, každý jeden den zpěv, druhý tělocvik, třetí zas jakési ruční práce, vyšívání nebo, co kdo jaksi měl zájem. Anebo vykládali, vzpomínali, na staré časy ačkoliv též to bylo všelijaké kdysi, nebylo toto takové toto jako teď, kdepak. Naříkáme, že je krize, bída, ale není ještě, jak se tak díváme aspoň my staří, mladí – no netýká se to Vás, pro to chci, no ale Vy nemáte ponětí jak se žilo. *Smích.* Takže nám se zdá, že eště kriza není, to ještě nevíte mladí co to je krize. No a též jsme to přežili a i proboha ještě tu jsme a nevíme, co tu robíme. *Smích.*“

Přerušil nás telefon klientky.

Tak další otázka: jak jste spokojena se stravou, ubytováním?

„Nám vozili z Těšina, no tak bylo to také někdy, ne vždy, někdy to bylo všelijaké. Už jednači to ani neměli taký, na to dovážení ze začátku, až se zařídili lépe, teď majú ty přeprav-

ky co to drží teplotu to a kuchyň potym dodělali, máme. Já nevím no tak, já mluvím za sebe, já su spokojená a dycky se najdu tací, co co spokojeni nesu, no ale celkově nevím pro, co by chtěli lepšího. Teplé jídlo, v noci na stole, chceš přidat, přidáme, ale tak no to. Omáčke nebo přílohy, to si může, polévky, masa ne, bo to se smích musí dělit, to nedá žádnému. Ale taký fakt dostatek, bo opravdu jak chce přidat no tak přidaju a chce míň tak, tak tak. A obsluha též to, úklidy to, jednou v týdnu a jak potřeba, jak se cosi stane někomu, jaký malér, tak uklidí, s tým též nesú potíže. Já nevím no.“

A dále rozumíte si s personálem? A jste spokojená s jejich péčí?

„Jo. No, díky Bohu eště tak, takovu běžnu, jak chřipku nebo to že, ale su tu horší no, co potřebuju obsluhu. Ale mě já ještě osobně, jako říkám, jak cosi bolí a to. O to jsem spadla, no tak mě museli mazat, bo já tam to na záda nedostanu a to, ale to ony přijdou. Máme zvonky u postele, tu mi též dali zvonek, že si tu přes den lehnu, jak toto, tak zavolám. A opravdu, pokud nedělá něco druhému, tak přijde hned, že. A jak třeba náhodou kohosi ošetřuje právě, no tak musíte chvilku počkat no. Tak ja, my jsme ze starého pokolení a spokojíme se, *smích*, ale ne tu su i mladí tak a tak ty ty děvčata tu su šikovné. Nevím, já se tak moc o druhých nestarám, no nestarám, kdyby se něco dělo, kerysi tam toto tak to bysme, to víme hned všichni o tom. Víte, jak to je. To potom hned všichni vědí, že cosi se děje, ale aji tak. Též nám tu už umřeli to, jsou při nim tu kej tak, jedna tu též chudinka, to nenechají je tu samé vždycky při nich. No já mluvím za druhých a mám mluvit za sebe. Já už to nebudu toto, to už nebudu vědět.“

Vycházíte s ostatními obyvateli?

„Jak to říct, dobře. Protože já nesú tak, někeři sú takoví, že všechno musí vědět, co tam kery kde to. A já se v první řadě starám o sebe. Ale tak jo, jak se scházíme, scházíme, jdem tam někdo, může, tam v tym, co tam máme, též nám to vybavili teraz tak pěkně a to, to ja. Ne, žádnou hádky, aspoň ne. Měla bych se hádat, tak se jdu zavřít tady radši, smích. No ale nebylo tu nic. No nespokojeni se vždycky najdu, tomu vadí to, tomu to. No ale to se musí smířit. A není tu, aspoň co vím, bo jako jsu tři poschodí. Co se děje dole to nevím, ale já též vím. A druhé, třetí poschodí, my jsme tu nahoře. Dycky jim říkáme, tu byste měli jít nahoru v létě, komu je zima a to, bo tu se vypečeme v létě, ty okna. Nám tu, no bo všude ne. Ale nám tu nahoře, tu ty pokoje, od rána do večera. Utečeme ven kdesi a no tak. Trochu kdyby bylo to, no tak všechno též nejde najednou, kdyby tu byla ta zahrada jakási trochu. No

ale v městě mají přímo v městě v ulicích a teď tam musí být. A my tu jednači ven můžeme jít, kdo může chodit. A kdo nemůže, toho vyvezou, po obědě, jak se vyspí, tak povyvožaju ven a hotové. No a tak nám to tu utíká.“

Jste v kontaktu se svojí rodinou? Navštěvují Vás?

„Se všemi. Dneska už včera tu byli, aji sousedi ještě, já říkám. No protože tu je hodně známých, jak tu žijete 60 roků, že, tak jenom se kerysi vzpomni. Sice ti naši, ti to už teho moc není tych, ale známí sú a to. A rodina ja, teď též nahlášení po poledni že přijedou. Takže se všemi. Vnuuky. Márija, to jich mám tých vnuků. *Smích*. Ale ti, pracuju ještě a to ti nemajú tak čas, ale moji děti, že a kerý už je v důchodě no tak ti přijdou každou chvíli.“

Tak další otázka: jestli Vás trápí zdravotní obtíže?

„To by byl zázrak, *smích*, jak by nám nic nebylo. To by nebylo pravda, smích, kdybych řekla, že ne. Nejhorší ty nohy, to chození už těžké. Já jsem chodila 10 roků s poštu tu po dědině, to bylo kilometrů pořád, den co den. A eště se pracovalo i v soboty, 6 dnů. No tak to víte revma, srdce též, i po infarktu, operace, jako každý, žlučník též, ozářky, to všecko žech přežila, tak já tomu nerozumím. Mladí, to tak by člověk plakal nad nimi, nemocné to všecko to. A tu člověk, ozářky přežijim, infarkt přežijim, i tak co co mám dělat s tým životem. *Smích*. No, ale nenaříkám.“

A co Vám pomáhá zvládat tyto těžkosti?

„Prosím. Co mi pomáhá. Za prvé smířit se s tým životym, to se nedá přemoct. Není to příjemné, některé věci v životě byly, ale všecko. Manžel mladý umřel, ještě neměl 50 a já s tymi děckami. No a všeckoch to přežila, ale musí brát ten život, tak jak jde, nedá se dělat. Kapku se smířit i s tymi neúspěchami a to no, a tak. To zdraví no, nemožu naříkat, fakt to. Léčili nás, teď už málo do nechcu do nemocnice. Prej opovažte se mě do nemocnice, tam mě už neposílejte, já už tam nepatřím. Ale oni mě tam ještě pošlu. To ošetření. Nemožu naříkat, teď takové jak to slyším a hned každý chce milion odškodné. To mě zvedá ze židle. Jak to tak. Jak v některým případě se stane, to člověku rozum stojí, jak jaké věci ještě je pravda. Ale já nevěru té televizi, tam lžou kolikrát. A ty zprávy takové, to by vůbec neměli dávat takové hrůzostrašné a ukazovat. No to to se něchce někedy věřit, no ale sú věci které se dějí též tak. Ted' též nemůžu naříkat, co chodím ještě, že pořád chodím na kardiologii, po infarktu, co to a to no. A su šikovní furt, už si pamatujú za ty roky co tam sem, no

už je to dost dlouho. A snaží se, no co též co možu, zázraky dělat nemůžou to, s tím se musíme smířit. Pokud idě pomozou. Takové to máme.“

Pro co nyní žijete? Našla jste nějaký smysl života?

„To my už v tých našich rokách. Jak, jak Vám to říct. No su tu, eště mi tak horší je tým co trpí bolestmi a tak. No též člověka bolí, ale zas ne tak eště no a. Abych pravdu řekla, ráno jak se obudím, tak su ráda, zech se eště obudila no. A co jak, no těším. Sejdeme se, pokecáme, pomluvíme jak je o čym. A někdy sedíme a vyhříváme ty kolena na tym sluníčku, ty nohy. A těším se, těším. Mám radost z dětí, mám díky bohu, mám toho jak smetí. Já mám 16 pravnuků a pravnuček dohromady. *Paní ukázala na fotky na policiče.* Tam su ty poslední 2 malé, jedna je maličká, se v prosinci narodila a ta druhá má 3 roky. A opravdu se těším se, mám opravdu radost. Aji ti chlapci, ti vnuci to je ženaté už to. Ale díky bohu žádn, stejně to v městě všecko bydlí, tam ty lákadla su a žádn se nespustil. Žádné drogy žádné žádné, ani nekuří, jeden myslím z nich kuří a tak žiju opravdu bez problémů. To to člověka těší, jak má opravdu člověka těší, lituju tých, co mají také problémy s těmi. Žádn žádn není tak. Pěkně jezdí, přijedou, no jistě ti pracují, ti mladí, ale též přijíždí za mnou, též aspoň občas anebo mě berou na svátky, tak to to musím obejít. Jeden den tam, druhý tam, nemůžu naříkat, tak co člověk by naříkal, není proč. Já aspoň ne, našlo by se tam, ale na co naříkat jak, dyť. Já dycky říkám bylo horší a bude horší a bude se to muset vydržet. Jinač.“

Co nejraději děláte ve volném čase?

„To je bída, to je to trápení též. Nevidím tak to (*paní ukazála na můj papír s otázkami*) to toto vidím jenom bílý papír, nic nepřečtu. A to mě trápí, já jsem ráda četla. Nevidím, špatně slyším, no tak to eště to nastavím ucho, jak sedíme v tym, *smích*, jak chcu slyšet, tak se tak nahnu, potym co lépe slyším, ale to. Ale ten zrak, no ale co co nadělám, nejde nejde s tym nic dělat, chodila. Mám operované aji letos, to už je. Dneska zas vymýšlajú, ale ne na naši na takých starých lidích, ale jak to poslouchám, to ráda poslouchám. Ráda si to pustím tu televizu vždycky po obědě, místo si hned lehnout, tak idu až za hodinu. Protože tam bývá dycky povídání, je tam lékař o tym, o tym, o tym. A to je to je moc dobre to, tak číst nemůžu, ne to. Anebo rádio si pustím, též su pořady pěkné. A tam nevidím tam ty obrisy, že, ale slyším, no poslouchám. Tam to se mi líbí, tam takové ty pořady, na 2 též z té přírody, poslouchat jak to. A den uteče. První poslouchám to, ty pořady, a pak teprve je jedna tak si idu lehnout. Někdy usnu a někdy ne, ale v létě to ideme ven, většinou. No to zas do chodby,

tu též máme také posezení jenže tu kej jsme sami, no eště ta jedna paní ... ta je lepša eště jako ja a jinač už. Pan ... 95 myslím má už, ale též ještě přijde do sněmovny, bo my temu tomu posezení říkáme sněmovna, no tam nechodí, ta tu nechodí, ta vedle též bídne, takže na ty procházky. Ale tu si posedíme též jak, kávu si tam dáme, trochu popovídáme a je večer. Ti, co beru večere, tak zas praví, co tež bude na večere, ale my máme jídelní lístek jak to, vyvěšený každý, ten na celý týden. Tak se těšu co maju na večeru.“

Pořádá pro Vás domov pro seniory nějaké akce?

„No, tuž s námi co už tak. Dobré by bylo si ještě kde na půl dna zajet, ale s těmi holami. A ti staří, co už úplně málo chodí, teď je. Ale oni tu doma ja. Oto měli i ples. Na Velikonoce když eště více nás tu bylo, co viděli dobře a to, to jsme. No ale letos též ještě, že od loňska zbyly jakési věci, výstavku dycky na Velikonoce, na Vánoce, dycky dělááme, dělávali. My už se jenom díváme, bo opravdu, to nás mrzí, ale nic neuděláme no, nevidíme na to vůbec. No tak zas ti co vidí, tak cosi, no jaja. Tu ta paní tam ta v tom posledním pokoji ta hraje na housle eště, též už má 82 nebo 83, ale a koledy a to, nebo někdy veme ty housle a zahraje trochu. Zas jeden den jinači, zas jsme spokojeni a idemy do tych svojich. Dělalí, vaječinu smaží to ja, takové ty běžné toto to. Povyvožaju to do vioskú, ven, ohniště venku a, jo to su šťastni zaš i ti, co co jich vyvezou tam na lavice a. To dělají a urobjum se s tym. Pak si to musu zas sami pozodnošač, bo my nemůžeme, my si přijdeme jenom na hotové. No a tu su šikovné celkem. Na nás su šikovné a ale mezi sebu též, ony se majú rády, aspoň myslím, bo není slyšet ani. To my bysme poznali, bysme poznali po nich, to nás by neošidili, jak by měli jakési. A ešli majum tam jakeši problémy, ty su dycky, to si to vyřikajú a je to.“

Cítíte se zde dobře, a jestli Vám tady něco chybí?

„Jak bych eště naříkala, tak to už by byl velký hřích. Aspoň pro mě, mluvím za sebe, každý ať si mluví, co chce. Ale já nevím, co bych eště chtěla, opravdu nevím. Zazvoním, přijdou, nezneužívám. Jsou tací, co to zneužívají na každú blbost. Ale tak opravdu nevím, na co bych mohla nařikat. No někdy, to víte ty roky a člověk vzpomíná, jéžinečky, člověk vzpomíná dozadu, co bylo a jako bylo, jako je teď. Přemýšlí i o tym a říká si, ale vy se máte, vy se ani nevíte, jak se máte, podle nás. Tak též byli lidi bohatí a to co se měli dobře. No ale též se delšího věku nedožili, eště my co jsme robili eště eště jsme tu. No nemám, nemám žádné, možné se Vám to bude zdát blbé, že že nemám stížnosti nebo co, ale to je člověkem no. Někdo si stěžuje na každú blbost a cosi musí člověk též vydržet, to nejde. To bysme

byli v nebi zaživa, jak bysme na nic ne nenařikali. Též jako říkám, též nám je smutno někdy, že nejvíce po tych sourozencách. Eště mi žila sestra, jak jsem tu nastupila, ta nejmladší. A já jsem zůstala sama, všecko to pom, nás bylo 7 a všeci pomřeli a mě tu nechali. Tak se dycky hádám s děckami. A oni mi zas říkají a co jsme my, my nejsme nic. Praví, že zůstala sama a praví není to pravda, se podívej, kolik nás je no a musím být potichu. *Smích*. Bo to je opravdu to, kdyby člověk zůstal opuštěný od dětí, třeba nepřišli anebo raz za roz, za půl roku, též bych to musela, ale nemůžu nařikat, tak smýšlet nebudu jakési bajky.“

A už poslední otázka: co očekáváte od budoucnosti, máte nějaké sny, přání?

„V takovém klidu a spokojení a tak jak to je dožít ty poslední, či to budou dny, či to budou měsíce, či to eště bude rok nebo co, no tu umřeli. A teď o to, též jeden, naobědval se a šel. Sestřičky praví celý oběd dneska snědl, divej už též byl bídný, ale eště ku stolu jako ho přiřkludili, a toto i to a prý celý oběd, ony ho aji krmily. Se musím smát, bo su to také staré paní, tam ty 2 v tym pokoju. Strašně ju mají všici radi, bo to jsou také 2. A už též míň chodí do jídelny, bo už su, pokraly, poto, na drobno jako otevřít pusu a jíme a snědly. A kdyby jim to daly na stůl a toto, nesnědly, tak jich potym začli krmit'. Pravjum a za měsíc pravjum, podívejte se na paní ... jak se spravila. *Smích*. Ale ony opravdu jich krmí. Aji on též, celý oběd že sněd, bo byla sestra při nim. No potom odešla a šla se svačinku, jogurt nebo cosi mu nesla a musel už spát. A to tu povídám více tých případů. Ta paní jedna též, s nami seděla, vykládala a ona byla a na ni nebylo vidět, ona chodila, sice měla strojek, ale byla eště mladší jak my. No ale ja měla 80. Šly tam se svačinu, ona si seděla v křesle, ona měla pěkný byt. Televizu puštěnu, stoliček taky malý měla u té televize, kafičko a zákusek nebo cosi tam měla eště ku té kávě a seděla v křesle a spala. To se málo, říká, že to su vybraní keři tak klidně usnu. No tak co může člověk čekat. Dneska su tu a za hodinu. No takže nečekám žádné zázraky, bo ty se nedějí, ale dějí, někdy. Jak tak vidí člověk, jak vyvázne z takovej katastrofy, jak ukážu, tak to je zázrak, že to přežili. No, ale já už, jakési také. Jako pravím tak v klidu to dožít, bo nic se nedá dělat. Hubuju na to, že tu pořád eště sedím a sedím a za to, ale tak co mám robiť. Musíme tu být tak dluho, jak to máme, nevím či to opravdu je každému dané, přeznačené, jak to říkají. Do potolik budeš žít a jak ti dojde ta svíčka tak jdeš. Možná že jo. Bo se to stává na cestě, leda kde, leda komu. No, a jinač co by to v klidu, co by v tym státě byl klid, ať se už tam nehádají, bo to to nás strašně rozčiluje. Ale já se nedívám už moc na zprávy. Jedno lžou, slibujou, pak tak splnit všecko každé-

mu nemůžou, to je pravda. Ale ale to eště, ale jak se tak sprostě nadávají, to bych tym po tej televizi hodila tym ovladačem, opravdu někdy. Buďte rádi, že jste na světě. A že že to a ne se tak nadávat druhému, podkopávat nohy, to je. To nebylo, bylo těž, ale ne v takých měřítkách. Taková nenávist, to nebylo. Tak, nemáš citu jaksi jeden ku druhému ani ani. Několikrát to bylo, tam leží a myslí si on je ožralý a on spadnul, bo omdlel, že. To kolikrát to bylo těž v televizi a šli lidi kolem něho a žádný se ne, až se našel kery ho zvednul a. Ne-ní. Klid co by byl, války a nebylo, a tak to už to už toho už se nedožiju. Leda že by jaký atom pustili, no tak půjdeme všichni. Ale války jsem, to ne to jsem přežila, to jsme přežili a bylo to kruté a těž jsme to přežili. No všichni ne, všichni ne, chudáci. Takže tak.“

Tak já Vám moc děkuji za rozhovor, za Váš čas.

„No, no jste hodná.“

4. klient (74 let, žena)

Tak první otázka: jak dlouho zde žijete?

„Pět let.“

Jestli byste mohla popsat, jak jste žila před nástupem do domova?

„No, bylo to těžký. Já jsem byla zvyklá jako soukromě jo prostě bydlet, no pak mě jako to donutilo. Neměla jsem pak kam jít. Děti, děti neměly na mě čas, nic, no tak prostě jsem potom našla tady ten domov a jsem spokojena. Sice jak říkám, první rok to bylo krušný, protože jsem si nemohla zvyknout, že jsem prostě tady. Já jsem byla zvyklá mít furt kolem sebe všude, že všechno sama no a teď to, no ale už jsem si zvykla, takže bych neměla.“

Takže k přestěhování Vás vedlo vlastně?

„No stěhoval mě syn sem jo, no proto mám tolika nábytku, protože to nikdo nechtěl a vyhodit jsem to nechtěla, jsou to takový vzpomínky. Jo protože tu stěnu by tady neměla správně bejt no ale tak, furt mi to připomíná prostě ten domov no. Ty volovinky takový tady prostě všechno takový vzpomínky. Tak jako to Vám říkám, pomohl mi syn se přestěhovat, takže ze začátku to bylo krušný, to jako je pravda. No a teď už jsem spokojená, už

bych nešla, odsud'. Už tady, já tady mám soukromí taky, že, je vo mě postaráno, když je potřeba. Takže už jsem si tak na to zvykla no. Říkám, nejhorší jsou začátky. Třeba pro takový co jsou ležáky nebo nemůžou už opravdu nic jo, tak pro ně je to jedno. Kdežto já byla ještě, jak se říká plná energie jo a všechno jsem ještě zvládala no tak to bylo takový všelijaký no, ale už je to dobrý.“

Tak dále: jestli jste spokojena s ubytováním, se stravou?

„Jsem, jsem no se stravou. Já teda chodím jenom na obědy, jo protože jako to máme povinný tady obědy. Jinak svačiny a to, to jako si dělám sama, protože zatím můžu, že jo.“

A další otázka: jak si rozumíte se zdejšími personálem?

„Ale jo, no tak. My jako, když se sejdeme tak si to, akorát co mi vadí ta jejich řeč. Oni mluvěj. Já jsem Češka jo. A oni mluvěj polsky i všelijaký. A já jim dost špatně rozumím, no takže kolikrát, proč nejdete mezi nás. No já jim stejně nerozumím, co říkají. Ale chodíme, scházíme se nahoře máme takovou tu, takže se tam jako scházíme a to. Jako nevyhýbám se jim. Akorát ta řeč. Jsem spokojená. Akorát mi vadí no, že jako někdy jim nerozumím no. Protože voni mluvěj tu, to není ani polština ani ta, je to prostě taková řeč a já se ji už asi nenaučím. Snažím se, no snažím, poslouchám. Co nerozumím tak je poprosím, aby mi to vysvětlili, ale už je mi to trapný, furt se ptát co to je, co to je. Takže jako to, no tak protože jako jsem z Čech, původně z Čech, pak jsem se přestěhovala sem na Moravu no takže. Ale jinak je to dobrý, každému to doporučuju, protože vopravdu tady se vo nás starají. Stačí, že člověk, já jsem teď nedávno měla zánět v rukou, tak sestřičky hned přišly a masti a obklady a vopravdu, opravdu se starají. A pak tady máme soukromí, to je důležitý. Nikdo nám neporoučí, smíte, nesmíte. Jo akorát, že se musíme nahlásit, když někam jdem, nebo to, aby věděli. Ale jinak jako. Akorát, že je to všechno moc drahý no. Sice se do toho vejdu s tím svým důchodem, že, ale kdyby to bylo ještě vyšší tak já nevím no. Vopravdu, ale jinak nemůžu si stěžovat. Máme tady kolikrát večírky nějaký taký, že takže, posezení, co se sejdem skoro všichni, akorát, co ležej tak ne. Se povídá, pouštějí nám desky, takže není to špatný. Už jsme si tady tak zvykli, víte, už nevím, jak bych asi zvládla, kdybych měla možnost bejt zase někde v nějakým bytě a sama jo to už jako mám obavy. Dříve ještě jo, teď už jako. Protože člověk, taky občas nějaký ty nemoce se objevěj. Jo člověk nikdy už nemůže, tak je rád, když máte někoho, kdo Vám pomůže.“

Takže vycházíte s ostatními?

„Vycházím, tady se s nikým nehádám. Opravdu jako my se pozdravíme a sem tam si něco řeknem, jak se máme nebo to. My se tady nehádáme, tady ne.“

Jste v kontaktu se svojí rodinou?

„Jsem i nejsem. Já mám tři syny, jeden je v Praze, druhý je tam za Libercem, až tam za tím. Takže vždycky v létě, když mám narozeniny nebo tak, tak sem přijedou, akorát jednou za rok, že. Mě teda telefonem zavolaj, to jako pravda. Mám už pravnoučata, ani jsem je pořádně neviděla, protože je to daleko všechno jo, to mi jako trošku vadí ale jinak. Jako synové mi zavolají. Ten jeden, ten toho mám tady ve Vělopolí, takže s ním mám jako bližší. Ten mi volá pomalu každé den ráno, a když potřebuju no tak mi něco přiveze, že z toho města a to. Jsou daleko no, co se dá dělat. Ale jinak jako mám mám, i se sestrou si telefonujeme občas jo to jako mám. Rodiče už nemám, že jo, to je jasný. Mám jednu sestru no a ty tři syny že. Občas mi zavolají no, aspoň přes ten telefon.“

Trápí Vás zdravotní obtíže?

„Trápí, já mám cukrovku, ne moc vysokou, ale mám. Chodím na kontroly se srdíčkem. A poslední dobou mě nějak páteř jako začala zlobit, že jsem i kolikrát i omdlela, z ničeho nic prostě najednou. Proto já se teď už bojím chodit ven, protože jsem byla nakupovat tady v obchodech a omdlela jsem na ulici, takže už. Tak naštěstí máme tady prodejnu, takovou malou, tak už ani moc ven nechodím, protože nemám s kým, tady jsou všechno lidi, který jako nemůžou moc chodit, a sama už se bojím. Takže jako problémy mám furt nějaký, že takový zdravotní to. Teď jsem taky říkala, mám v pondělí jít do Těšína na kontrolu, jo tak, jsem musela poprosit syna, aby mě tam vzal, protože si netroufám sama. Teď jsem měla s rukou, nějaké zánět nebo co. Ono pořád něco je, ono už to lepší nebude.“

A jak překonáváte tyto těžkosti?

„Musím, musím. Sice člověk má už strach, aby ještě vůbec chodil nebo prostě to, protože tady jak přestanete chodit, tak jste ležák, že jo. A já bych tak nerada, abych furt musela někoho votravovat, aby mě tady převlíkal a krmil a to. Tak se snažím. I když třeba jeden, dva dny jsem jak se říká vyřízená, ale proberu to no. Musím, musím, říkám, dokud člověk trošku může se hejbat a prostě něco dělat, dyť vidíte kytičky si tady pěstuju, kanárka támhle, abych furt měla nějakou činnost, jo protože já, až bude venku pěkně, tak tam venku budu mít kytičky, tady v tom okně, na balkóně. Prostě musím furt něco dělat no, ale nic těžký to jako. Ale jinak to jde. Máme tady hodnou vedoucí, jako pomůže, když je potřeba.“

Našla jste smysl svého života?

„Jak smysl života? Můj smysl je abych vydržela, abych trošku jako byla soběstačná, abych ještě trošku jako žila, protože člověk neví, kdy se jako složí, že jo. Smysl života je můj abych jako trošku ještě to zdravíčko co mám, udržela.“

Co nejraději děláte ve svém volném čase?

„Čtu. Teď si pučuju tam, sice to jsou románky, ale čtu. No a někdy si pouštím i hudbu, protože mám ty kazety že, anebo tu televizi, to jako mám ráda, protože já mám ráda klid, když můžu mít klid a můžu v klidu to poslouchat nebo číst jo. Tak jako poslední dobou mě chytlo čtení, no tak jak dlouho. No pak se starám tady vo ty moje zahradnický ty no, škoda, že nemůžu mít zahrádku, člověk by se tam vyřádil, že jo no, nejde všechno mít.“

Zajímáte se o nové informace? Třeba zprávy?

„Jo, jo, no my tam právě nahoru se scházíme dopoledne každé den, jenomže teď mají moc starostí s nějakýma výstavama a to, tak se to vynechalo. A jinak od pondělka do pátku každý dopoledne nahoře. Jednou se zpívá, podruhý zas tam čte co je novýho že jo, pak cvičíme jeden den a víte, prostě nás furt tak nějak zaměstnávají.“

Pořádá pro Vás domov kulturní akce?

„Pořádají, jako ven ne. Ale tady pro všechny, my jme tady měli hudebníky, měli jsme tady paní, která nám četla z knížky, dokonce nám vloni tady hráli divadlo, jo jako lidi, furt se něco tady děje jo, a když jsou nějaký ty svátky. Mikuláše nám tady udělali, s čertem taky, na Tři krále tady chodili. Jo vždycky se něco takovýho, tak nám tady dávaj, to jako jo.“

Dále: jestli se zde cítíte dobře nebo Vám tady něco naopak chybí?

„No jo, cítím se dobře. No co mi chybí, chybí mi víc peněz. Aby si člověk moh, jak se říká ještě, i když tydle, co jsou už zase starší. Já jsem tady poměrně nejmladší, tak už jim to je jedno jo. Jenomže já furt ještě jako mám takovou, furt bych ještě todle vylepšila jo, todle bych chtěla, nejde to, já vím. Ale, si říkám kdyby, kdyby, kdyby byly peníze, co bych asi si koupila nebo todle, já jenom takovej. Tuž, já jsem jako v životě moc peněz nikdy neměla, protože jako byly ty děti a to všechno, tak se furt muselo počítat, že. No tak jako teď se mám dobře, ale vobčas mám nějaký to přání jo tak jako něco vylepšit, nebo něco to se podívat. Tak ono je furt, člověk má pořád nějaký přání, ne.“

To je právě moje poslední otázka. Jestli máte nějaké sny, plány do budoucnosti?

„Plány žádné už nedělám. Mám akorát plán, abych co nejdýl ještě vydržela a abych už jako trole, jak se říká je poslední útočiště, že jo, to je můj plán, protože co co už já můžu plánovat. Léta přibejvají, nemoce taky, jak se říká, že no tak. Mám plán, abych ještě vydržela, nějaký čas. Ve zdraví, no ve zdraví no tak jak se to jde. To jako bych chtěla, ale jinak, já už nebudu plánovat. Já už nic nepotřebuju, všechno mám. Hlavně vždycky, když děti zavolají, tak jako se starám, jak to tam vypadá, jak jsou zdraví ty pravnoučata, jak jim rostou, že jo no tak, to mě zajímá ještě furt no ale jinak. Vždycky se těším na léto, protože vím, že přijedou, že je zase uvidím. Vloni tady byli s pravnoučkem ehm pravnoučkou, byli tři měsíce, tak jsem ji viděla, že no tak. A to člověka tak utěšuje, jako mámu. No.“

Takže Vám moc děkuji za Váš čas.

„Jsem toho napovídala, že jo.“

5. klient (81 let, muž)

Tak můžeme začít?

„No.“

Tak první otázka: jak dlouho už tady žijete?

„5 roků bylo na 12. 10. minulý rok, 2004.“

A mohl byste popsat, jak jste žil před nástupem do domova?

„Bydleli jsme v Řece na kopci, měli jsme velkou dost usedlost, 7 hektarů pole, chalupu a už jsme. Děcka nám už odešly všechny, tak jsme, klouby už stačily vyzpovídat eh vyzpovídat. V lednu jsem byl na operaci 2004, s tím kloubem. Už podruhé za 19 roků. Á cítil jsem, že jsem oslábnul hodně, bez berlí už jsem nedokázal chodit. Takže tam nezvládneme přes zimu, bo to tam není cesta potom ani nic, tak jsme šli. Jsem si požádal o doktorku a obecní úřad, jestli by mi něco pomohli najít nebo doporučili, tak mi doporučili tu ten Hnojník, tak jsme se přestěhovali do toho Hnojníka, dostali jsme tu ten byt jako.“

Takže vlastně ze zdravotních důvodů jste se rozhodl?

„Ze zdravotních důvodů. Aji manželka aji já, oba dva jsme. Manželka je teď neslyšící, málo slyší, no se sluchátkem trochu a strašně teď už pozbývá ehm paměť, tak je to hrůza, mám potíže s ní, všechno no, tak co se dá dělat. Jsme sešli se životem, 80 roků, to už není žádná sranda. Člověk se přes tu, za tu dobu utrápí všelijak, víte. Co se dá dělat. Eště že něco udělali, že pro ty starý lidi, že nemusíme být s děckama, bo děcka mají svoje záležitosti, svoje děcka. Tak jsem nechtěl být u nikoho a tak mi toto. Dostali jsme tu, jsme tu strašně spokojeni, no máme. Můžeme si uvařit sami, pokud to zvládneme a teď bereme už celou stravu, celodenní. No, když chceme si něco uvařit, tak si uvaříme, ale už to je. Manželka jaksi už nemůže, neví co dát do hrnku, už to je, všechno musím já a já nemůžu stát při na nohách moc dlouho tak, ale, *smích* zítra si něco uděláme a v neděli, oběd jenom a ostatní budeme brát. A tak jsme rádi, že jsme tu, no. Máme pomoc, když to potřebujeme, sestřičky přiletí. Pomůžou nám hned, a pokud můžeme tak si sami to ještě jako to, pomáháme jeden druhému, ale už to je co raz to horší. Už to asi dlouho nepude bez pomoci, větší.“

Dále se Vás chci zeptat, jak vypadá Váš běžný den tady? Co tak děláte nejčastěji?

„No, tak. Teď mám tu zahrádku takovou maličkou, teď už bude se otevírat, sem si udělal tam takové, v tom koutíčku. Už mi tam kvetou sněženky, loni jsem si tu jabloňku zasadil. Pojd'te se trošičku podívat. Tulipány tam už vylazujou. V tom mám takovou zálibu, aby mi nebylo líto toho pozemku, co jsem měl tam, no. A jinač. Chvilku babička, chvilku něco já pokopeme, toho nemáme moc, se tak tím zajímám. A potom máme, tady na tom na, máme sněmovnu nebo parlament, tam se scházíme, tam něco kutíme, něco na výstavu potom, něco vytváříme. A když máme chvilku čas tak, odpoledne máme klid, ale potom ideme tam se též sejdeme odpoledne někdy. Pár nás tam přijde, tam si posedíme, poklábosíme, poplotkujeme. *Smích*. No a jinak, tak na procházky též chvilčkama jdeme, pokud to zvládneme, ale už je to horší no tak. Ale snažíme se zajít aji si do obchodu ještě, třeba nějakou zeleninu nebo koupit ale na ty procházky, už manželka říká, že nemůže přijít, jí nohy bolí. A já jsem též hodně horší, už hodně je to horší no. Za těch čtyři roky, no za těch pět roků, no to bude pět roků, no je to na podzim.“

Jste spokojen s ubytováním, se stravou?

„Ja, ja strašně jsme spokojeni, se všeckým.“

A jak si rozumíte s personálem? Jste spokojeni s jejich péčí?

„Ja, jsou strašně v pohodě, všyci, všeci jsou hodní. Vyžadují též eh pořádek, disciplínu, vyžadují, to se musí, to je všude takto, ale jinak jsme spokojeni se všeckým.“

Rozumíte si s ostatními obyvateli domova?

„Ja, ja. Scházíme se, tam si poklábosíme, kolikrát, se všeckým no. Manželka ta málo mluví, protože moc též neslyší a sem tam se zapojí, ale ví něco jiné, než o čem je řeč, víte tak už to tak.“

Jste v kontaktu se svojí rodinou? Navštěvují Vás?

„Ja, ja. Přicházejí. Mám dvě dcery, syna. Syn je ve Frýdku. Dcera jedna je v Havířově a jedna je v Řece. A ti z Havířova často přijíždějí a ti z Frýdku též. Ta z Řeky má hospodářský, hospodářství svoje též tam to ale, též o berlích chodí, ale též se sem tam přijdou, když je. Přes zimu tak moc ne, protože oni jezdí též autem, on pěšky to má daleko, to je na kopci bydlí, tak nejezdí, nemůže jezdit tak. Když potom už je lepší počasí, tak sedne do auta, přijedou se též podívat. Aji my jsme tam u nich někedy aji 14 dní, pobudeme tam. Vezmou nás tam, a pokud nám to zdraví dovolí, tak tam posedíme u nich tam. Babička byla teď v Havířově též týden u dcery, si odpočinout. Já jsem též měl klid trošku, víte, bo mám to s ní hodně hodně potíží s ní už je no. Ale přehnat mě ještě dokáže, též. *Smích*. Když se jí něco nelíbí, tak se vozve.“

Trápí Vás zdravotní obtíže?

„No, mám s kloubama a kolena, kolena. A se zazívacím, zažívacím, jak se to řekne, ústrojí, mám často. Jsem byl loni 4x v nemocnici kvůli žaludku, kvůli břicha, no a musím dodržovat no dietu, vydržet. Někdy mi něco též nesedne, víte, jako nějaké jídlo a tak dál. Ale potom, když je zle, tak mě odvezou do nemocnice, když zvracím, potom horečka přijde nebo cosi, tak mě odvezou. A když už cítím, že něco, tak si už pomáhám sám, mám kapky, mám všecko už připravené, jak by náhodou, tak někdy tomu ujdu, že nemusím jít do nemocnice.“

A jakým způsobem zvládáte těžkosti ve svém životě?

„Tak. Jako to říct. Třeba velké tolerance na všecko, se soužití s manželkou. Tak všelijak, jak to chodí no.“

Našel jste smysl svého života? Pro co žijete?

„Žiji pro děcka no, pro. Někdy jsme se oženili, máme děcka, tak žijeme pro ty děcka, nerozvedli jsme se, ani nic, když někdy přišlo všelijak, ale žijeme porát kvůli těm dětem, aby neměli, že rodiče žili tak nebo jak a oni jako si žijí, to už je jejich věc, no tak. A žijeme kvůli někomu.“

Máte zájem o nové informace? O nové zprávy?

„No tak to nám. Ale tam, když přijdou, přijde ta paní kulturní, tak nám tam všechno popovídá, co je jako co je novego a to. A též máme tam aji takové náboženské chvíle, zpíváme někdy nábožné písničky i takové všelijaké to, jako kdy, no. Máme takové kulturní vložky tam. To dělá ta paní kulturní, tam na tom, v té sněmovně.“

Takže vlastně pořádá tento domov pro Vás takové akce? A účastníte se jich rád?

„Ja, pořádají, ja, no. Ja, strašně rád tam idu na chvíli. A rád něco kutím rukama víte, něco s rukama, něco dělat, na chůzi to už moc není, ale tak sedím na. Či vystříhovat, či nůžkama něco, navlíkat, nebo cosi to, takové ty ruční práce, mám strašně rád, rád se, rád mě to. Zajímá mě to, tak.“

Cítíte se v tomto domově pro seniory dobře?

„Dobře.“

Je něco co Vám tady chybí?

„Ani nic, nic nevím. Doktor nám tu přijde, když nám je zle. Tak co nám tu chybí, nic. Jsme tu spokojeni, jsme rádi. A tu dřinu, když jsme bydleli na vesnici, to už je pro nás už, proto jsme aji odešli. To zdraví, pro zdraví a pro to všechno, už jsme odešli tam odtud. Tak jsme strašně spokojeni, že to tu máme. Máme tu teplo, máme koupelnu, máme čistou vodu teplou, máme všechno, co můžeme si víc na starost přát. 2 pokoje, sami dva, no tak co ještě, by jsme si přáli víc.“

A už na závěr mám poslední otázku. Máte nějaké plány, sny do budoucnosti? Něco, co si přejete?

„Co, do, co můžu do budoucnosti, žádné plány už. Jenom dožít, aby nám zdraví sloužilo. A dožít tady a co můžete v tom věku plánovat. Co, co takhle. Manželka ta říká, že ona by tu nebyla, když bych se pominul, že ona by tu nebyla, že ona chce děcka malé. Jak to dopadne, to já už nevím. A kdy odejdeme, to též nevíme, takže. A co můžeme plánovat? Nic už. Kupovat už nikde nic na co, když není síly. Máme dost roboty až si to tu, třeba dneska jsme

šli do kaple na tu bohoslužbu. Tak jsem ji musel oblíkat, už je strašné, nepochopí, všechno je to, je to útrapné, no tak co můžeme plánovat, nic, no. Jenom aby, jsme byli trošku zdraví a máme, jsme rádi, že tu jsme. Smích. Že když budeme potřebovat, že budeme mít tu pomoc, no. Tu jsou sestřičky, všechno, tak to, vedení. Snaží se, starají se o všechno, takže, co si můžeme víc přát. Nic neplánujeme. Jedině, že by nás vyhodili odtud, kdesi. Člověk nikdy neví.“

Tak to je všechno ode mě. Moc Vám děkuju za rozhovor.